



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
PROGRAMA DE DISCIPLINA



FEF

CÓDIGO: EF647

NOME: APROFUNDAMENTO EM HANDEBOL

OF:S-5 T:001 P:000 L:002 O:000 D:000 HS:003 SL:003 C:003 AV:N EX:S FM:75%  
Pré-Req.: EF447/ AA200

**Ementa:**

Planejamento, organização e execução de programas para o aprofundamento do Handebol. Treinamento e melhoria do desempenho.

**Objetivos:**

Contribuir para a formação da competência geral do profissional de Educação Física enquanto educador em ambientes não formais de ensino.

Contribuir para o conhecimento do handebol como um esporte moderno nos seus aspectos técnico-táticos nas fases de orientação, direção e especialização do treinamento esportivo.

**Estratégias:**

Aulas expositivas participativas, aulas práticas obrigatórias e observação de jogo obrigatória. Poderá haver aulas sem a presença da professora responsável, porém nesses casos o(a) ministrante da aula tem a titulação mínima de graduação, porém estarão presentes os PADs (voluntários) que acompanharão toda a disciplina.

**Conteúdo programático:**

1. O handebol como um esporte moderno.
2. O handebol brasileiro no cenário mundial.
3. Conhecimento básico de regras de handebol.
4. Habilidades Específicas de handebol (Fundamentos).
5. Capacidades físicas de atletas de handebol.
6. Capacidades técnicas de goleiro e pivô.
7. Meios táticos defensivos.
8. Meios táticos ofensivos.
9. Marcação individual.
10. Sistemas defensivos: 1:5; 3:3; 5:1; 6:0; 3:2:1; 5+1; 4+2.
11. Sistema ofensivo 3:3.
12. Análise de jogo de handebol.

**Crítérios de avaliação:**

A nota semestral será obtida a partir da soma de dois pontos referente ao desempenho do(a) aluno(a) nas aulas; até oito pontos obtidos com a média das provas. Caso algum aluno(a) precise fazer exame a nota final será a média entre a nota do exame e a nota obtida no semestre (antes do exame).

**Bibliografia:**

**BÁSICA**

HELOISA H. B. REIS, *O ensino do Handebol*. Apostila. Campinas, 2007.

\_\_\_\_\_. *O Handebol como um Esporte Moderno*. Apostila. Campinas, 2007.

Última revisão: julho de 2012



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
PROGRAMA DE DISCIPLINA



CÓDIGO: EF647

NOME: APROFUNDAMENTO EM HANDEBOL

\_\_\_\_\_. *Regras Mínimas de Handebol para o Profissional de Educação Física*. Apostila. Campinas, 2007.

PABLO J. GRECO, *La Formación de Jugadores Inteligentes de Balonmano*. Buenos Aires, Sprint, 1987.

**COMPLEMENTAR**

ARNO EHRET, et al. *Manual de Handebol: Treinamento de Base para Crianças e Adolescentes*. Tradução e revisão científica de GRECO, PABLO J. São Paulo, Phorte, 2002.

J. L. ANTÓN GARCIA, *Balonmano – Fundamentos y Etapas de Aprendizage*. Madri, Gymnos, 1990.

JORGE D. KNIJNIK, *Conceitos Básicos para a Elaboração de Estratégias de Ensino Aprendizagem na Iniciação à Prática do Handebol*. Lisboa, Ludus, 2004, pp. 75-81.

ANTÔNIO C. SIMÕES, *Handebol: Conceitos Técnicos e Táticos*. São Paulo, Phorte, 2002.

HELOISA H. B. REIS, *O Pivô de Handebol*. São Paulo, USP (Monografia de especialização), 1986.

WALDIR RIBEIRO, *Manual de Handebol*. Araçatuba, Leme, s/d.