

MULTIESPORT - HANDBOL

FORMES JUGADES

- Es realitzaran tres formes jugades de manera que cada esportista realitzi els moviments bàsics de cada esport: conducció, passada i rematada/llançament.
- És important que els entrenadors/delegats facilitin la dinàmica de cada activitat per fer-la el més didàctica/educativa/formativa possible, valorant adequadament la competitivitat.
- En el cas específic del multiesport cada entitat haurà d'aportar el màxim de pilotes per realitzar l'activitat:
 - FUTBOL SALA: preferentment pilotes de futbol – 7 o futbol sala
 - BÀSQUET: preferentment pilotes de volei sènior o minibàsquet
 - **HANDBOL: pilotes de minihandbol**

SITUACIONS REALS DE JOC

- Es jugaran dues parts de 10 minuts cada una, amb cinc minuts de descans. En el cas que les dues entitats presentin molts esportistes ,es podrà suprimir el descans i fer una partit únic de 25 minuts.
- Es recomanable que tots els esportistes gaudeixen del mateix temps de joc.
- Cal prioritzar la part formativa de la competició per davant del resultat.

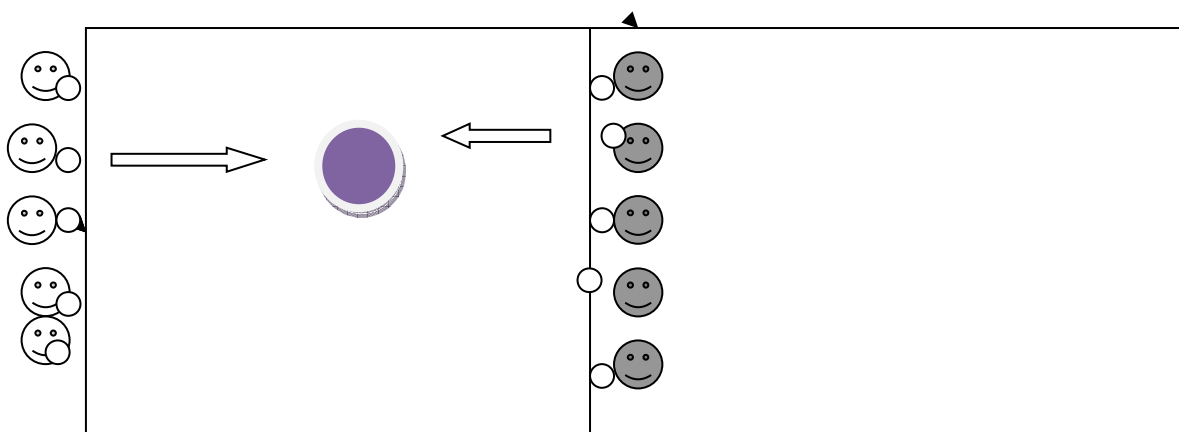
MULTIESPORT - HANDBOL

JOC PILOTA FUIG

L'equip A ☺ es posa darrera de la línia de fons amb una pilota de minihandbol per cada nen. L'equip B ☹ es posa darrera de la línia de mig camp també amb una pilota per nen. Hi ha una pilota gran al mig del camp.

L'objectiu és intentar tocar la pilota gran i portar-la cap a la línia de l'altre equip.

Guanya l'equip que aconseguix fer passar la pilota gran de la línia de l'altre equip o també si la pilota gran toca un jugador de l'altre equip.



Joc pilota fuig

Material : una pilota gran i una pilota de minihandbol per cada nen.

Habilitats motrius específiques: llançament.

Temps : màxim 3 minuts. És pot repetir.

