

# Programa Analítico de Disciplina

## EFI 164 - Handebol I

Departamento de Educação Física - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde

Catálogo: 2024

Número de créditos: 4

Carga horária semestral: 60h

Carga horária semanal teórica: 1h

Carga horária semanal prática: 3h

Carga horária de extensão: 15h

Semestres: I

### Objetivos

*Não definidos*

### Ementa

Conhecimentos gerais do handebol. Processos pedagógicos de iniciação ao jogo. Gestos básicos do handebol. Exercícios específicos de handebol. Funções do goleiro. Funções do defensor. Regras. Prática dos Componentes Curriculares, com trato pedagógico do conteúdo Handebol em espaços escolares e não escolares, com atuação ativa com a comunidade em formato de extensão universitária.

### Atividades de Extensão

Trato pedagógico do conhecimento da disciplina Handebol I, em projeto de extensão desenvolvido sob a responsabilidade do docente da disciplina, focando em intervenções que contemple ação docente em espaços formais e não-formais de ensino do Handebol. Faz parte da formação discente o planejamento (junto ao professor e comunidade atendida) e intervenção com projetos de extensão de Handebol.

### Pré e correquisitos

*Não definidos*

### Oferecimentos obrigatórios

| Curso                          | Período |
|--------------------------------|---------|
| Educação Física - Bacharelado  | 3       |
| Educação Física - Licenciatura | 3       |

### Oferecimentos optativos

*Não definidos*

## EFI 164 - Handebol I

| Conteúdo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |    |    |    |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|----|----|
| Unidade                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | T  | P  | ED | Pj | To |
| <b>1. Conhecimentos gerais do handebol</b><br>1. Origem e evolução do Handebol<br>2. Objetivos do ensino do Handebol para ensino de 1º e 2º graus e ensino superior<br>3. Local adequado à prática do handebol: identificação da área do jogo - suas características, limites e denominações das linhas<br>4. Definição e regras básicas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1h | 0h | 0h | 0h | 1h |
| <b>2. Processos pedagógicos de iniciação ao jogo</b><br>1. Metodologia a ser utilizada na fase de iniciação ao Handebol<br>2. Posição fundamental de defesa e ataque<br>3. Formas de passes, arremessos e condução de bola                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2h | 0h | 0h | 0h | 2h |
| <b>3. Gestos básicos do handebol</b><br>1. Passos regulamentares<br>2. Técnica individual<br>3. Condução da bola - deslocamento com dribles e sem dribles<br>4. Exercícios com dribles<br>5. O passe<br>6. Tipos de passes - normal e especiais:<br>7. Em posicional<br>8. Em engajamento<br>9. Com circulação de jogadores<br>10. Frente a adversários<br>11. Em situação de jogo<br>12. Exercícios de passes<br>13. Tiro a gol:<br>14. De média e longa distância<br>15. Sem oposição<br>16. Com oposição<br>17. Exercícios do tiro a gol<br>18. Tiro a gol com invasão da área<br>19. Por infiltração do armador<br>20. Por engajamento do ponta<br>21. Por ações do pivot<br>22. Tipos de cruzamentos:<br>23. Cruzamento e bloqueio<br>24. Cruzamento dos pontas, armadores e pivot<br>25. Inclusão do bloqueio no cruzamento<br>26. Finalidade do cruzamento e bloqueio<br>27. Exercícios de cruzamento e bloqueio .1<br>28. Ensino dos gestos básicos de handebol | 5h | 0h | 0h | 0h | 5h |
| <b>4. Exercícios específicos de handebol</b><br>1. Exercícios de defesa<br>2. Exercícios de passes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3h | 0h | 0h | 0h | 3h |
| <b>5. Funções do goleiro</b><br>1. O goleiro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1h | 0h | 0h | 0h | 1h |

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: EPUM.CMRO.GLRU

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |            |           |           |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|-----------|-----------|------------|
| 2. Posição fundamental, deslocamentos, ataques à bola, uso dos pés, colaboração com os companheiros, qualidades essenciais a um goleiro                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |            |            |           |           |            |
| <b>6. Funções do defensor</b><br>1. Posições básicas, deslocamentos e coberturas<br>2. Ataque ao possuidor da bola e intercepções<br>3. Exercícios de treinamento geral de defesa                                                                                                                                                                                                                                                                | 2h         | 0h         | 0h        | 0h        | 2h         |
| <b>7. Regras</b><br>1. Identificação das regras com as situações reais do jogo<br>2. Análise e interpretação das regras básicas<br>3. Aplicação prática das principais regras do jogo                                                                                                                                                                                                                                                            | 1h         | 0h         | 0h        | 0h        | 1h         |
| <b>8. Conhecimentos gerais de interesse do handebol</b><br>1. Local adequado à prática do Handebol; identificação da área do jogo - suas características, limites e denominações das linhas                                                                                                                                                                                                                                                      | 0h         | 2h         | 0h        | 0h        | 2h         |
| <b>9. Processos pedagógicos de iniciação ao jogo</b><br>1. Posição fundamental de defesa e ataque<br>2. Formas de passes, arremessos e condução de bola                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 0h         | 2h         | 0h        | 0h        | 2h         |
| <b>10. Gestos básicos do handebol</b><br>1. Passos, condução da bola, deslocamento com e sem dribles<br>2. Tipos de passes - normais e especiais, em posicional, em engajamento, com circulação, frente a adversários, em situação de jogo<br>3. Tiro a gol de média e longa distância, com oposição, sem oposição, com invasão de área, por infiltração do armador, ponta e "pivot"<br>4. Cruzamento e bloqueio dos pontas, armadores e "pivot" | 0h         | 12h        | 0h        | 0h        | 12h        |
| <b>11. Exercícios específicos do handebol</b><br>1. Exercícios de defesa<br>2. Exercícios de passes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 0h         | 4h         | 0h        | 0h        | 4h         |
| <b>12. O goleiro</b><br>1. Posição, deslocamento, uso dos pés, ataques às bolas, colaboração com os companheiros                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 0h         | 2h         | 0h        | 0h        | 2h         |
| <b>13. Regras</b><br>1. Aplicação prática das principais regras do jogo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 0h         | 4h         | 0h        | 0h        | 4h         |
| <b>14. Funções do defensor</b><br>1. Posições básicas, deslocamentos, coberturas, ataque ao possuidor da bola, intercepções                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 0h         | 4h         | 0h        | 0h        | 4h         |
| <b>15. Prática dos Componentes Curriculares em Projetos de Extensão em Handebol.</b><br><br>1.1. Trato Pedagógico do conteúdo Handebol em espaços escolares e não-escolares.<br>2. Planejamento e intervenção em Projetos de Extensão de Handebol.                                                                                                                                                                                               | 0h         | 15h        | 0h        | 0h        | 15h        |
| <b>Total</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>15h</b> | <b>45h</b> | <b>0h</b> | <b>0h</b> | <b>60h</b> |

