

## Proba RAE-BMBM101, de carácter específico para o acceso ás ensinanzas de ciclo inicial de grao medio en balonmán

### Resultados de Aprendizaxe e Criterios de Avaliación

#### **1. Realiza pases por parellas en situación estática e pasa e recibe o balón en desprazamento.**

- a. Realizáronse polo menos cinco pases-recepcións consecutivos por parellas no sitio movendo os pés.
- b. Pasáronse en movemento o balón de forma continua con diferentes formas de execución e con traxectorias de pase tanto directas como indirectas.
- c. Realizáronse os pases sen que o balón caia ao chan máis de dúas veces de forma involuntaria.
- d. Mantívose a separación de entre 5 e 7 metros entre os membros da parella durante o percorrido de ida e volta.

#### **PROBA ASOCIADA “PASES POR PARELLAS”**

- O alumno realiza, mantendo a situación, pases-recepcións coa súa parella, para despois realizar un percorrido de ida e volta desde as proximidades da liña de nove metros ata a liña de medio campo, na zona situada fronte á portería, de acordo co gráfico “Distribución das probas”, realizando pases-recepcións coa súa parella.
- A agrupación de parellas será determinada polo tribunal.
- O alumno terá dous intentos para executar o percorrido completo.

#### **2. Realiza desprazamentos defensivos nunha zona delimitada.**

- a. Realizáronse desprazamentos defensivos laterais cun máximo de tres cruces de pés. b. Realizáronse os desprazamentos defensivos laterais sen xuntar os pés e sen saltar.
- c. Mantívose a orientación do tronco e a cabeza do xogador cara ao examinador durante toda a proba.
- d. Realizouse o percorrido «A - B - A - C - A - D - A - E - A» en menos de 15”.

### **PROBA ASOCIADA “DESPRAZAMENTOS DEFENSIVOS”**

-O alumno realiza desprazamentos laterais, segundo a orde establecida nos criterios, dentro dun cadrado de 4 metros de lado cun cono en cada vértice e un máis que ocupa o centro do cadrado (A, B, C, D e E), de acordo co gráfico “Distribución das probas”.

-O examinador sitúase de fronte ao alumno a uns 2 metros ao lado E - D do cadrado formado polos conos.

-A proba comeza cando o examinador baixa o brazo á vez que pon en marcha o cronómetro.

-O alumno debe facer dúas veces o percorrido marcado nos criterios de avaliación.

-Pódese realizar un segundo intento se non se pasa a proba no primeiro.

### ***3. Realiza, tras pase e recepción previa de balón, lanzamento a portería desde o extremo.***

a. Encadeáronse o pase, a recepción e o lanzamento a portería, sen pisar a liña de seis metros.

b. Realizouse unha traxectoria polo exterior do cono sen botar o balón.

c. Conseguiuse que o lanzamento entre dentro da portería.

d. Respectouse a regra dos tres pasos.

### **PROBA ASOCIADA “LANZAMENTOS A PORTERÍA DESDE AMBOS EXTREMOS”**

-O alumno situado na posición de extremo realiza o pase a un colaborador situado na liña nove metros, este devólvelle o pase, e o alumno comeza unha traxectoria polo exterior do cono colocado a modo de defensor exterior e termina lanzando a portería, todo iso de acordo co gráfico “Distribución das probas”.

-O alumno realizará a proba desde os dous extremos e poderá realizar dous intentos desde cada lado.

-O cono colocarase sobre a liña de seis metros e a unha distancia de 1,5 metros perpendicular á liña de fondo.



**4. Realiza, tras pase curto e devolución de balón longa e previa, un desprazamento con recurso de bote en modo slalom ou zigzag.**

- a. Realizáronse os pases e recepcións de maneira que permitan o control do balón por parte do colaborador e do propio alumno.
- b. A recepción do pase do colaborador realizouse en movemento.
- c. Desprazouse en slalom ou zigzag botando entre conos, utilizando a man máis afastada do cono.
- d. Demostrouse control aparente do balón durante toda a proba.
- e. Terminouse o desprazamento con lanzamento do balón, marcando gol.
- f. Respectouse a regra dos tres pasos.

**PROBA ASOCIADA “DESPRAZAMENTOS, CONTROL DE ESPAZO E BALÓN”**

-O alumno con balón situado preto da liña de banda e próximo á liña de seis metros realiza un pase ao porteiro-colaborador que lle devolve un pase para a súa recepción en carreira, 2 de 4 unha vez recibido inicia un desprazamento en slalom botando entre os conos, para terminar cun lanzamento a portería desde a liña de seis metros.

-Colocáronse cinco conos de acordo co gráfico “Distribución das probas”: o máis afastado a un metro da liña do centro, e os demais, comezando pola liña de nove metros, e separados dous metros un doutro.

-Pódense realizar tres intentos.

**5. Realiza varias accións de finta para, unha vez superado o opoñente inactivo, lanzar a portería desde 9 metros.**

- a. Realizáronse os pases e recepcións de maneira que permitan o control do balón por parte do colaborador e do propio alumno.
- b. Realizouse a finta superando ao opoñente inactivo.
- c. Finalízanse as accións co lanzamento a portería desde os 9 metros, marcando gol.
- d. Respectouse a regra dos tres pasos.



### **PROBA ASOCIADA “\*FINTA E LANZAMENTO EN DISTANCIA”**

-O alumno sitúase cunha profundidade entre doce e quince metros na zona dun lateral con balón, e un colaborador entre dous conos e por diante da liña de nove metros con función de defensor inactivo de acordo co gráfico “Distribución das probas”.

-Realízase un pase de ida e volta co compañeiro para realizar con balón unha finta ao opoñente inactivo, superalo e terminar lanzando a portería entre os postes.

-Os conos que definen a zona de dez metros están separados 3 metros.

-A proba realízase no lado preferente do campo, e teranse tres intentos.

### **CONDICIÓN BÁSICAS DE REALIZACIÓN DA PROBA DE CARÁCTER ESPECÍFICO ESPAZOS E EQUIPAMENTOS:**

Para a realización das probas prácticas necesitarase medio campo de balonmán (20x20\*m) e unha portería regulamentaria.

#### **MATERIAIS:**

Balóns de balonmán.

Conos ou estafetas.

Gráfico 1. Distribución das probas

