

Materia: EDUCACIÓN FÍSICA -1º ESO-

Tareas: 1ª **EVALUACIÓN** | Contenido: **Hockey-Sala** | Ficha: 1 de 1

ALUMNO/A:

Prof. Guardia:

Apoyo Libro de Texto (sí/no): tema pág.....

FECHA Y HORA:



Fichas de Trabajo ESO - Aula de Convivencia by Fco. Javier Torres Roco is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial CompartirIgual 4.0 Internacional License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

TEORÍA

EL HOCKEY-SALA

-¿En qué consiste?

.En civilizaciones antiguas como China, Persia e India ya se practicaban juegos con pelota y bastones. Sin embargo, el hockey-sala, también llamado unihockey o floorball, es un deporte alternativo de aparición reciente.

.Al manejarse un palo o stick, el hockey desarrolla habilidades propias y distintas a las e otros deportes colectivos. Es un deporte fácil de aprender, muy dinámico y de reglas sencillas. Antecedentes inmediatos del hockey-sala son el hockey-hierba, sobre hielo (Canadá) y sobre patines.

-¿Cuál es el objetivo del juego?

.El objetivo del juego es introducir una bola de plástico en la portería del equipo contrario, golpeándola con un palo o stick. Cada vez que se consigue, se marca un gol y vence un encuentro el equipo que más goles marca.

.En las competiciones oficiales se aplica el reglamento de la Federación Internacional de Floorball, según la cual se enfrentan equipos de 5 jugadores y un portero. Sin embargo, también se puede jugar en equipos de 4 ó 3 jugadores. Un partido tiene una duración de 2 tiempos de 8 minutos, con un descanso de 2 minutos.

Durante un partido son acciones ...

Permitidas	No permitidas (faltas)
<ul style="list-style-type: none">.Para la bola con el pie o el pecho..Meter el stick en el área de portería, siempre que la bolo se encuentre dentro..Jugar con las bandas.	<ul style="list-style-type: none">.Empujar o agarrar a otro jugador..Levantar la pala el stick por encima de la cabeza..Jugar con el pal con peligro..Jugar tumbado en el suelo..Jugar la bola con la mano..Pasar la bola con el pie..Lanzar el palo.

¿Cuáles son las habilidades básicas?

.**Agarrar el stick.** Aunque normalmente la mano izquierda se coloca en la parte superior del mango y la derecha a unos 35 cms. hay quien se encuentra más cómodo al revés. La más baja no aprieta el stick, para que pueda girar con el movimiento de la mano superior.

.La **conducción** consiste en desplazarse con la bola sin perder el control, realizando continuos contactos. El mango se separa del cuerpo y la bola permanece delante de los pies y algo a la derecha.

.El **pase** es enviar la bola a un compañero. Permite mantener conectados a los componentes de un equipo. Puede hacerse empujando la bola (push) o goleándola.

.En la **recepción** se baja la pala del stick, realizando un acompañamiento de la bola. También se puede colocar el stick paralelo al suelo, debiendo practicarlo del derecho y del revés.

.El gesto del **lanzamiento** a portería es parecido al del pase, con empuje o con golpeo, pero se hace con más fuerza y precisión. Los pies permanecen bastante separados y las piernas ayudan en el lanzamiento.

FALTAS

.Las faltas se sancionan con un golpe franco, y se saca desde el lugar donde se cometió.

.Cuando un jugador comete una falta grave ante una situación clara de gol, se pita penalti.

