



**SOCIEDADE DE ENSINO SUPERIOR DO MÉDIO PARNAÍBA LTDA – SESMEP
FACULDADE DO MÉDIO PARNAÍBA – FAMEP
INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO COMENIUS – ISEC
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

XILDES ARAÚJO RIBEIRO

EDUCAÇÃO FÍSICA: O HANDEBOL E SUAS TÉCNICAS

PARNAÍBA-PI

2017

XILDES ARAÚJO RIBEIRO

EDUCAÇÃO FÍSICA: O HANDEBOL E SUAS TÉCNICAS

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade do Médio Parnaíba, como requisito para obtenção do título de Licenciada em Educação Física.

Orientador: Prof.^o Lidiana Fonseca de Souza
Melo

PARNAÍBA – PI

2017

XILDES ARAÚJO RIBEIRO

EDUCAÇÃO FÍSICA: O HANDEBOL E SUAS TÉCNICAS

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade do Médio Parnaíba, como requisito para obtenção do título de Licenciada em Educação Física.

Orientador: Prof.º Lidiana Fonseca de Souza Melo

Aprovado em _____ de _____ de 2017

BANCA EXAMINADORA

Prof.º Msc.- Lidiana Fonseca de Souza Melo
Orientadora

Prof.º Msc. Isana Cristina dos Santos Lima
1º Examinador

Prof.º Dr. José Carlos de Sousa
2º Examinador

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, por me proporcionar esse momento, aos meus familiares pelo apoio e compreensão durante essa jornada em busca de uma realização pessoal e profissional.

"Que os vossos esforços desafiem as impossibilidades, lembrai-vos de que as grandes coisas do homem foram conquistadas do que parecia impossível." **(Charles Chaplin)**

RESUMO

O Handebol é uma das modalidades esportivas praticadas nas escolas. O educador físico tem sua metodologia própria para o desenvolvimento de seu trabalho educativo e ou de treinamento. Neste sentido, esta pesquisa de caráter bibliográfica tem por objetivo descrever algumas metodologias para a iniciação e treinamento do Handebol, auxiliando os professores de Educação Física a atuar no campo de treinamento, prescrição e aplicação do exercício. Partindo da percepção que professores e treinadores têm se preocupado não apenas em explorar as habilidades nativas dos atletas, buscam empreender novos métodos para dinamizar o processo ensino-aprendizagem-treinamento e o envolvimento do atleta para o esporte como um todo. Nesse sentido, este trabalho tem a intenção de desmistificar o esporte compartimentado, inflexível, mercadológico e profissional. Tais adjetivos, inclusive, refutam o sentido principal de qualquer perspectiva pedagógica que lute por uma educação libertária.

Palavras-chave: Handebol; Educação Física; Treinamento

ABSTRACT

Handball is one of the most practiced sports modalities in schools. The physical educator has his own methodology for the development of his educational and training work. In this sense, this bibliographic research aims to describe some methodologies for an initiative and training of Handball, helping Physical Education teachers to work without training, prescription and exercise field. Starting from the perception that teachers and coaches have as a concern not only to explore as native abilities of athletes, they seek to undertake new methods to dynamize the teaching-learning-training process and involvement for athletes for the sport as a whole. In this sense, this work intends to demystify the compartmentalized, inflexible, market and professional sport. Such adjectives, even, refute the main meaning of any pedagogical perspective that fights for a libertarian education. After all, will we be in the service of the sport or what is our service?

Keywords: Methodology; handball; Teaching-learning-training

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
CAPITULO 1 – EDUCAÇÃO FÍSICA	12
CAPITULO 2 – HANDEBOL.....	15
2.1 - A história do handebol.....	22
2.2 - O handebol no Brasil.....	24
CAPITULO 3 – EDUCAÇÃO FÍSICA: O HANDEBOL E SUAS TÉCNICAS.....	26
3.1 – Passes.....	26
3.2 – Tipos de passes.....	26
3.3 – Recepções.....	27
3.4 – Progressões.....	28
3.5 – Arremessos.....	28
3.6 - Dribles.....	29
3.7 A história do treinamento.....	29
3.8 – Conceito de treinamento esportivo.....	30
3.9 – Métodos de treinamento.....	30
3.10 – Treinamento técnico.....	30
3.11 - Metodologias para o ensino do treinamento do handebol.....	31
3.12 – Treinamento generalizado (global) e treinamento específico.....	32
3.13 – Método parcial ou analítico.....	33
3.14 - Método global em forma de jogo ou método de confrontação.....	34
3.15 – Método série de exercícios.....	35
3.16 – Método série de jogos.....	36
3.17 – Método crítico-emancipatório.....	37
3.18 - Método estruturalista.....	37
CONSIDERAÇÕES FINAIS	39
REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS	41

INTRODUÇÃO

A importância do esporte na sociedade pode ser demonstrada de diversas formas, como, por exemplo: a preocupação dos governos em tornar o esporte obrigatório, principalmente no ensino, desde a infância até os cursos universitários; a dedicação, por parte da imprensa diária, em todo o mundo, de grande parte de seu tempo e espaço ao noticiário esportivo; a acirrada disputa entre os países para sediar eventos esportivos de alcance internacional; e, o esforço de muitos países em disseminar novas modalidades esportivas (BNDES, 1997).

Os esportes em geral vêm evoluindo de forma intensa ao longo dos anos, exigindo que no processo de formação dos jogadores aplique-se uma metodologia que permita o desenvolvimento global e harmônico das capacidades inerentes ao rendimento esportivo.

O Handebol jogado presentemente foi criado em meados do século XIX na Alemanha com o nome de "Raftball", inicialmente se popularizou em campos de grama com número de jogadores idêntico aos do futebol, contudo, devido às dificuldades encontradas com o rigoroso inverno europeu, foi substituído pelo "Handebol de salão" semelhante ao praticado atualmente.

Considerando o quadro atual da modalidade, o handebol, assim como os demais esportes coletivos, é qualificado principalmente pelo esporte de rendimento, trazendo consigo o propósito de novos êxitos esportivos, a vitória sobre os adversários, e exercido sob regras preestabelecidas pelos organismos internacionais da modalidade.

Não obstante, sabe-se que o esporte assume importante papel educacional frente à realidade social em que vivemos, principalmente quando levamos em conta o seu cunho pedagógico em detrimento do caráter de contemplação. Diante disto, defende-se a ideia de que a aprendizagem deve ir além do ensino dos fundamentos em suas execuções analíticas, acordadas e aplicadas em circunstâncias de jogo, ou seja, deve caminhar na direção do desenvolvimento do ser humano.

A implantação do handebol através de uma prática social justifica o fato de possibilitar à criança e o adolescente a preservação de suas características, necessidades e interesses, onde cada um terá a oportunidade de através das experiências vivenciadas com a atividade esportiva, construir seu próprio conhecimento.

O estudo trata-se de uma pesquisa exploratória do tipo bibliográfica e de abordagem qualitativa. Para Cervo et al., a pesquisa bibliográfica procura explicar um problema a partir de referências teóricas publicadas em artigos, livros, dissertações e teses. Pode ser realizada independentemente ou como parte da pesquisa descritiva ou experimental. Em ambos os casos, busca-se conhecer e analisar as contribuições culturais ou científicas do passado sobre determinado assunto.

Para o desenvolvimento da pesquisa e melhor compreensão do tema, este Trabalho de Conclusão de Curso foi elaborado a partir dos registros, análise e organização dos dados bibliográficos, encontrados na forma de livros, artigos científicos, publicações periódicas e materiais na internet.