MULTIESPORT - HANDBOL

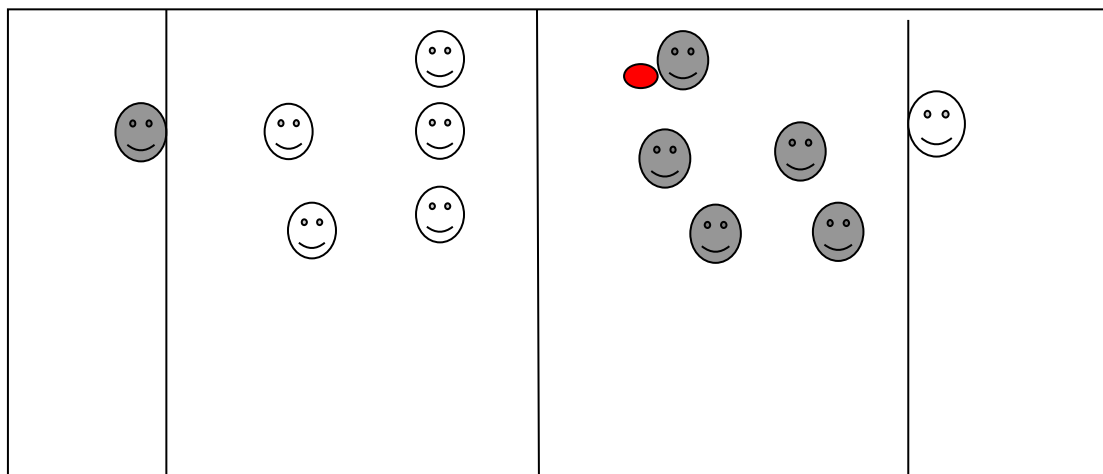
CEMENTERI

L'equip A ☺ es posa en un camp sense sortir de les línies i l'equip B ☹ és posa a l'altre camp. El joc consisteix en tocar als de l'equip contrari llançant una pilota des del nostre camp. Els tocats van a la línia de fons del camp contrari. El joc s'acaba quan un equip ha tocats a tots els de l'altre.

Els jugadors de la línia de fons es poden salvar si toquen a un jugador amb la pilota.

Si un jugador és tocat però la pilota no cau a terra és salva i continua jugant.

Si un equip té més jugadors, l'altre equip tindrà tantes vides com jugadors de més té l'altre.



Joc cementiri

Material : 1 pilota de la mida de minihandbol però d'espuma.

Habilitats motrius específiques: passar i llançar .

Temps : màxim 6 minuts. És pot repetir.

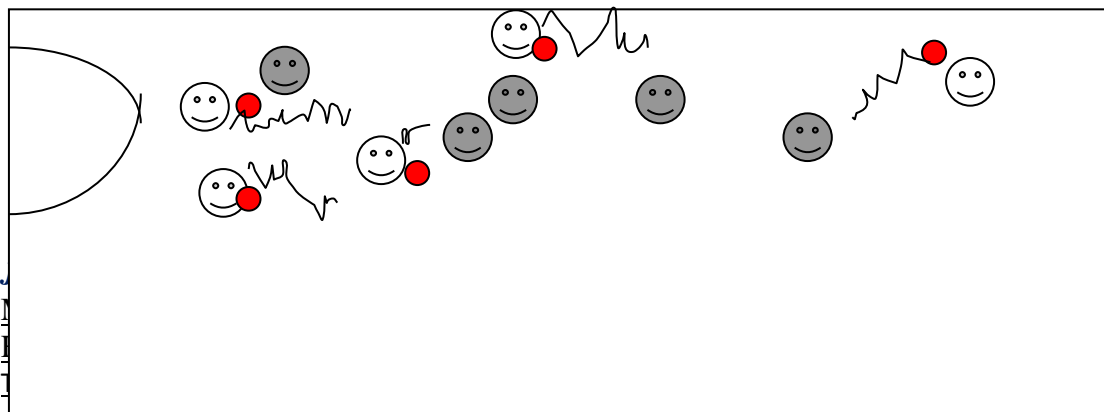
MULTIESPORT - HANDBOL

JOC “policies i lladres”

L'equip A (😊) són els policies i van botant la pilota i l'equip B (😬) són els lladres.

El joc consisteix en que els policies botant la pilota han de tocar a un lladre amb la mà. Els lladres tocats van a la presó (àrea de futbol sala) i es poden salvar si fan cadena amb el primer tocat a la porteria i al darrer el toca un lladre viu.

. El joc acaba quan tots els lladres són a la presó. Després canvi de rols.



Joc policies i lladres

Material : 1 pilota minihandbol per cada policia.

Habilitats motrius específiques: botar

Temps : màxim 5 minuts i canvi de rol.