



Universidad Veracruzana  
Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa  
Dirección de Innovación Educativa / Departamento de Desarrollo Curricular

**Programa de experiencia educativa  
Área de Formación de Elección Libre**

**1. Área Académica**

Todas las áreas académicas

**2. Programa Educativo**

Todos los programas educativos

3. Entidad(es) Académica(s)	4. Región(es)
Dirección de Actividades Deportivas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Xalapa;</li><li>• Veracruz-Boca del Río;</li><li>• Orizaba-Córdoba</li><li>• Poza Rica-Tuxpan;</li><li>• Coatzacoalcos-Minatitlán;</li></ul>

5. Código	6. Nombre de la Experiencia Educativa
ADEP 80055	Balonmano

7. Área de Formación del Modelo Educativo Institucional	8. Carácter
Área de Formación de Elección Libre	N/A

9. Agrupación curricular distintiva (competencia, academia, módulo, tema transversal o, equivalente)
<ul style="list-style-type: none"><li>• Salud y bienestar</li></ul>

**10. Valores** (Una hora teórica equivale a dos créditos, una hora práctica, un crédito).

Horas Teóricas	Horas Prácticas	Horas Otras	Total de horas	Créditos	Equivalencia (s)
2	2	No Aplica	60	6	No Aplica

11. Modalidad y ambiente de aprendizaje	12. Espacio	13. Relación disciplinaria	14. Oportunidades de evaluación
Curso-taller/multimodal	Presencial.	Institucional y plataforma Eminus	Ordinario

**15. EE prerequisite(s)**

No Aplica

## Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje

Máximo	Mínimo
30	5

### 16. Justificación

Debido a su variedad y versatilidad táctica, tanto en el aspecto ofensivo como en el defensivo, es un deporte que ofrece una multitud de posibilidades técnico-tácticas, donde la creatividad del alumno juega un papel fundamental. En esta EE se abordarán los conocimientos del balonmano de manera teórica, apoyándonos en la plataforma EMINUS, y con diverso material didáctico que será de gran utilidad para hacer que el alumno comprenda las reglas de juego, fundamentos, sistemas de juego en conjunto e individuales de manera concreta. Haciendo siempre referencia en los estilos de vida y la práctica del deporte y la actividad física.

### 17. Unidad de competencia (UC)

El estudiante adquiere el conocimiento teórico de los fundamentos básicos del balonmano y los aplica (pase, recepción, bote, tiro y finta) y comprende el sistema de juego a la defensiva y a la ofensiva (táctica), e identifica las posibilidades que nos ofrece la práctica de deportes de conjunto para lograr hábitos de vida saludable.

### 18. Saberes:

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acceso, recuperación y uso de información en fuentes diversas.</li> <li>• Manejo de la <b>paquetería</b> básica de office</li> <li>• Dominio del lenguaje propio de la disciplina de balonmano</li> <li>• Identificación y comprensión de las reglas del balonmano</li> <li>• Identificación de evidencias</li> <li>• Identificación de los fundamentos básicos del balonmano</li> <li>• Dominio de los movimientos ofensivos</li> <li>• Reconocimiento y análisis de las tácticas a la ofensiva y a la defensiva de conjunto.</li> <li>• Dominio de las movimientos a la defensiva y a la ofensiva</li> <li>• Comprensión, análisis y reflexión sobre los diferentes tipos de sistema de juego</li> <li>• Observación y descripción de las estructuras de los sistemas de juego a la defensiva y a la ofensiva</li> <li>• Construcción de las situaciones de juego</li> <li>• Análisis del desarrollo del juego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antecedentes de balonmano</li> <li>• Reglamento del balonmano</li> <li>• Fundamentos Básicos</li> <li>• Técnica individual a la ofensiva y a la defensiva</li> <li>• Estructura de los sistemas de juego a la defensiva y a la ofensiva</li> <li>• Desarrollo del juego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disposición para la investigación</li> <li>• Constancia</li> <li>• Disposición para el aprendizaje</li> <li>• Fomento al trabajo grupal y el intercambio de información</li> <li>• Respeto a las reglas</li> <li>• Compromiso</li> <li>• Colaboración</li> <li>• Disposición para el trabajo físico</li> <li>• Tolerancia a la frustración</li> <li>• Disciplina</li> <li>• Tenacidad</li> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Compromiso</li> <li>• Disposición para el análisis</li> <li>• Confianza</li> <li>• Respeto a la diversidad de opinión</li> </ul>