Assim sendo deseja-se, baseado nos princípios do esporte educacional, dar condições favoráveis para que professores e treinadores obtenham uma base adequada sobre o tipo de treinamento mais apropriado para cada faixa etária e que a criança e o adolescente em formação, incida adequadamente em um desenvolvimento humano de suas capacidades físicas, cognitivas, morais, sociais e políticas, derivando reduzir a prática do esporte apenas como uma possibilidade de formação somente de atletas, mas sim, de possibilitá-los como seres sociais.

Este trabalho tem como objetivo descrever fundamentos técnicos e táticos do handebol, auxiliando os profissionais na área de Educação Física a atuar no campo de treinamento da modalidade. Como também gerar conhecimentos para aplicação prática e destinada a solução de problemas específicos e locais.

CAPITULO 1: EDUCAÇÃO FÍSICA

A disciplina escolar de Educação Física passou por diversas mudanças em sua história desde sua obrigatoriedade dentro das Instituições de ensino através da Reforma Couto Ferraz, tendo, inicialmente, como conteúdo específico o Método de Ginástica Alemão. Porém, a consolidação da educação física, através dos métodos de ginástica, na escola se dá a partir de Rui Barbosa, com a reforma de 1882, instituindo o método de ginástica sueco, fazendo com que o mesmo fosse obrigatório para ambos os sexos e que fosse oferecido às escolas normais (Netto apud Darido, 2006).

Netto (p. 1, 2006) ainda complementa que, a partir da década de 1920, “passa a ganhar espaço na escola o método francês de ginástica, que, a partir de 1930, passa a ser usado como meio para a política Getulista, onde se pretendia um homem forte para a produção da indústria brasileira”. O modelo esportivo surge com força a partir de 1950, num viés técnico e voltado para os mais aptos física e tecnicamente.

É notório identificar que a abordagem esportiva dentro da Educação Física Escolar encontra-se solidificado até os dias atuais e, em muitos casos, representados por quatro modalidades. São elas: Futebol/Futsal, Voleibol, Basquetebol e Handebol. A implementação dessas modalidades dentro dos currículos escolares é comum e abrange uma série de questões importantes para serem refletidas pelo corpo docente. Para isso, torna-se necessário analisarmos e estudarmos o campo do Currículo e entender como certos conhecimentos – materializados como disciplinas e conteúdos – são solidificados dentro do currículo escolar e outros não.

A partir da concepção esportista junto à Educação Física em meados da década de 50, estas quatro modalidades possuem familiaridades entre si, tais como o uso de uma bola como objeto principal, a competição entre duas equipes, a prática em quadra e regras simples e objetivas. Isso se tornara um ambiente propício para a prática nas escolas, uma vez que agregava turmas numerosas, além de dar um dinamismo conveniente para as aulas. Isso num momento em que se valorizava a prática esportiva como propaganda de um país. Vale ressaltar também que influências de grupos sociais e atores regem o andamento de sua fortificação dentro do espaço escolar. O futebol, por exemplo, possuía a força militar que dominava o poder, sendo usada na Copa do Mundo de 70.

Dentre esses quatro esportes, o Handebol possui duas vantagens que estimulam a sua prática. São elas: o esporte com mais praticantes por time (sete), ficando à frente do Futsal (cinco), vôlei (seis) e basquete (cinco) e que possui maior facilidade de um indivíduo marcar pontos, pois o uso das mãos ajuda para arremessar e mesclar a turma com meninos e meninas, diferentemente, do Futsal que o domínio da bola se dá com os pés, o que torna mais apurada a habilidade e a destreza de um praticante. Neste caso, quando misturamos ambos os gêneros, os meninos prevalecem durante a aula.

No vôlei, a bola em suspensão dificulta a prática para iniciantes, assim como o alvo pequeno e alto do basquete. Portanto, o Handebol suscita a curiosidade e o desafio de, com as mãos, arremessar a bola ao gol. Junto com o futebol é a modalidade de quadra mais praticada nas escolas brasileiras.

O Handebol, assim como qualquer modalidade esportiva, só tem sentido na escola quando ela for entendida como atividade escolar (Bracht, 2009). Então, suas contribuições para o corpo discente são várias, tais como a aquisição de habilidades motoras e valências físicas como agilidade, velocidade, destreza, lateralidade e força, o crescimento biopsicossocial, o aumento das relações interpessoais etc. Tais facilidades gravaram paulatinamente o Handebol como um conteúdo sólido nas aulas de Educação Física, aguardado ansiosamente por meninos e meninas.

Podemos, inclusive, ressignificar a modalidade a fim de popularizá-la ainda mais como, por exemplo, criando novas regras de acordo com as necessidades de cada grupo escolar ou, até mesmo, já se utilizar de variações do Handebol como, por exemplo, o Handebol de Praia (Beach Handball). Suas regras inovadoras, como arremesso que vale dois pontos e giros no ar, aguçam o interesse do jovem que se estimulam a experimentar esse prazer e o desafio em se jogar na areia.

A origem do handebol, datada de 1919, criado pelo alemão Karl Schelen, deu-se inicialmente em campos, tais como os de futebol. O número de jogadores era igual também, num total de onze praticantes por equipe. Os primeiros países a jogar essa modalidade foram a Áustria, Suíça e Alemanha.

Vale ressaltar que o jogo de Handebol já era praticado anteriormente. O site da Confederação Brasileira de Handebol¹ indica que

O jogo de “Urânia” praticado na antiga Grécia, com uma bola do tamanho de uma maçã, usando as mãos, mas sem balizas, é citado por Homero na Odisséia. Também os Romanos, segundo Cláudio Galeno (130-200 DC), conheciam um jogo praticado com as mãos, “Hasparton”.

Mesmo durante a Idade Média, eram os jogos com bola, praticados como lazer por rapazes e moças. Na França, Rabelais (1494-1533) citava uma espécie de handebol (“esprés jouaiant à balle, à la paume”). Em meados do século passado

(1848), o professor dinamarquês Holger Nielsen criou no Instituto de Ortrup um jogo denominado “Haadbold” determinando suas regras. Na mesma época os tchecos conheciam jogo semelhante denominado “Hazena”. Fala-se também de um jogo similar na Irlanda, e no “Sallon”, do uruguaio Gualberto Valetta, como precursor do handebol. Todavia, o handebol como se joga hoje foi introduzido na última década do século passado, na Alemanha, como “Raftball”.

Quem o levou para o campo, em 1912, foi o alemão Hirschmann, então secretário da Federação Internacional de Futebol. O período da primeira Grande Guerra (1915 a 1918) foi decisivo para o desenvolvimento do esporte, quando o professor de ginástica Berlinense Max Heiser criou um jogo ao ar livre derivado do “Torball” para as operárias da Fábrica Siemens, que teve o campo aumentando para as medidas do futebol quando os homens começaram a praticá-lo. Em 1919, o professor alemão Karl Schelenz reformulou o “Torball”, alterando seu nome para “Handball”.

O esporte é um fenômeno da modernidade. Regras institucionalizadas, federações, equipamentos oficiais e padronizados constituem o que conhecemos por Esporte. Entretanto, ao analisarmos a citação acima, antes mesmo do período anterior a 1919, vemos que este “esporte” já era praticado. Podemos registrar esta diferenciação como um jogo que originou o “verdadeiro” esporte.

CAPÍTULO 2 HANDEBOL

O Handebol/Handball (hand significa mão em inglês e Ball, bola) é um esporte coletivo, podendo ser praticado na areia (beach Handball), no campo de Futebol - praticamente extinto -; e em quadras cobertas. O Handebol é a junção de diversos esportes, como o Basquetebol e o Futebol de campo, mas com características e regras diferentes. Trata-se de uma modalidade de base que permite desenvolver nos seus praticantes as mais variadas qualidades: físicas, psíquicas, sociais e morais. (Tenroler, 2004).