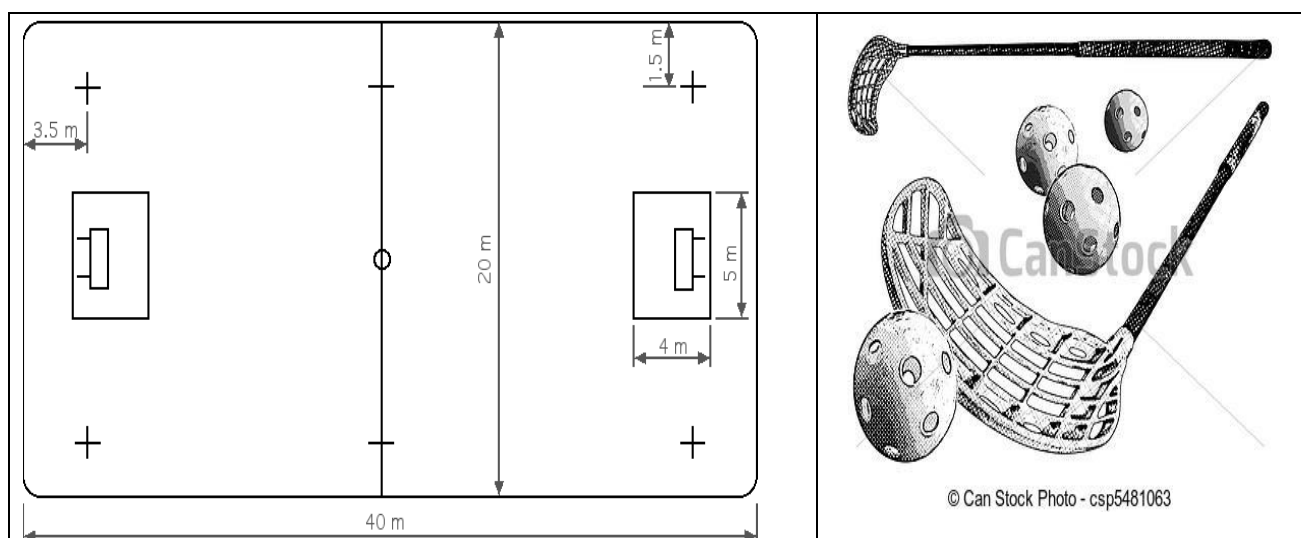
.Si la bola se aplasta, una portería se desplaza o hay una lesión, se realizará un saque neutral.

.El jugador con un comportamiento antideportivo o que reincide en las faltas puede ser expulsado de 2 a 5 minutos.

MEDIDAS y PESOS

Campo:	Porterías	Área:	Stick:	Bola:
mínimo de 10x20 m. valladas alrededor	60 x 90 cms A 2,85 m. de línea de fondo	3 x 1,5 m. No pisar	No pesar más de 380 gr. No medir más de 95º gr. Mango redondeado	Menos de 23 gr. Diámetro 72 mm. 26 agujeros de 10 msm.

Campo de Hockey-Sala Stick



Materia: EDUCACIÓN FÍSICA -1º ESO-

Tareas: 1ª **EVALUACIÓN**

Contenido: **Hockey-Sala**

Ficha: 1 de 1

ALUMNO/A:

Prof. Guardia:

Apoyo Libro de Texto (sí/no): tema pág.....

FECHA Y HORA:



Fichas de Trabajo ESO - Aula de Convivencia by Fco. Javier Torres Roco is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial CompartirIgual 4.0 Internacional License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

EJERCICIOS

1.- ¿Cuál es el objetivo del juego del hockey-sala?

2.- Explica el significado de los siguientes conceptos.

.Conducción:

.Pase:

.Recepción:

.Lanzamiento:

3.-Verdadero o falso.

	V	F
.El hockey-sala ya se practicaba con gran parecido al actual en China.		
.El hockey-hielo es original de Canadá.		
.El hockey-sala es un deporte distinto al floorball.		
.Un partido de hockey-sala dura 2 tiempos de 8 minutos.		
.Aunque pueden jugar menos, un equipo de hockey-sala está compuesto por 5 jugadores.		
.El campo de hockey-sala debe medir como mínimo 10x20 m.		
.Si se comete falta grave ante una situación clara de gol, el árbitro pitará golpe franco.		
.Si la bola se aplasta o se mueve la portería, se pitará saque neutral.		
.Un jugador con un comportamiento antideportivo puede ser expulsado 7 minutos.		

4.- Indica en cada una de estas acciones se considera falta o está permitida por el reglamento.

- a) Jugar la bola con las bandas ...
- b) Empujar o agarrar a otro jugador ...
- c) Para la bola con el pie o con el pecho ...
- d) Levantar la pala del stick por encima de la cabeza ...
- e) Jugar tumbado en el suelo ...
- f) Pasar la bola con el pie ...
- g) Lanzar el palo ...

5.- Indica dos aspectos claves para realizar una buena conducción.

6.- Dibuja un campo de hockey-sala (floorball) con todas las líneas y medidas que conozcas.

VALORACIÓN DEL PROFESOR DE GUARDIA	¿Trabaja?	SI	NO
------------------------------------	-----------	----	----

OBSERVACIONES