



FEDERACIÓN TERRITORIAL CASTILLA Y LEON DE  
BALONMANO

# CURSO MONITOR DE BALONMANO

---

Plan de formación del Currículo nacional



Formación integral oficial de balonmano  
Dirigido a : Entrenador





## **NIVEL I (ENTRENADOR MONITOR DE BALONMANO)**

### **BLOQUE COMÚN**

#### **A) ÁREA DE FUNDAMENTOS BIOLÓGICOS**

##### **1. Objetivos:**

- a) Conocer los elementos básicos de la anatomía humana, con especial atención al aparato locomotor y el sistema cardiovascular.
- b) Conocer con la terminología básica de las ciencias biológicas, en especial la utilizada habitualmente en el deporte.
- c) Comprender el funcionamiento del organismo humano y su adaptación al ejercicio físico.

##### **2. Contenidos:**

- a) Elementos básicos de anatomía humana, con especial atención al aparato locomotor y cardio-respiratorio.
- b) Elementos básicos de fisiología, con especial referencia al ejercicio físico.

#### **B) ÁREA DEL COMPORTAMIENTO Y DEL APRENDIZAJE**

##### **1. Objetivos:**

- a) Conocer los elementos básicos de la psicología del desarrollo, con especial atención a la evolución de los intereses, personalidad, psicomotricidad, inteligencia, etc., de los niños y adolescentes.
- b) Conocer los factores que mejoran el proceso de adquisición de las habilidades deportivas.
- c) Conocer el papel que juega el técnico deportivo en la adquisición de destrezas y habilidades deportivas.
- d) Conocer los métodos y sistemas de enseñanza de las habilidades deportivas.



## **2. Contenidos:**

- a) Introducción a la psicología evolutiva. Su relación con la iniciación y enseñanza deportiva.
- b) Conceptos básicos sobre la organización y funcionamiento de los grupos deportivos.
- c) Aprendizaje del acto motor.
- d) Evaluación de la enseñanza-aprendizaje de la actividad física.

## **C) ÁREA DE TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

### **1. Objetivos:**

- a) Conocer los elementos básicos del entrenamiento deportivo.
- b) Conocer las bases de la teoría de la adaptación al entrenamiento.
- c) Conocer las cualidades físicas básicas en relación con el rendimiento deportivo.
- d) Conocer los métodos básicos para el desarrollo de las cualidades físicas.
- e) Identificar un núcleo básico de ejercicios con las cualidades que desarrollan.

### **2. Contenidos:**

- a) El entrenamiento. Consideraciones básicas.
- b) Los objetivos y medios del entrenamiento. Consideraciones generales.
- c) El calentamiento. Funciones. Metodología.
- d) Sistemas básicos para el desarrollo de las cualidades físicas.



## D) ÁREA DE ORGANIZACIÓN Y LEGISLACIÓN DEL DEPORTE

### 1. Objetivos:

- a) Conocer la estructura y organización básica del deporte en España.
- b) Conocer la estructura y organización del deporte de la Comunidad Autónoma correspondiente.

### 2. Contenidos:

- a) Organización deportiva del Estado y de las Comunidades Autónomas.
- b) Competencias de las Administraciones Públicas en el ámbito del deporte.
- c) Competencias de las Federaciones deportivas y los clubes deportivos.

## BLOQUE ESPECÍFICO

### A) FORMACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA (OFENSIVA Y DEFENSIVA)

#### 1. Objetivos:

- a) Describir los elementos básicos de la técnica y la táctica del balonmano.
- b) Determinar los gestos técnicos básicos del balonmano en la etapa de iniciación deportiva.
- c) Emplear la terminología elemental de la técnica y la táctica del balonmano.
- d) Demostrar los gestos técnicos fundamentales del balonmano.

#### 2. Contenidos:

- a) Los Deportes de equipo. Características básicas de los deportes de equipo.
  - El esquema elemental del acto motor.
  - Las características básicas de los deportes de equipo. Las definiciones básicas.
  - Los objetivos del ataque y de la defensa.
- b) El transporte de balón.
  - Los pases y recepciones.



- Los lanzamientos y las paradas.
  - La progresión con bote.
- c) Los lanzamientos
- Los elementos básicos para lanzar potente y preciso.
  - Los aspectos tácticos elementales del lanzamiento.
- d) El ataque
- Objetivos
  - Formas de superar al adversario: el desmarque y la finta.
  - La organización del equipo en ataque.
- e) La defensa
- Objetivos
  - El marcaje, las interceptaciones y las ayudas
  - La organización del equipo en defensa.
- f) El portero
- La posición de base
  - Los desplazamientos
  - La terminología, nomenclatura y simbología

## **B) DIDÁCTICA DE LA INICIACIÓN AL BALONMANO**

### **1. Objetivos:**

- a) Comprender las características del juego y sus implicaciones metodológicas.
- b) Emplear los métodos y estilos de enseñanza en función de los objetivos y contenidos, adecuándolos a las distintas edades de los alumnos.
- c) Aplicar los principios de la didáctica al proceso de enseñanza-aprendizaje del balonmano.
- d) Emplear una progresión metodológica en la enseñanza del balonmano.
- e) Determinar los contenidos técnicos y tácticos de la etapa de iniciación al balonmano
- f) Caracterizar los diferentes métodos y estilos de enseñanza aplicables en la fase de iniciación
- g) Conocer los medios e instrumentos básicos de evaluación