A prática do Handebol desenvolve três gestos naturais de grande importância: correr, saltar e arremessar. Trata-se de uma das modalidades de jogos

coletivos mais ricos como forma de educação, recreação, lazer ou praticada de forma competitiva.

Segundo ZAMBERLAN (1999, p. 37)

“o handebol é entre os esportes coletivos o mais fácil e um dos que oferece maior conteúdo físico. O mais fácil porque não oferece dificuldade na execução dos movimentos básicos: correr, saltar e lançar; pela rapidez que é compreendido pelos principiantes; por que pode ser jogado de improviso despertando maior atenção entre as crianças, dado a facilidade em executar as mais variadas formas de lançamentos e jogadas”. ZAMBERLAN (1999, p. 37).

De acordo com Zamberlan 1999, todas as atividades humanas durante o período que se convencionou denominar pré-histórico dependiam do movimento, do ato físico. Ao analisar a cultura primitiva em qualquer das suas dimensões (econômica, política ou social), vemos, desde logo, a importância das atividades físicas para os nossos ancestrais irmãos das cavernas. Para sobreviver, o homem dependia de sua força, velocidade e resistência. Seu modo nômade de viver, os obrigavam a realizar longas caminhadas, ao longo das quais lutavam, corriam, saltavam e nadavam.

Apesar de apresentar ao longo da história um ir e vir muito dinâmico de, ora ser movido pela atividade física e, ora ser extremamente sedentário, o ser humano apresenta comportamentos pró-atividade física que independem do seu estágio cultural, econômico, político, social e/ou histórico. O jogo é uma dessas manifestações. Pode-se constatar a existência de atividades em forma de jogo que cumpriam seu papel social da maior relevância, de acordo com Oliveira, que:

(...) as crianças(...) numa espécie de preparação para a vida adulta, elas imitavam as atividades dos mais velhos. O salto em altura, simbolizando o crescimento das raízes, a corrida, lembrando o ondear das espigas, e a velocidade, desde os primórdios, valorizada como a essência da juventude, são alguns exemplos da importância que as atividades pré-esportivas tinham para os antigos homens. (OLIVEIRA, 2004; p.07)

Essa influência dos jogos na vida da sociedade, não se deu apenas nos jogos infantis. Segundo Oliveira Os jogos com bola parecem haver sido os que tiveram maior significado; o campo do jogo representava o céu, e a bola, voando, os corpos estelares em movimento. Muito da simbologia pré-histórica nos foi

legado, haja vista a prática de competições entre casados e solteiros, vestígio de antigos cerimoniais de fecundidade. (OLIVEIRA,2004; p.07)

O esporte deve ser entendido como conteúdo de uma área do conhecimento, e sua proposta de ensino deve ser cuidadosamente planejada e organizada, uma vez que, por intermédio da intervenção do professor ou do planejada e organizada, uma vez que, por intermédio da intervenção do professor ou do profissional de educação física, poderá acontecer uma nova atitude do aluno em relação ao seu estilo de vida, e não apenas, a aquisição de uma habilidade esportiva motora ou técnica. Como afirma Bento, “Refletir sobre o desporto é refletir sobre o homem... porque são os homens quem pratica desporto, quem o inventou, quem lhe dá forma e conteúdo”. (BENTO,1995)

Assim, dentre os jogos coletivos, destaca-se o handebol que teve sua origem há milênios. Segundo a Federação Internacional de Handball (FIHb):

Na antiga Grécia era praticado num jogo chamado “Urânia” (e descritos por Homero na Odisséia), cuja bola era do tamanho de uma maçã e jogado com as mãos, mas não possuía balizas (traves). Já os romanos praticavam o “Harpastum” (e descrito pelo médico romano Claudius Galenus de 130 a 200 dC), que também era jogado com as mãos, assim como o “Fangballspiel”, encontrado nas canções do poeta alemão Walther von der Vogelweide (1170 – 1230), todos continham certas características que podem ser descritas como formas antigas de handball. (FIHb)

O Handebol moderno data, porém, do final do século XIX.

Segundo a FIHb (Federação Internacional de Handball) , ele surgiu a partir de três modalidades similares praticadas em três países europeus: a “Hazena” tcheca, o “Handbold” holandês e o “Torball” alemão, executados em campos similares ao do futebol, com equipes de até onze jogadores.

Em 1920, o Diretor da Escola de educação física da Alemanha tornou este jogo desporto oficial. O handebol, enquanto modalidade esportiva, caracteriza-se por ser, conforme nos apresenta Martini:

(...) em termos de movimentação, (...) um esporte completo, pois utiliza uma rica combinação das habilidades motoras fundamentais e “naturais” do repertório motor do ser humano (correr, saltar e arremessar) (MARTINI,1980).

O objetivo do jogo de handebol é arremessar a bola no gol adversário, conquistando um ponto cada vez que a bola entrar no gol. Os jogadores de defesa devem proteger o seu gol, tentando impedir os arremessos, porém “não é permitido segurar, empurrar ou colocar em risco qualquer jogador adversário” (FIHb, 2006; regra 8:2, p.42). É uma modalidade esportiva coletiva que envolve uma grande quantidade e variedade de movimentação associada à manipulação de bola e interação com outros atletas. Toda essa movimentação é realizada em uma área de jogo consideravelmente ampla, cujas “dimensões oficiais são 40 metros de comprimento e 20 metros de largura, existindo, em cada extremidade, uma área de gol, que compreende, na sua amplitude máxima, 6 metros a partir da linha de fundo” (FIHb, 2006; regra 1:1, p.13).

Além do tamanho da área de jogo, a partida de handebol é também realizada por um período de tempo relativamente longo. As partidas são divididas em “dois tempos de jogo, podendo variar, dependendo da categoria, entre 20 e 30 minutos com 10 minutos de intervalo entre eles” (FIHb, 2006; regra 2:1, p.19).

O jogo de handebol é caracterizado, também, pelo confronto de duas equipes, formadas por seis jogadores de linha e um goleiro, marcado por intenso contato físico entre os jogadores. Dessa forma, faz-se necessário, para uma efetiva participação num jogo de handebol, o desenvolvimento de várias qualidades físicas relacionadas tanto à movimentação fundamental quanto ao contato corporal existente entre os jogadores.

Desta forma, percebe-se que o homem é capaz de executar variadas formas de movimentos, e isso se dá graças à sua evolução ao longo dos anos.

Essa evolução pode ser trabalhada na Educação Física Escolar por intermédio de expressões corporais como ressalta o Coletivo de Autores:

[...] dança, jogos, lutas, exercícios ginásticos, esporte, malabarismo, contorcionismo, mímicas, e outros que podem ser identificados como formas de representação simbólica de realidades vividas pelo homem historicamente criados e culturalmente desenvolvidos. (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p. 50).

O ensino do esporte na escola deve considerar além da prática física, a apreensão de valores, atitudes e relações que colaborem para o crescimento e desenvolvimento das crianças e adolescentes em seu processo ensino aprendizagem.

Nas aulas de Educação Física para o ensino dos fundamentos básicos do handebol é necessário, de acordo com os Parâmetros Curriculares

Nacionais para o Ensino Fundamental II:

(...) romper com o tratamento tradicional dos conteúdos que favorece os alunos que já têm aptidões, adotando como eixo estrutural da ação pedagógica o princípio da inclusão, apontando para uma perspectiva metodológica de ensino e aprendizagem que busca o desenvolvimento da autonomia, da cooperação, da participação social e da afirmação de valores e princípios democráticos. Nesse sentido, buscar garantir a todos a possibilidade de usufruir de jogos, esportes, danças, lutas e ginástica em benefício do exercício crítico da cidadania. (PCN's - ENSINO FUNDAMENTAL II, 1998, p. 62)

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Brasil, 1996), em seu artigo 26 parágrafo 3º., define, "A Educação Física, integrada a proposta pedagógica da escola, é componente curricular da Escola Básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar, sendo facultativa nos cursos noturnos". Sendo assim, estabelece sua importância no processo educacional e, do ponto de vista legal, não deixa dúvidas sobre a obrigatoriedade deste componente curricular, uma vez que só é facultativo nos cursos noturnos.

