

Progetto «Happy Handball»

classe 2 A scuola secondaria di I grado
plesso di Offagna

Noi alunni della classe 2 A di Offagna abbiamo partecipato ad un ciclo di 5 lezioni dedicate alla conoscenza e alla pratica della pallamano (Handball), proposto dalla nostra professoressa di educazione motoria Gemma Polverini.

Ecco una sintesi di quello che abbiamo imparato, sia in teoria che in pratica.

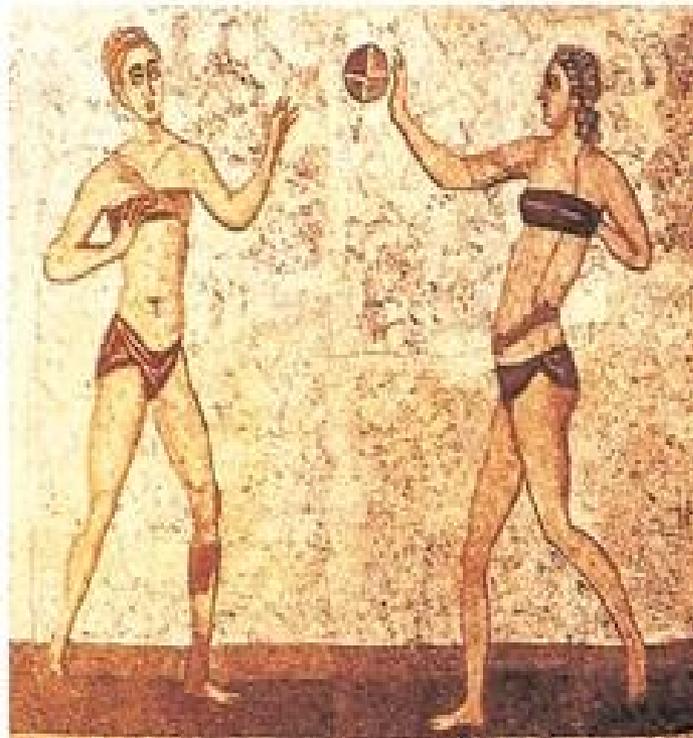
Pallamano (Handball)

by Sofia Andreoni e Asia Ippoliti



ORIGINI

- Ha origini greche.
- Nell'antica Roma esisteva un gioco simile.



PALLAMANO MODERNA

- La pallamano moderna fu fondata nel 1907 da Max Heiser, un professore di educazione fisica tedesco con il nome di “TornBall”.
- Due anni dopo le fu dato il nome di Handball (pallamano) da Carl Schelenz.



LO SCOPO DEL GIOCO

Lo scopo del gioco è tirare in porta e fare goal, ma anche difendere la propria porta.



DURATA

Ci sono 2 tempi da 30 minuti e un intervallo da 10 minuti.



GIOCATORI

Si gioca con 7 giocatori per squadra e ci sono 7 riserve.

RUOLI

-Centrale

-Pivot

-Terzini

-Ali

-Portiere



REGOLE PRINCIPALI

- Il giocatore che non sia in movimento può tenere il pallone in mano per un massimo di 3", e non può compiere più di 3 passi senza lanciarlo o farlo rimbalzare sul terreno.
- Non si può interrompere il palleggio per poi continuare, altrimenti è «doppio».
- La squadra attaccante, ovvero in possesso del pallone, deve realizzare il goal lanciando la palla senza entrare nell'area difesa dal portiere. In caso di tiro in elevazione, il giocatore può entrare, ma deve liberarsi del pallone prima di atterrare nell'area.
- Dopo che una squadra ha subito un goal, deve andare a rimettere in gioco la palla a centro campo, e i giocatori della propria squadra devono essere dietro la linea di metà campo. E' possibile effettuare la rimessa in gioco anche in caso in cui ci siano giocatori avversari all'interno del proprio metà campo.
- Viene fischiato fallo nel momento in cui un giocatore tocchi la palla con i piedi (fino all'altezza delle ginocchia).
- Il portiere non può ricevere un passaggio dal compagno di squadra mentre si

FALLI E PENALITA'

I falli commessi dai giocatori sono così sanzionabili:

- **Ammonizione (cartellino giallo):** l'avvertimento impartito al giocatore reo di una scorrettezza.
- **sospensione temporanea:** viene formalizzata tramite un gesto dell'arbitro, questo infatti indica il giocatore e fa un segno due con la seconda mano, che sospende il giocatore **per un periodo di 2'**.

TIRI

-Doppio appoggio

-Elevazione

-Estensione

-Tuffo

-Sottomano

-Pallonetto

-Girella

-Tiro volante