Teórica (T); Prática (P); Estudo Dirigido (ED); Projeto (Pj); Total (To);

| Planejamento pedagógico |                      |
|-------------------------|----------------------|
| Carga horária           | Itens                |
| Teórica                 | <i>Não definidos</i> |
| Prática                 | <i>Não definidos</i> |
| Estudo Dirigido         | <i>Não definidos</i> |
| Projeto                 | <i>Não definidos</i> |
| Recursos auxiliares     | <i>Não definidos</i> |

## EFI 164 - Handebol I

### Bibliografias básicas

*Não definidas*

### Bibliografias complementares

| Descrição                                                                                                                                            | Exemplares |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| EHRET, A. (et. al). Manual do Handebol. São Paulo: Phorte. 2002.                                                                                     | 0          |
| FALKOWSKI, M. M. M. e FERNANDES, E. H. Los sistemas de juego ofensivo. Madrid: Libreria Esportiva Esteabn, Sanz M. 1988.                             | 0          |
| FALKOWSKI, M.M.M. e FERNANDES, E.H. Tática e sistema de jogo. Vol II. La tactica ofensiva coletiva. Madrid: Libreria Deportiva Esteban Sanz M, 1979. | 0          |
| FALKOWSKI, M.M.M.; FERNANDES, E.H. Aprendendo a julgar. Madrid: Liberia Deportiva Esteban Snanz M., 1988.                                            | 0          |
| FERNANDES, E.H. e FALKOWSKI, M.M.M. Estudio monográfico del porteso. Madrid: Libreria Deportiva Esteban Sanz Martiniz, 1979.                         | 0          |
| GARCIA, J.L.A. Balonmano - Fundamentos y etapas del aprendizaje. Madrid: Gymnos, S.A, 1990.                                                          | 0          |
| GERT, S & FEDERHOFF, E. Handbol: Técnica, tática, entrenamiento. Buenos Aires: Stadium, 1975.                                                        | 0          |
| GRECO, P. J. (Org.). Caderno de treinamento do goleiro. Belo Horizonte: Health. 2002.                                                                | 0          |
| GRECO, P. J. (Org.). Caderno de rendimento do atleta de handbol. Belo Horizonte: Health. 2000.                                                       | 0          |
| HUBNER, E.A. Mini Handebol. Curitiba: Tulipa, 1999.                                                                                                  | 0          |
| KASLER, H. Handbol: Del aprendizaje a la competencia. Buenos Aires: Kapeluz, 1976.                                                                   | 0          |
| KASLER, H. Handebol - Do aprendizado ao jogo disputado. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico s/n. 1983.                                                  | 0          |
| LISBOA, G.L. Os fundamentos do handebol. Viçosa: Imprensa Universitária, 1983.                                                                       | 0          |
| LOPES, C.G.L. El Balomano. Barcelona: Hispano Europea, 1974.                                                                                         | 0          |
| MARTINI, K. O Handebol. Lisboa: Publicações Europa-América, 1980.                                                                                    | 0          |
| MECHIA, J.M. Handebol da Iniciação ao Treinamento. Curitiba: Itaipu, 1981.                                                                           | 0          |
| MIRI, A.O. Introduccion al handebol. Buenos Aires: Stadium, 1980.                                                                                    | 0          |
| ROCA, M. Caderno sete metros, nº 1. Lisboa: Gráfica 2000. 1986.                                                                                      | 0          |
| ROMAN, J. de D. Guia metodológica - iniciação al Balonmano. Madrid: FED, 1989.                                                                       | 0          |
| SALLES, J. G. do C. Handebol: Treinamento técnico e tático. Viçosa. Canal 4. Vídeo Comunicações. 2001.                                               | 0          |
|                                                                                                                                                      |            |

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: EPUM.CMRO.GLRU

|                                                                                                       |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| SANTOS, A. L. P. Manual do Mini-handebol. São Paulo: Phorte. 2002.                                    | 0 |
| SIMÕES, A. C. Handebol Defensivo: conceitos técnicos e táticos. São Paulo: Phorte Editora Ltda. 2002. | 0 |
| SIMÕES, A. C. Handebol: Táticas defensivas e ofensivas. São Paulo: Brasil Ed., 1980.                  | 0 |
| TENROLER, C. Handebol: Teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint. 2004.                                | 0 |
| ZAMBERLEN, E. Handebol escola e de iniciação. Londrina: Treinamento Desportivo, 1999.                 | 0 |