No entanto ao longo dos anos, a Educação Física passou de mero instrumento de preparação do corpo humano para um processo de formação psicomotora e sociocultural, sendo responsável não só pela formação do indivíduo, mas também como facilitadora de uma necessária integração social.

Vale ressaltar que através das atividades físicas, dentro ou fora da escola, é que a criança desenvolve os aspectos psicomotores, afetivos e cognitivos e também através dela a criança adquire habilidades específicas, servindo estas, para outros ramos de sua vida. Quando a aula de educação física é bem estruturada e bem orientada ela torna-se uma mola propulsora para os alunos, servindo de incentivo para que eles pratiquem atividades físicas também fora da instituição escolar, podendo assim usufruir forma mais ampla dos benefícios da atividade física.

Segundo Rubio (2000), a iniciação esportiva deve ter uma orientação cuidadosa no que se refere aos seus objetivos e métodos, pois pode ser um instrumento para as crianças começarem a ter experiências que envolvem

confiança, auto-imagem e auto percepção. Hoje, as crianças necessitam da atividade física para um melhor desenvolvimento, podendo a inatividade ser um perigo a saúde, visto com um contexto de desenvolvimento das competências, seja social, intelectual e/ou cognitiva e motora. Pois se a criança pratica atividades que estimulem essas capacidades, estão construindo seu aprendizado e estimulando seu desenvolvimento. Dessa maneira, a iniciação à prática esportiva e na atividade física deve ser estimulada desde cedo.

Para Witek, os estudantes que praticam uma atividade física obtêm melhores resultados nas provas. Para a autora o motivo é uma que uma boa circulação sanguínea e uma maior oxigenação do sangue garantem uma ótima saúde e, conseqüentemente, um desempenho melhor na hora dos exames.

Levin (1995) afirma que a psicomotricidade surgiu com a necessidade de nomear áreas do córtex cerebrais situadas mais além das regiões motoras. Sendo assim ela estuda as relações e influências recíprocas e sistêmicas entre o psiquismo e a motricidade, correlacionando a motricidade com a inteligência. O neurologista francês Dupré afirma:

“É natural observar a insuficiência do desenvolvimento do cérebro motor e suas independências nos indivíduos, que apresentam, ao mesmo tempo, insuficiência no desenvolvimento do cérebro psíquico. Por isso é constatada frequentemente a associação da debilidade motora com a debilidade mental.”

Portanto há o paralelismo entre o corpo, que expressa o movimento e a mente, expressada pelo desenvolvimento intelectual e emocional do indivíduo. Para o aprendizado formal das atividades escolares é preciso certo nível de desenvolvimento mental e físico, pois algumas delas não conseguem realizar tarefas acadêmicas porque não dominam o movimento que elas exigem.88) acredita que é pela motricidade que a inteligência se materializa, através do motriz, é que se firma as percepções, se elaboram as imagens e se constroem as representações.

Para além dos benefícios à saúde física e mental, estudos têm demonstrado que a prática regular de atividade física e bons níveis de aptidão física têm um efeito positivo sobre a cognição, concentração e desempenho escolar. Essa afirmação é

reforçada pelos resultados de outros estudos que evidenciam uma correlação positiva entre a atividade física, aptidão física e o rendimento escolar (CASTELLI et al, 2007).

Esses resultados mostram que no ambiente escolar, o tempo dedicado às aulas de Educação Física também potencializa o desenvolvimento cognitivo e conseqüentemente o escolar evidenciando o papel da Educação Física como fator de otimização do desempenho cognitivo dos alunos. Portanto, a atividade física orientada contribui para a melhoria da saúde cognitiva, da memória, aumenta as estruturas cognitivas e as funções cerebrais

Nesse contexto, a Educação Física proporciona o maior número de experiências motoras e psicossociais às crianças desde cedo que, de forma planejada e bem orientada, se torna um fator preventivo em relação ao comprometimento do desenvolvimento de habilidades (BATISTELLA, 2001).

É na infância, durante a escolarização, que ocorre um amplo incremento das principais habilidades fundamentais, as quais são consideradas requisitos imprescindível para a aprendizagem. As pesquisas relacionadas a essa temática têm demonstrado significante estatística entre o que a criança é capaz de pensar (cognição) e o que é capaz de fazer (movimento).

Segundo Medina-Papst (2010) crianças com dificuldades de aprendizagem cognitiva, em diversas faixas etárias, avaliadas em relação ao desenvolvimento motor, possuem em média, também um atraso na idade motora, em vários componentes da motricidade, tendendo a um agravamento com o transcorrer da idade. Para a Organização Mundial da Saúde - OMS, a inabilidade motora está associada a algum grau de comprometimento em tarefas cognitivas e viso espaciais.

De acordo com o Projeto de Lei Complementar PLC/ 0026.6/2014 a Educação Física contribui decisivamente para o desenvolvimento da capacidade de percepção e abstração do real, uma vez que suas atividades estimulam estruturas mentais insubstituíveis na formação do raciocínio, condição fundamental para o aprendizado, além de auxiliar o aluno a:

- Pensar com clareza;

- Desenvolver a criatividade e o raciocínio lógico;
- Estimular a memória e a concentração;
- Resolver problemas;
- Promover a disciplina e a determinação;
- Desenvolver a comunicação e a expressão;
- Favorecer e potencializar o desenvolvimento das habilidades específicas dos demais componentes curriculares;
 - Estimular a curiosidade, a concentração e a consciência de grupo que são elementos importantes para a aprendizagem dos conteúdos;
 - Favorecer a autoestima, autoconfiança e companheirismo necessários ao melhor desempenho escolar;
 - Desenvolver as percepções sensitivas.

Assim, em um contexto onde a cada dia se evidencia a busca por melhorias nos padrões da Educação no país, com as evidências que associam o desempenho cognitivo à participação em atividades físicas e esportivas, as decisões referentes às políticas educacionais devem considerar a Educação Física uma prioridade na educação dos alunos.

2.1 - A HISTÓRIA DO HANDEBOL

Assim como outras modalidades esportivas, quando falamos de sua origem encontramos múltiplas versões, mas com diferenças significativas nos vários aspectos da modalidade. Segundo Tenroller (2004), na Grécia antiga, o jogo de "Urânia", era praticado com uma bola do tamanho de uma maçã, usando as mãos, mas sem balizas. Nagy-Kunsagi (1983, p.02) conta que na "Odisseia" de Homero, está escrito:

“Os filhos de Elkinos, os jovens Leodamast e Helios, dançavam frente a frente, em cada mão uma bola. Estas bolas, pintadas de vermelho, foram fabricadas por Polybes. Os dois jovens jogavam a bola para cima, pegando a mesma no ar, com um salto. Após isto os dois dançavam, cruzavam os pés para os lados e em todas as direções, e depois jogavam novamente a bola para o alto”.

Ferreira (1989) e Silva (1983) identificam a existência de um desporto similar ao handebol praticado na Idade Antiga no México, pelo povo Asteca. Essa informação apareceu no jornal La Prensa (09/07/1964) e posteriormente na revista Educacion Física, onde, durante uma expedição arqueológica realizada nas ruínas de Ixtapalualca, os professores americanos da Universidade da Califórnia Henry Nicholson e David Grave descobriram uma espécie de cancha chamada Tlachi onde se praticava uma atividade chamada Ollamalitzic.