## 2. Contenidos:

- a) Los fundamentos didácticos.
  - La naturaleza del proceso de enseñanza-aprendizaje. El aprendizaje motor.
  - Las habilidades motrices en el balonmano.
- b) Descripción y análisis del juego del balonmano desde una perspectiva metodológica.
  - Las características del juego.  
Los componentes estructurales y funcionales.
  - El ciclo del juego. Ataque defensa.
- c) Estructuración del proceso de enseñanza-aprendizaje en balonmano. Etapas de formación.
  - El proceso de formación de un deportista.  
Las etapas de la formación en el balonmano.
- d) Las etapas en la enseñanza y entrenamiento del Balonmano. La progresión metodológica.
- e) La etapa de iniciación. Características generales.
  - Los principios metodológicos.  
El modelo de intervención y tendencias metodológicas.
  - Las fases de la iniciación en el balonmano.  
Las formas de intervención.
- f) Los fundamentos para el diseño y desarrollo de la programación en la etapa de iniciación al balonmano.
  - Concepto de programación.
  - Diseño de una programación básica para la etapa de iniciación.
  - Diseño de actividades de enseñanza y aprendizaje.
  - La sesión de entrenamiento.
- g) El aprendizaje en el balonmano.
  - El aprendizaje con niños.
  - Condiciones y factores que influyen en el aprendizaje.
  - El aprendizaje en las primeras etapas.



## C) REGLAS DE JUEGO

### 1. Objetivos:

- a) Conocer las características reglamentarias de los elementos que intervienen en el desarrollo del juego del balonmano.
- b) Enseñar las normas básicas del reglamento del balonmano.

### 2. Contenidos:

- a) Reglas de referencias espaciales
- b) Reglas de referencias temporales
- c) Reglas referidas al móvil y su uso en el juego
- d) Reglas referidas al comportamiento del jugador en el campo
- e) Reglas referidas al árbitro, cronometrador y anotador
- f) El proceso de aprendizaje de las reglas básicas en los jóvenes jugadores:
  - Adaptación de las reglas a la etapa de desarrollo motor concreto
  - La educación y el respeto al juego limpio

## D) ÁREA DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL DEPORTE

### 1. Objetivos generales:

- a) Conocer las lesiones por sobrecarga y por agentes indirectos más frecuentes en balonmano, así como los medios para su prevención
- b) Conocer los hábitos de higiene imprescindibles en la práctica del balonmano
- c) Conocer la posible influencia de los materiales y equipamientos en la generación de lesiones
- d) Conocer aspectos básicos en la actuación ante accidentes

### 2. Contenidos:

- a) Lesiones mas frecuentes por sobrecarga en la práctica del balonmano. Prevención y actuación
- b) Lesiones mas frecuentes por agentes indirectos en la práctica del balonmano. Prevención y actuación
- c) Higiene en la práctica del balonmano
- d) Influencia de las drogodependencias (con especial insistencia en el consumo de tabaco y alcohol) en la salud
- e) Los materiales y equipamientos en la práctica del balonmano y posible influencia en la aparición de lesiones



## **E) ÁREA DE DESARROLLO PROFESIONAL**

### **1. Objetivos generales:**

- a) Conocer el entorno institucional y legal del balonmano
- b) Conocer la legislación laboral aplicable a los monitores (nivel I)
- c) Conocer los requisitos legales para ejercer la función de monitor de balonmano
- d) Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del monitor de balonmano

### **2. Contenidos:**

- a) La figura del monitor de balonmano (nivel I). Marco legal
- b) Requisitos laborales y fiscales para el ejercicio profesional. Responsabilidad civil y penal
- c) Competencias profesionales





## DATOS DE LA CONVOCATORIA

### FEDERACIÓN TERRITORIAL CASTILLA Y LEON DE BALONMANO CURSO MONITOR DE BALONMANO

#### Localización

Localización	
Localidad	
Provincia	

#### Fechas

Inscripciones	
Fecha de inicio de inscripciones	25/05/2021
Fecha de fin de inscripciones	10/06/2021
Curso	
Fecha de inicio del curso	11/06/2021
Fecha de fin del curso	11/07/2021

#### Horarios

Día	Mañana	Tarde	Noche
L			
M		15:30 a 21:30	
X			
J		15:30 a 21:30	
V		19:00 a 22:00	
S		15:30 a 21:30	
D		16:00 a 21:00	

#### Conceptos Económicos

Concepto	Importe
Derechos del curso	150 €
Importe tasas diploma	0 €
Total	150 €



Datos económicos	
Forma de pago	Transferencia y TPV
IBAN	ES9400815526460001193421

Formas de pago - plazos	Importe	Fechas
Pago inicial	150 €	25/05/2021 a 09/06/2021

Observaciones

Observaciones
Curso de monitor cumpliendo la actual normativa. La parte presencial obligatoria se realizará durante dos fines de semana, en lugar dependiente de las inscripciones que tengamos.