## 19. Estrategias generales para el abordaje de los saberes y la generación de experiencia

Señale las actividades necesarias, puede indicar más de una.	( ) Actividad presencial	( ) Actividad virtual/ ( ) En línea
De aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda de información</li> <li>• Participar en los foros de discusión</li> <li>• Lectura y análisis de movimientos de juego</li> <li>• Participación activa y colaborativa en línea y presencial</li> <li>• Estudio auto dirigido</li> <li>• Ejecución de movimientos</li> <li>• Repetición simple y acumulativa</li> <li>• Imitación de modelos</li> <li>• Participar en el análisis y las discusiones de los momentos de juego grupales</li> </ul>	
De enseñanza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación del contenido</li> <li>• Exposición con apoyo tecnológico</li> <li>• Coordinación de foros de discusión</li> <li>• Exposición de temas</li> <li>• Uso de videos</li> <li>• Descripción de tareas</li> <li>• Mapas conceptuales</li> <li>• Corrección de movimientos</li> <li>• Imitación de modelos</li> <li>• Simulación de juego</li> </ul>	

## 20 Apoyos educativos.

<p><b>MATERIAL DIDACTICO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Videos de Balonmano</li> <li>• Fuentes bibliográficas</li> <li>• Apoyos didácticos visuales</li> <li>• Reglamento de Balonmano</li> <li>• Programa de la EE</li> </ul> <p><b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora con conexión a internet</li> <li>• Plataforma institucional Eminus</li> <li>• Cancha para balonmano</li> <li>• Balones para balonmano</li> <li>• Conos, platos, ligas, silbato, cronómetro</li> </ul>
---

## 21 Evaluación integral del aprendizaje.

Evidencias de desempeño por productos	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Participación en foros	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Coherencia</li> <li>•Pertinencia</li> <li>•Participación en tiempo y forma</li> </ul>	Eminus	10%

Evidencias de desempeño por demostración	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Examen de Reglamento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manejo del tema</li> <li>• Cantidad de respuestas correctas</li> </ul>	Eminus	20%
Mapa Mental	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Creatividad</li> <li>• Contenido</li> </ul>	Eminus	5%
Cuadro Sinóptico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estructura</li> <li>• Presenta todos los temas que se le solicitan en la descripción de la actividad</li> </ul>	Eminus	5%
Mapa Conceptual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cantidad y calidad de conceptos</li> <li>• Ejemplos o eventos específicos relacionados con los conceptos más generales.</li> </ul>	Eminus	5%
Cuadro Comparativo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica adecuadamente los elementos a comparar</li> <li>• Incluye las características de cada elemento</li> <li>• Presenta afirmaciones donde se mencionan las semejanzas y diferencias más relevantes de los elementos comparados</li> </ul>	Eminus	5%
Aplicación de los fundamentos básicos del Balonmano	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecución correcta de los fundamentos de Balonmano: Pase, bote, recepción y tiro</li> </ul>	Cancha de Balonmano	20%
Demostración de los aprendizajes técnicos y tácticos del Balonmano mediante la participación en un juego	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecución correcta de los movimientos en cancha respetando el reglamento de juego</li> </ul>	Cancha Balonmano	30%
		Porcentaje total:	100%

## 22 Acreditación de la EE

Para acreditar esta EE el estudiante deberá haber presentado con suficiencia el 80% de las evidencias de desempeño solicitadas.

### 23 Perfil académico del docente

Licenciado en Educación física, deporte y recreación, con experiencia en el campo del ejercicio físico y entrenamiento deportivo, con mínimo 2 años de experiencia en docencia en enseñanza superior y trabajo con grupos.

### 24 Fuentes de información

- Antón, García Juan Lorenzo. Balonmano metodología y alto rendimiento. Editorial Paidotribo Czerwinski, Janusz. El Balonmano, técnica, táctica, entrenamiento. Editorial Paidotribo
- Kissling, René. 1000 ejercicio y juegos aplicados al balonmano. Editorial Hispano Europea S.A.
- Lasierra, Gerald. Ponz, José María. 1013 Ejercicios y juegos aplicados al balonmano.
- Fundamentos y ejercicios individuales. Editorial Paidotribo
- Manfred Müller – Hans Gert Stein. Balonmano entrenarse jugando. Editorial Paidotribo Manual para el entrenamiento de Handball. Nivel 3. SEP, CONADE, Federación Mexicana de Handball A.C.
- Reglamento de la Real Federación Española de Balonmano.2016

#### Complementarias :

- Real Federación Española de balonmano. Última consulta junio de 2020 en la liga <http://www.rfebm.net/index.asp>
- European Handball Federation. Última consulta julio de 2020 en la liga [www.eurohandball.com](http://www.eurohandball.com).
- Asociación de entrenadores de balonmano. Última consulta mayo de 2020 en la liga [www.aebm.com](http://www.aebm.com)
- Wikipedia la enciclopedia libre. Última consulta mayo 2020 en la liga <http://es.wikipedia.org/wiki/Balonmano> .
- Pérez García, J., 2015. Actividades Físico-Deportivas como Estilo de Vida Saludable en Estudiantes Universitarios. Monterrey, Nuevo León, México: Universidad Autónoma de Nuevo León.

### 25 Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
Agosto 2013	Junio 2021	Organo Equivalente al Consejo Técnico de la Dirección de Actividades Deportivas

### 26 Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron

MGD. José de Jesús Cid de León Faces