Essa atividade era jogada com uma pelota maciça, próxima ao tamanho da bola de Handebol e os jogadores dividiam-se em dois grupos de quinze jogadores. Cada jogador podia golpear a bola com os punhos, os cotovelos, os quadris e os joelhos, utilizando protetores nessas regiões. O objetivo do jogo era ultrapassar a bola por cima dos arcos de pedra localizados nos extremos da cancha.

Em 1848, o dinamarquês Holger Nielsen criou, no Instituto de Ortrup, um jogo denominado Haadbold, determinando suas regras. Simultaneamente, os Tchecos apreciavam jogo semelhante denominado Hazena. Há registros também de um jogo similar na Irlanda e do El Balon do uruguaio Gualberto Valetta, como precursores do handebol.

Já para Nagy-Kunsagi (1983) o primeiro jogo criado após a Idade Média que se assemelha ao Handebol de hoje em dia foi o Raffballspiel. Esse jogo foi criado em 1890 pelo professor alemão Konrad Koch, tinha grande popularidade apenas entre os estudantes e não havia campo demarcado e nem traves de gol.

Na última década do século XIX já se praticava o Raftball na Alemanha, esporte esse muito similar ao Handebol dos nossos dias. Mas em 1912 o secretário alemão da Federação Internacional de Futebol Hirschmann levou o Raftball para o campo, dando os primeiros passos do Handebol de Campo (Zamberlan, 1999).

Para Lisboa (1983) e Nagy-Kunsagi (1983), em 1915 foi criado pelo professor alemão de ginástica, Max Haiser, o Torball. Haiser criou o Torball a partir de uma solicitação feita por suas alunas, que desejavam um esforço físico maior. Ele era jogado num campo de 40 x 20 metros, com medicineball ou bola de futebol cheia de capim. O jogo era praticado somente por mulheres, não tinha um número determinado de jogadoras e as mesmas podiam dar no máximo três passos com a

posse da bola. Ainda em 1915, Herman Bachmann designou algumas regras novas e esse jogo era apresentado em preliminares das competições de ginástica.

Segundo Nagy-Kunsagi (1983), na mesma época já existia a *Feldhandball* onde o campo tinha as seguintes dimensões: 40 x 20 metros, com duas traves de gol no fundo, com 2 metros de altura e 2,50 metros de comprimento, e um raio de 4 metros de semicírculo de área de goleiro.

Para Ferreira (1989), Silva (1983), Nagy-Kunsagi (1983) e Camargo Netto (1982), em 28 de outubro de 1917, apareceu o Handebol de Campo, adaptado pelas já conhecidas quatro modalidades praticadas na Alemanha. Essa adaptação e o aperfeiçoamento do handebol deve-se ao já mencionado Karl Schellenz, com a colaboração de Max Heiser e Erich Köning. Eles foram os primeiros a transformar o handebol em esporte competitivo.

Mas o Handebol, jogado na atualidade, foi introduzido e reformulado em 1919, pelo professor alemão Karl Schellenz passando a denominar o esporte de Handball, com as regras publicadas pela Federação Alemã de Ginástica para o jogo com 11 jogadores. Em 1920, o Diretor da Escola de Educação Física da Alemanha tornou o jogo desporto oficial.

Segundo NAGY-KUNSAGI (1983, p.03) *“Em 1921, o regulamento da Hazena foi publicado em vários idiomas, entre eles o alemão”*.

Em 1936, foi a primeira vez que houve a participação do Handebol de campo nos Jogos Olímpicos. Os países inscritos para o Handebol nesses Jogos Olímpicos foram: Alemanha, Áustria, Estados Unidos, Hungria, Romênia e Suíça, já que foram esses países que conseguiram classificação nos jogos de classificação ocorridos em 1935 e 1936. Todos os jogos do Handebol nessa edição foram realizados nos Estádios do Clube de Berlim, do Clube da Polícia e do Stádio Olímpica, no período de 6 a 14 de agosto de 1934 em Berlim (Camargo Netto, 1982, Ferreira, 1989, Lisboa, 1983, Nagy-Kunsagi, 1983, Silva, 1983, Tenroller, 2004 e Zamberlan, 1999).

Com o grande desenvolvimento do futebol, com quem repartia o espaço de jogo, e por encontrar dificuldades climáticas do rigoroso inverno, o Handebol de

Campo foi aos poucos sendo substituído pelo Hazena que passou a ser o Handebol de sete, chamado de Handebol de Salão, que se mostrou mais veloz e atrativo.

Em 1946 foi fundado o Internacional Handball Federation – IHF, com a participação de oito países e elegeu-se para presidente desta nova entidade o sueco Gosta Björk.

Em 1972, nos Jogos Olímpicos de Munique-Alemanha, o Handebol (não mais era necessário o complemento "de salão") foi incluído na categoria masculina, reafirmou-se em Montreal-Canadá em 1976 (masculino e feminino) e não mais parou de crescer.

2.2 - O HANDEBOL NO BRASIL

Após a I Grande Guerra Mundial, um expressivo número de imigrantes alemães veio para o Brasil, escolhendo como nova moradia a região sul por conta das semelhanças climáticas.

Por conta deste intercâmbio cultural, os brasileiros passaram a ter contato com a cultura, tradições e conseqüentemente as atividades recreativas e desportivas, dentre os quais o Handebol de Campo.

Em 1931 aconteceu o primeiro jogo com duas equipes de estados diferentes, com vitória do Clube Macabi de São Paulo sobre o Deutscher Turn und Sportverein do Rio de Janeiro. Foi em São Paulo que teve seu maior desenvolvimento, principalmente quando em 26 de fevereiro de 1940 foi fundada a Federação Paulista de Handebol, tendo como seu primeiro presidente Otto Schemelling.

Segundo MELHEM (2002, p.21) *“O marco inicial deve-se ao professor Auguste Listello, que, em 1954, no Curso Internacional de Santos, ofereceu aos professores participantes a oportunidade de assistir a várias aulas de handebol”*.

O Handebol praticado com sete jogadores e em um espaço menor agradou de tal maneira que a Confederação Brasileira de Desportos - CBD órgão que congregava os Desportos Amadores a nível nacional -, criou um departamento de Handebol possibilitando assim maior organização dessa modalidade, assim como torneios e campeonatos brasileiros nas várias categorias masculina e feminina.

A primeira participação internacional da seleção brasileira de Handebol de Salão aconteceu na segunda edição do Campeonato Mundial de Handebol de Salão, realizado na Alemanha.

Segundo Silva (1983), em 1963, o Handebol de Salão foi incluído pela primeira vez nos Jogos Panamericanos, realizados em São Paulo. Contudo, a grande difusão do Handebol em todos os estados deu-se com a sua inclusão nos III Jogos Estudantis Brasileiros, realizados em Belo Horizonte - MG em julho de 1971 e também nos Jogos Universitários Brasileiros realizado em Fortaleza - CE em julho de 1972.

O Handebol é apreciado por ambos os sexos, isso porque desenvolve, simultaneamente, resistência, habilidade, coordenação, velocidade, força e coragem. Além de oferecer várias qualidades que lhe são específicas, reúne as três fases atléticas naturais: correr, saltar e arremessar.

CAPÍTULO 3 EDUCAÇÃO FÍSICA: O HANDEBOL E SUAS TÉCNICAS

Segundo Böhme (2003), são movimentos fundamentais do handebol que são executados segundo um determinado gesto técnico que é a forma "correta" de execução de uma circulação específica, descrito biomecanicamente. Conforme ZAMBERLAN (1999) "Um dos fatores mais importantes que deve ser observado quando se ensina uma técnica, é a maneira correta do posicionamento básico e execução para que haja um melhor aproveitamento da mesma", ainda citando ZAMBERLAN (1999) "O desenvolvimento adequado de cada técnica terá influencia direta nas ações táticas individuais e coletivas".

