

Vamos jogar em equipe: introdução aos esportes com bola- Handebol



TÍTULO	Vamos jogar em equipe: introdução aos esportes com bola
CANAL	Canal 804 Escola Plus
DURAÇÃO DO VIDEO	20 minutos 15 segundos
CRIADOR DA FICHA	Torneos
PALAVRAS CHAVE	Handebol, Bola, Esporte, Passe, Recepção, Gol, Regulamento
ÁREAS DO CONHECIMENTO	Educação Física
EIXOS TEMÁTICOS	Esportes Aptidão Física e habilidades motoras
NÍVEL	Básico e Intermediário
OBJETIVOS DA APRENDIZAGEM	Que os alunos consigam: 1. Realizar efetivamente movimentos corporais de acordo com seu próprio corpo e as necessidades do jogo. 2. Organizar seu corpo de forma eficaz para realizar ações coletivas de confronto e cooperação ligadas ao jogo regulado. 3. Aplicar as regras básicas do voleibol em situações de jogo.
CONTEÚDOS	Drible, Passe e Recepção, Arremesso, Ataque e Defesa, Deslocamento, Jogo 1 vs 1, 2v 1, 2v2, 3vs.2, 3v s.3, Regras do Handebol
ORIENTAÇÕES PARA O DOCENTE	<p>O objetivo deste guia é oferecer aos professores de Educação Física, de nível primário ou professores rurais, uma série de recomendações sobre o ensino de voleibol escolar.</p> <p>No material audiovisual, você encontrará entre os minutos 13:33 e 19:36 características dos espaços, horários, elementos e regras do jogo. Por sua vez, oferece informações sobre a organização dos jogadores e as metodologias de aprendizagem das diferentes técnicas e a abordagem das táticas, ou seja, os fundamentos de cada esporte.</p> <p>A proposta tenta que os alunos se aproximem gradualmente da priorização do esporte:</p> <p>A construção das regras básicas do jogo, tendo como ponto de partida o seu conhecimento anterior.</p> <ul style="list-style-type: none"> • A aplicação de habilidades de movimento desenvolvidas. • A abordagem do aspecto tático em função da capacidade de organização e resolução do grupo, sem aprofundar, neste momento, sistemas táticos mais elaborados. • A noção de equipe, como uma necessidade para todos os jogos cooperativos, para operar em conjunto, tentando gerar estratégias coletivamente que permitam resolver as diferentes situações que surgem, a





fim de alcançar um objetivo comum.

- Dependendo do material esportivo da escola, as atividades podem ser modificadas.

No módulo um, você encontrará atividades de iniciação ao jogo, onde começará a trabalhar os fundamentos básicos do jogo: as regras que tornam o jogo possível, o lançamento, a jogada 1vs 1 e 2vs1, o passe, noções de ataque, organização do grupo

No módulo dois, você encontrará atividades de iniciação para avançar nos seguintes fundamentos básicos do jogo: passagem e recebimento, a localização na quadra em relação a companheiros de equipe e oponentes, organização do grupo em busca de um objetivo, as regras. Sugere-se a leitura do Folheto - Handebol na escola para expandir as informações.

Módulo I

ÁREAS DO CONHECIMENTO	Educação Física	EIXOS TEMÁTICOS	Esportes Aptidão e habilidades motoras
OBJETIVOS DA APRENDIZAGEM	<p>Que os alunos consigam:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar efetivamente os movimentos do corpo com base no seu próprio corpo e nas necessidades que o jogo exige. 2. Organizar seu corpo efetivamente na busca de ações coletivas de confronto e cooperação ligadas ao jogo regulamentado. 3. Conhecer as regras básicas do handebol em situações de jogo 	INDICADORES DE AVALIAÇÃO	<p>Que os alunos consigam:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cortar a bola em uma situação de jogo 2. Identificar quando é conveniente avançar tocando na bola e quando fazer um passe (em relação ao oponente) 3. Olhar para os colegas antes de passar 4. Organizar coletivamente em direção a uma meta 5. Entender quando é um gol. 6. Identificar quando um parceiro comete uma falta (caminha mais de três degraus com a bola, entra na área etc.)
CONTEÚDOS	Drible, Passe e Recepção, Arremesso, Ataque e Defesa, Jogo 1 vs 1, 2v 1, Regras de Handebol		
MATERIAIS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Audiovisual "Vamos jogar em equipe: introdução ao esporte com bola" - 2. Quadro Negro 3. Bolas de borracha ou próprias de handebol 4. Gol ou material para marcar os gols. 5. Cones 		
ATIVIDADES			





Atividade 1-20 minutos

O professor propõe ao grupo assistir ao audiovisual "Vamos jogar em equipe: introdução ao esporte com bola" entre as 13h33 e as 19h36.

Debater com os alunos: O que chamou sua atenção no esporte? Com quantos jogadores você joga? Como estão a quadra e a bola? Em seguida, identifique regras básicas: como você marca um gol? O gol é válido de qualquer lugar da quadra? Quem pode entrar na área do gol? Quantos passos os jogadores dão com a bola na mão? Como eles movem a bola se eles querem avançar muitos metros na quadra?

