TEST DE CONCEPTOS BENJAMÍN

Test de conocimientos sobre Balonmano	SI	NO
EL REGLAMENTO		
La pista de balonmano está dividida en dos mitades con un área cada una.		
Con la pelota en la mano puedo dar 5 pasos		
Si estoy botando puedo coger la pelota y volver a botar		
Para recuperar la pelota puedo empujar a los jugadores del otro equipo		
Si la pelota viene rodando puedo darle con los pies		
Si el árbitro pita una falta contra mi equipo puedo colocarme a un metro del jugador que va a sacar		
LA TÉCNICA INDIVIDUAL		
Para pasar la pelota correctamente debo levantar el brazo y colocar la pelota a la altura de la cabeza		
Si recupero la pelota en defensa debo llegar rápidamente al otro área botando sin pasar a mis compañeros		
Si estoy defendiendo puedo agarrar al atacante		
Si pierdo la pelota en ataque debo bajar rápidamente y colocarme entre mi atacante y mi portería		
LA TÁCTICA INDIVIDUAL		
Si un compañero no me está mirando puedo pasarle la pelota		
Si recupero la pelota en defensa y hay un compañero desmarcado más cerca de la portería debo pasarle		
Si mi atacante es más rápido que yo debo darle espacio para poder reaccionar si intenta superarme		
Si mi equipo pierde la pelota en ataque debo presionar al que la tiene aunque no sea mi responsabilidad		
LA TÁCTICA COLECTIVA		
Si mi compañero quiere pasarme la pelota me quedaré detrás de mi defensor		
Si mi equipo recupera la pelota me colocaré muy cerca del que la tiene para que sea más fácil el pase		
Si estoy defendiendo a mi atacante que no tiene balón y a mi compañero se le escapa el suyo voy a ayudarlo		
Si mi equipo pierde la pelota en ataque debo bajar a defender rápidamente mi zona de responsabilidad		
LA ACTITUD		
Si un jugador contrario me insulta yo haré lo mismo con él		
Si un compañero está tiene problemas lo ayudaré		
Si el monitor me pide que haga un ejercicio que no me gusta no lo haré		
Si hay una pelota en el suelo podré darle una patada y mandarla lo más lejos posible		