Os fundamentos do handebol são cinco: passes, recepções, progressões, arremessos e dribles. No treinamento vai existir uma fase que se objetiva desenvolver os fundamentos técnicos básicos do esporte praticado.

3.1 - PASSES

São fundamentos técnicos que permitem a bola ir de um jogador a outro, desta forma ele necessita sempre da interdependência de no mínimo duas pessoas que devem ser utilizados sempre em progressão ao gol.

De acordo com GRECO & MALUF (1984), “o jogador ao passar a bola deve ter em mente à futura posição do companheiro e a força deve ser adequada da distância que o companheiro se encontrar”.

Para STEIN & FEDERHOFF (1981), “o passe deve ser transformado em um oitavo jogador, quando é oportuno e preciso”.

3.2 - TIPOS DE PASSE:

Passes de ombro: é o passe mais comum e mais utilizado no handebol, por ser de fácil execução e aprendizado, além de ser o mais seguro. Podem ser realizados em função da trajetória da bola para frente ou oblíquo, sendo que ambos podem ser: retificado ou bombeado.

Passes em pronação: de acordo com ZAMBERLAN (1999) “o passe em pronação, pela sua mecânica de movimento, dá mais velocidade durante a preparação da finalização, pela economia de movimentos”. É um passe para ser utilizado em distâncias curtas.

Passes por trás da cabeça: Utilizado para evitar o confronto com o adversário, executado após uma finta de arremesso.

Conforme ZAMBERLAN (1999) “O atacante, de posse da bola, simula o arremesso de ombro ou suspensão, procurando, com esta ação, desviar a atenção do adversário que tentara o bloqueio ou marcação”.

O passe poderá ser executado com apoio ou em suspensão.

Passes por trás do corpo: Este passe é utilizado na combinação entre dois jogadores para evitar o confronto com o adversário.

Segundo ZAMBERLAN (1999) “O passe por trás do corpo, poderá ser eficiente, na preparação da finalização, entre o armador e o pivô”.

Quando o passe é executado durante a corrida o jogador deverá utilizar os três passos, ao fim das passadas deverá estar com a perna oposta ao braço de lançamento à frente.

3.3 - RECEPÇÕES

A recepção é um fundamento técnico cujo principal objetivo é dar ao jogador inteiro domínio sobre a bola passada a ele. Deve ser feita sempre com as duas mãos paralelas e ligeiramente côncavas voltadas para frente. A recepção é, juntamente com o passe, a técnica mais importante no ataque, principalmente quando a equipe prepara o momento oportuno para a finalização.

Para HATTING (1978) “recepção é a arte de dominar a bola a grande velocidade e durante um espaço de tempo considerável. Quanto mais perfeita for à técnica do jogador em dominar a bola, melhor serão suas táticas de jogo”.

Segundo SILVA (1983, p.119), “considera que para uma perfeita recepção o jogador deve estar atento para a trajetória que a bola esta descrevendo”.

De acordo com GRECO & MALUF (1984, p.73), a recepção deve ser feita com as duas mãos e à medida que o jogador progride tecnicamente deve-se aprender a receber com uma mão. Mas, afirma que o jogador só poderá receber com uma mão quando não houver a possibilidade de fazê-la com as duas.

Segundo MARTINI (1980) apud ZAMBERLAN (1999, p.73) “para poder manejar a bola corretamente durante o jogo de handebol, em primeiro lugar deve ser feita, uma boa recepção”. E para se receber, a altura ideal é a do peito e da cabeça pelas seguintes razões:

A bola está sob controle visual permanente; Os braços e as mãos, que estão estendidas para a bola, também estão sempre no mesmo campo visual da bola, de modo que podem sempre ser feitas as correções necessárias à posição das mãos; A anatomia das mãos e dos braços é mais apropriada para a recepção com as duas mãos”. MARTINI (1980) apud ZAMBERLAN (1999, p.73).

No handebol existem quatro tipos de recepções, a alta, média, a baixa e a lateral.

3.4 - PROGRESSÕES

A progressão, como o próprio nome indica, é um fundamento técnico cujo principal objetivo é dar ao jogador a condição de progredir em direção à quadra adversária, com a finalidade de conseguir o melhor posicionamento dentro das variantes ambientais que o jogo oferece. São quase todos os deslocamentos feitos com ou sem a posse da bola. Com a posse da bola ele pode ser realizado através de um, dois ou no máximo três passos em qualquer direção ou mesmo sem deslocamento. No handebol existem três tipos de progressões: o drible, os três passos e os três passos + drible + três passos.

3.5 - ARREMESSOS

O arremesso é um fundamento técnico que possibilita ao jogador fazer ou não o gol na equipe adversária. É realizado sempre em direção ao gol. A maioria dos arremessos pode ser denominada “de ombro” e segue basicamente a mesma descrição de movimento a seguir - a bola deve ser empunhada, palma da mão voltada para frente, cotovelo ligeiramente acima da linha do ombro, a bola deve ser levada na linha posterior a da cabeça e no momento do arremesso ser empurrada para frente com um movimento de rotação do úmero.

3.6 - DRIBLES

O drible é o movimento de bater na bola contra o solo com uma das mãos estando o jogador parado ou em movimento sendo um fundamento técnico utilizado como recurso que visa primariamente progredir em direção ao gol adversário.

Segundo GUBIA & PALOMARES (1986), “drible é a maneira mais eficaz para se progredir em espaço livre de media e longa distância”, ainda segundo GUBIA & PALOMARES (1986) “O drible não é recomendado no ataque, pois vai contra uma de suas principais características, a velocidade”.

De acordo com ZAMBERLAN (1999) “A sua utilização mais comum é nos contra-ataques cujo espaço é superior aos três passos”. O drible só deve ser usado quando há nenhum companheiro livre, em condições de receber. A velocidade da bola é superior à de um jogador em corrida, por isso o drible apenas retarda o jogador de ataque. (STEIN & FEDERHOFF – 1981).

No handebol existem dois tipos de dribles: o drible alto, utilizado para deslocamentos em grande velocidade e fundamental para um bom contra-ataque; o drible baixo, utilizado basicamente para a proteção de bola. Os principais objetivos do drible, além de melhorar a proteção e o deslocamento com a bola, são fintar a defesa, sair da marcação e conquistar uma posição de arremesso favorável.

4. TREINAMENTO

4.1 - A HISTÓRIA DO TREINAMENTO

O treinamento é usado há muitos anos como atividade no Egito e na Grécia para preparar atletas para os Jogos Olímpicos e principalmente para a Guerra. No final do século XIX com o Renascimento dos Jogos Olímpicos, o treinamento passou a ter uma estrutura mais ordenada, propendendo a melhorar o rendimento esportivo dos participantes.

Segundo Dantas apud Böhme (2003) o termo treinamento origina-se da raiz latina *trahere* e do latim vulgar *tragere* (puxar, trazer, arrastar, carregar, criar). O treinamento está ligado diretamente com a história dos Jogos Olímpicos, evoluindo simultaneamente, trata-se de um processo que tem por objetivo o progresso de determinado desempenho, seja este na área cognitiva, psicossocial ou motora, para o alcance do objetivo desejado, utiliza-se, na maioria das vezes, o recurso de repetição da atividade, por meio do exercício.

4.2 - CONCEITO DE TREINAMENTO ESPORTIVO

De uma maneira geral, o treinamento requer exercícios ordenados e repetitivos com objetivos definidos. Segundo BARBANTI (1997), o treinamento é em geral um termo usado para várias coisas, mas quase sempre indica uma instrução organizada, cujo objetivo é aumentar o rendimento físico, psicológico, intelectual ou mecânico dos homens ou dos animais. Ou seja o Treinamento Esportivo consiste na preparação do atleta a níveis técnico, físico, tático, psicológico e intelectual. Trabalha-se o atleta como um todo por meio de exercícios físicos.