A partir daí, revele as principais regras com as quais você começará a praticar esportes de maneira adaptada.

1 É META: se a bola passa completamente a linha do gol.

2-Você não pode:

- Quicar a bola, pega-la e depois quicar novamente.
- Tocar na bola com o pé ou a perna abaixo do joelho
- Dar mais de 3 passos com a bola nas mãos.
- Segurar a bola nas mãos por mais de 3 segundos.
- Em todos esses casos, um "lance livre contra" é cobrado.

Atividade 2-15 minutos

O professor oferece a eles um jogo adaptado. Nas quadras de 8m por 3m, eles jogam 1 contra 1. Em cada extremidade, haverá um gol que ocupará toda a largura do campo e uma linha de área do objetivo que o oponente não poderá entrar. Todas as regras que foram compartilhadas com o vídeo serão aplicadas, exceto:

- regra do drible duplo: você não pode quicar a bola, pega-la com as mãos e quica-la novamente
- regra de posse (3 segundos)
- O gol vale de fora da área e você só pode dar três passos com a bola.

Atividade 3-15 minutos

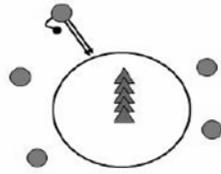
O professor organiza os alunos em duplas, dois jogadores (atacantes) passam a bola ou avançam com drible, enquanto um defensor tenta remover a bola. A regra do drible duplo é adicionada. O referido exercício será linear e começará em um lado da quadra, para alcançar o lado oposto, onde o defensor e o goleiro estarão, lá eles devem lançar para marcar um gol sem entrar na área.

O professor pode aconselhar que, em uma posição de ataque, é importante olhar, passar e considerar quando é conveniente lançar a bola.

Atividade 4-20 minutos

Um círculo é desenhado e dentro dele estão localizados vários cones. Uma equipe, "as águias", serão os atacantes que estarão localizados fora do círculo. No interior, estarão os defensores, que serão as galinhas e devem tomar cuidado para não baterem nos filhotes (os cones). É jogado por tempo, o número de cones lançados é verificado e os papéis são alterados (em defesa, marcação pessoal: cada um escolhe e marca um jogador do outro time)





Módulo II

ÁREAS DO CONHECIMENTO	Educação Física	EIXOS TEMÁTICOS	Esportes Aptidão e habilidades motoras
OBJETIVOS DA APRENDIZAGEM	<p>Que os alunos consigam:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar efetivamente os movimentos do corpo com base no seu próprio corpo e nas necessidades que o jogo exige. 2. Organizar seu corpo efetivamente na busca de ações coletivas de confronto e cooperação ligadas ao jogo regulamentado. 3. Conhecer as regras básicas do handebol em situações de jogo. 	INDICADORES DE AVALIAÇÃO	<p>Que os alunos consigam:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jogar a bola em direção ao gol em uma situação de jogo 2. Passar e receber a bola em uma situação de jogo 3. Demarcar e procurar espaços livres na quadra para receber um passe de um parceiro 4. Receber a bola, pensar e decidir em relação à situação do jogo 5. Organizar coletivamente em direção a uma meta 6. Identificar quando um parceiro dribla duas vezes e comete falta.
CONTEÚDOS	Drible, Passe e Recepção, Arremesso, Ataque e Defesa, Deslocamento, Jogo 2v2, 3vs.2, 3v s.3, Regras do Handebol		
MATERIAIS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bolas de borracha ou de handebol 2. Gols ou elementos para marcar gols. 3. Cones 4. Bola de basquete ou caixa de papelão 		
ATIVIDADES			
<p>Atividade 1 - Tempo sugerido: 15 minutos</p> <p>2 equipes são organizadas e cada uma está localizada em cada lado da linha central da quadra. No centro e cercado por uma área circular, há uma bola de basquete ou uma caixa de papelão. O objetivo de ambas as</p>			





equipes é mover a caixa ou a bola para o lado oposto. Quem conseguir fazer isso ganha um ponto. É explicado depois de jogar a técnica básica de jogar no ombro. É repetido várias vezes.

Atividade 2- Tempo sugerido: 25 minutos

Jogo 2v2. Os campos são montados em todo o espaço com 3 m de arcos e áreas. Em pares, eles devem ser capazes de atingir o maior número possível de objetivos, respeitando as regras básicas estabelecidas no módulo 1. A regra de 3 segundos é adicionada. É jogado pelo tempo e os oponentes estão girando. No ataque, o objetivo é se destacar e procurar espaços vazios para receber. Uma vez que eles tenham sucesso, o objetivo é pensar e decidir.

Atividade 3- Tempo sugerido: 20 minutos

Cada equipe terá 4 jogadores que terão um número de lances aplicado e os passes devem ser feitos respeitando essa ordem, enquanto dois defensores tentarão tirar a bola.

Atividade 4- Tempo sugerido: 20 minutos

Um círculo é desenhado e dentro dele estão localizados dois defensores. Fora do círculo, haverá 7 jogadores atacantes que devem passar um pelo outro. Vale a pena passá-lo para qualquer parceiro, exceto o jogador ao lado. Os jogadores dentro do círculo terão a missão de interceptar a bola, sem sair da área.

