

**Federación Cubana de Balonmano**

# Vía Blanca y Boyeros, Cerro. Ciudad La Habana. Cuba

Teléfonos (53) (7) 648 5029

E mail: balonmano@inder.cu

**CAMBIOS DE REDACCIÓN EN EL PIPD DEPORTE BALONMANO**

* **Indicaciones Metodológicas para las edades de 6 a 8 años**

**Objetivo: Cambio de Adecuar a Familiarizar**

**Diversión: Cambio de Los niños a estas edades tienen que divertirse entrenando a Los niños a estas edades deben de aprender los primeros pasos durante el juego.**

* **Asociar: El trabajo global y fragmentario básico, así como el desarrollo polivalente de las (Cambio de Habilidades) por Capacidades Físicas dentro de los propios juegos pre-deportivos.**
* **Objetivos para el Proceso de Enseñanza.**
* **Condicionar ~~Mejorar~~ el estado físico: insistiendo en capacidades esenciales en este periodo como la Agilidad, Coordinación, ~~velocidad, la resistencia aerobia~~ y la movilidad articular.**
* **Sistemas de Contenidos**
* **Juegos de Destreza Motriz. (Dribling, Pases, Competiciones Traslado de Balón)**
* **Cambio en el trabajo de los Porcientos.**

**Cambio de Volumen de Trabajo a Propuesta de Trabajo**

* **Objetivos Especificos de 9 a 10 años.**

**Habilidades técnicas básicas**

**- Lanzamiento:**

* **De precisión**
* **~~De potencia (~~ ELIMINADO~~)~~**
* **En salto o en apoyo con el suelo.**
* **INDICACIONES METODOLOGICA CATEGORIA 13-15 AÑOS**
* **Medios técnicos ofensivos:**
* **Elementos técnicos para el manejo del balón.**
* **El objetivo final a desarrollar será que el jugador sienta el balón como un elemento más de su cuerpo y de su motricidad, que no tenga que dedicar esfuerzos perceptivos o de ejecución a este aspecto.**