4.3 - MÉTODOS DE TREINAMENTO

O método vem como uma forma organizada e sistemática de, criar ambientes de aprendizagem que eficazmente conduzam a resultados favoráveis Canfield apud Tenroller (2004).

SILVA & DECHECHI apud BAYER (2010, p.47), “afirma coexistir duas correntes pedagógicas de ensino para os jogos desportivos coletivos: uma utiliza os métodos tradicionais ou didáticos, decompondo os elementos (fragmentação), na qual a memorização e a repetição permitem moldar a criança e o adolescente ao modelo adulto”.

4.4 - TREINAMENTO TÉCNICO

Segundo BARBANTI (1997), o treinamento técnico é uma sequência estruturada de exercícios que tem como finalidade a aprendizagem, formação, aperfeiçoamento/refinamento das habilidades motoras específicas da modalidade praticada pelo executante

No treinamento técnico preocupa-se principalmente em melhorar a execução motora do padrão técnico, levando em conta as condições reguladoras do processamento de informações. O objetivo do técnico então é formular a técnica desejada, confirmando ao atleta o objetivo a ser alcançado, sendo assim necessário buscar o método de treinamento mais eficaz no que se diz respeito ao processamento de informações, cujo objetivo visa à melhoria do desempenho motor e cognitivo do atleta, através de explicação ou demonstração direta, ou indireta, e também auxiliá-lo na execução dos exercícios.

4.5 - METODOLOGIAS PARA O ENSINO DO TREINAMENTO DO HANDEBOL

Dentre as inúmeras modalidades esportivas, há diversas metodologias de ensino que os treinadores podem utilizar na prática do treinamento, levando em consideração os objetivos gerais a serem atingidos pela equipe.

Cabe ao profissional de Educação Física a missão de instruir os primeiros passos do handebol. Há necessidade de dotar o atleta com todas as formas de movimentos possíveis, preparando-o para a iniciação das técnicas específicas da modalidade.

As técnicas individuais deverão seguir os passos da biomecânica, ou seja, o treinador deverá conhecer o tipo de alavanca adequada para cada técnica e procurar fazer com que o atleta aprenda-a corretamente.

Segundo Costa & Nascimento (2004), o treinador deve ser detentor do conhecimento sobre as diferentes metodologias de ensino do esporte, a fim de indicar e orientar a sua prática pedagógica.

De acordo com Saad (2002), há duas grandes correntes pedagógicas acerca das metodologias de ensino dos jogos de esportes coletivos: a tradicional e a ativa, por sua vez, essas duas principais, subdividem-se em uma variedade de outras metodologias.

No presente trabalho, foram abordados o método parcial ou analítico e método global ou de confrontação.

A metodologia tradicional, que segundo Matta & Greco apud Saad (2002) já se encontra superada, fragmenta o conteúdo do jogo utilizando exercícios divididos por níveis de dificuldade, apresentados sempre em sequência pedagógica. Essa metodologia é geralmente aplicada através de exercícios executados de forma global, ou mista, divididos em três momentos: no primeiro, ensina-se a ação técnica, no segundo ensina-se a ação tática e no terceiro, procura-se unir os fundamentos técnicos e táticos no jogo propriamente dito.

4.6 - TREINAMENTO GENERALIZADO (GLOBAL) E TREINAMENTO ESPECÍFICO

No treinamento generalizado utiliza-se a aprendizagem de múltiplos fatores, em busca da formação geral do corpo, ou seja, busca-se uma forma generalizada de aprendizagem conforme Barbanti (1997).

No treinamento específico, busca-se o melhor do resultado do atleta em determinada modalidade esportiva.

O treinamento específico tem efeitos particulares sobre o organismo. Essa capacidade de adaptação exclusiva do organismo é importante para a metodologia do treinamento.

É fundamental saber, que para um excelente desenvolvimento de uma capacidade motora, seus componentes devem ser treinados isoladamente. Como as atividades esportivas exigem diferentes solicitações e diversas capacidades motoras ao mesmo tempo, o importante é sabermos organizar o treinamento onde ocorra uma combinação ideal dos componentes envolvidos.

Podemos listar as principais vantagens da forma de ensino deste método podem ser para Costa (2003):

Possibilita que desde cedo o aprendiz comece a praticar o jogo;

A técnica e a tática estão sempre juntas;

Permitem a participação de todos os elementos envolvidos, como o movimento, à reação, percepção, ritmo e outros;

Na mesma perspectiva, listamos as desvantagens da forma de ensino deste método podem ser de acordo com Costa (2003):

O aluno demora a ver o seu progresso técnico, o que pode provocar a desmotivação;

Não proporciona uma avaliação eficaz sobre o desempenho do aluno;

A repetição é uma constante neste método;

Não permite o atendimento das limitações individuais.

4.7 - MÉTODO PARCIAL OU ANALÍTICO

Para Xavier apud Tenroler (2004), o método parcial emprega a agilidade motora por partes para, posteriormente, acoplá-las entre si.

Cada detalhe deverá ser analisado e ensinado, passo a passo, para os atletas desde o posicionamento de pernas, a recepção da bola. Sendo um método detalhado de toda a execução técnica do movimento em questão, acaba se tornando desgastante para os atletas.

Os treinadores que se embasam neste método de ensino, acreditam que as técnicas de determinada modalidade esportiva devem ser fragmentadas e

realizadas por etapas, de modo que cada um desses métodos devem ser vivenciados e especializados. (Reis, 1994)

Segundo Reis (1994), o método parcial surgiu das experiências positivas de treinadores de esportes individuais como o atletismo e a natação.

SILVA & DECHECHI *apud* REIS (2010, p.21):

“os autores e estudiosos da área passaram a descrever como deveria ser o ensino dos jogos coletivos, com a ideia de que, o jogo de uma modalidade coletiva nada mais é que a soma da execução de seus fundamentos. Com isso a lógica proposta partiu da fragmentação dos gestos técnicos do jogo, dividindo-os em partes (fundamentos), e cada um desses subdivididos em movimentação de execuções ainda mais simplificadas. Desta forma, um passe do handebol deve ser ensinado após o domínio da empunhadura, seguido do posicionamento correto do ombro, braço, antebraço, mão, e com isso o aluno dominava a execução bio mecanicamente correta do fundamento”.

Mesquita (2000) e Greco (2001) definem o método parcial como sendo aquele que oferece aos alunos elementos técnicos variados, executados de maneira rudimentar e fracionados.

Alguns pontos positivos em relação a este método de ensino são apontados, entre eles podemos ressaltar (Reis, 1994):

Aprimora a técnica;

Fragmentação das técnicas de movimentos, objetivando a facilitação da aprendizagem;

Reprodução e automatização dos gestos a fim de facilitar o domínio dos fundamentos. Em contra partida, delimita o desenvolvimento esportivo do atleta, como (REIS, 1994):

Bloqueia a criatividade;

Instiga a imitação;

Determina as ações;

Não estimula o aprendizado tático do jogo;

Submete o atleta a exercícios mecânicos;

Centralização da atenção na bola (REZER, 2003);

Problemas de compreensão durante o jogo (REZER, 2003).

4.8 - MÉTODO GLOBAL EM FORMA DE JOGO OU MÉTODO DE CONFRONTAÇÃO

Para compreensão desse método, é necessário que haja a prática da modalidade como um todo. Partindo do pressuposto que se aprende um desporto pelo jogo propriamente dito. Conforme Dietrich apud Tenroller (2004), o método de confrontação se dá sob o lema de “jogar – jogar – jogar!”. O autor deixa bem claro que esse método não possui um planejamento bem estruturado.

Não trabalhando o jogo de forma desmembrado, ou seja, elementos isolados de aprendizagem.

COSTA& NASCIMENTO (2004, p. 52) explicam que “no método global apresenta-se uma situação de jogo, onde os elementos técnicos e táticos são evidenciados. A vantagem do método global em relação ao método parcial é que o envolvimento do aluno com as atividades proporciona um elevado nível de motivação”.

O método global é constituído por cursos de jogos, que partem da simplificação de jogos esportivos, de acordo com a idade, e através de um aumento de dificuldades na formação de jogos até o jogo final. A série de jogos (recreativos, grandes jogos, pré-desportivos.), portanto, representa a medida metodológica principal (Greco, 1998).

O método Global se mostra mais consistente em relação ao método Analítico, pois os alunos motivam-se através do jogo, facilitando desta forma o processo ensino aprendizagem.

De acordo com COSTA (2003), as variáveis positivas deste método de ensino são:

O atleta possui contato com jogo desde cedo;

Técnica e tática caminham simultaneamente;

Permitem a participação de todos os elementos envolvidos, como o movimento, à reação, percepção, ritmo e outros (DAMASCENO & TEIXEIRA, 2011);

Motivação determinada pela prática.

Mesma perspectiva, as variáveis negativas apresentadas por COSTA (2003) são as seguintes:

Desmotivação do atleta pela demora em ver o seu progresso;

Avaliação ineficaz sobre desempenho do aluno;

Dificulta o aprimoramento das limitações individuais.

4.9 - MÉTODO SÉRIE DE EXERCÍCIOS

De acordo com DIETRICH, DÜRRWÄCHTER e SCHALLER (1984), a metodologia tradicional chamada de série de exercícios, “compreende-se uma série de formas de exercícios na metodologia de jogo, organizadas segundo pontos de vista metodológicos” (p.11), outra importante característica é o ensino dos jogos através da aprendizagem de técnicas básicas.

Segundo SAAD (2002, p. 36),

“As técnicas básicas eram decompostas em partes. Por meio de sequência de exercícios, dos simples para o complexo, procurava-se chegar ao gesto ideal. O objetivo maior da série de exercícios é que a criança aprenda a técnica de movimentos para poder atuar no jogo propriamente dito. Através de formas simplificadas da técnica de jogo, aperfeiçoado gradativamente, e valendo-se de uma infinita combinação de exercícios metodológicos consegue-se o domínio necessário das técnicas para poder jogar”.

Entretanto há duas grandes desvantagens, em relação à correção da técnica, os exercícios para esta tornam-se maçantes e desagradáveis apesar de eficazes, contudo na hora do jogo efetivamente o atleta preocupa-se com a execução correta do movimento, é sobrecarregado pela quantidade de tarefas de percepção e tomadas de decisão. SCHMIDT 1992 apud SAAD 2002, “em segundo lugar em relação à visão parcial dos aspectos do jogo, a temática isolada das partes

funcionais do jogo feitos pelos treinadores, geralmente atrapalha a visão e a compreensão do jogo como um todo”.

4.10 -MÉTODO SÉRIE DE JOGOS

No começo dos anos de 1970, conforme relata Greco (1995), começa a ser introduzido o “conceito recreativo dos Jogos Esportivos Coletivos”. Também denominado de Série de Jogos. Essa metodologia surgiu em contraposição à ideia mecanicista existente até a época. Ela procura proporcionar aos principiantes a possibilidade de vivências de um jogo que desejam aprender, respeitando desde o início sua ideia fundamental, crescendo em conhecimento para experimentar formas mais difíceis (Dietrich, Durrwachter &Schaller, 1984).

Segundo SAAD (2002), “A metodologia Série de Jogos tem como objetivo resgatar os valores positivos da metodologia analítica aliada ao método de confronto direto. A sua maior vantagem é jogar desde o princípio. Entretanto, a lenta construção do jogo, através de seriação de jogos, constitui a grande desvantagem desta metodologia”.

4.11 MÉTODO CRÍTICO-EMANCIPATÓRIO

Deve ser destacado que a proposta fundamentada na teoria do Materialismo Dialético, autodenominada de crítico-emancipatória, ainda não concretizou uma proposta metodológica formal. (Greco, 2006)

Nessa abordagem de ensino três são os níveis de competências que precisam ser desenvolvidas no aluno pelo professor de educação física na escola: a competência objetiva; a competência social e, por fim, a competência comunicativa.

De acordo com KUNZ (1996) busca-se “uma educação mais emancipadora, voltada para a formação da cidadania do jovem do que mera instrumentalização técnica para o trabalho” (p. 144).

“O autor também enfatiza que é necessário orientar o ensino num processo de desconstrução de imagens negativas que o aluno interioriza na prática de esportes autoritários e domesticadores”, (KUNZ, 1996 apud SAAD, 2002).

Segundo SAAD (2002, p. 38)

“A denominação de Crítico-Emancipatória é justificada pela orientação adotada na concepção educacional, onde a emancipação pode ser entendida como um processo contínuo de libertação do aluno, tanto das condições limitantes de suas capacidades racionais críticas quanto do seu agir no contexto sociocultural e esportivo. O conceito crítico pode ser entendido como a capacidade de questionar e analisar as condições e a complexidade de diferentes realidades de forma fundamentada, permitindo uma constante auto avaliação do envolvimento objetivo e subjetivo no plano individual e situacional”.

Neste método o aluno desenvolve busca por soluções individuais e/ou coletivas, permitindo ao mesmo um agir independente, uma cooperação e uma comunicação com o grupo, e com o professor, adquirindo, assim um saber de maior relevância para sua emancipação.

4.12 - MÉTODO ESTRUTURALISTA

Ainda na década de 90, a literatura esportiva (Garganta, 1995; Graça & Oliveira, 1995; Greco, 1998; Mesquita, 1997) apresentaram uma nova metodologia para o ensino dos Jogos Esportivos Coletivos, denominada de Estruturalista, que tem como principal característica a realização de modificações estruturais no jogo visando reduzir a sua complexidade. Contudo, as modificações conservam os objetivos e elementos essenciais do jogo. (Saad, 2002)

O objetivo da metodologia Estruturalista, conforme Garganta (1995) consiste em desenvolver no atleta disponibilidade motora e mental, que transcenda largamente a simples automatização de gestos e se centre na assimilação de regras de ação e princípios de gestão do espaço de jogo, assim como de formas de comunicação entre os jogadores.

As atividades apresentam “desafios”, possibilitando que o atleta tenha participação direta na execução da tarefa e desenvolva a sua capacidade de jogo. Entretanto, o fato do processo de ensino-aprendizagem tornar-se mais lento, constitui a principal desvantagem desta metodologia. Além disso, a montagem das atividades dependerá da “experiência de ensinar” do profissional na respectiva

modalidade esportiva em identificar quais situações de jogo ocorrem com mais frequências para, posteriormente, serem transformadas em atividades técnico-táticas.

Na metodologia Estruturalista há a simplificação da estrutura complexa do jogo em níveis que, embora mais simples, não desvirtuem a sua natureza fundamental. Partindo da relação dialética que se estabelece entre o ataque e a defesa nos Jogos Esportivos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quanto à análise das metodologias de treinamento do handebol, podemos considerar que existem diversos métodos de ensino das modalidades de esportes coletivos.

Vale salientar que há duas grandes correntes pedagógicas a cerca das metodologias de ensino dos jogos de esportes coletivos: a tradicional e a ativa, por sua vez, essas duas principais, subdividem-se em uma variedade de outras metodologias.

Dessa forma o treinador deve ser detentor do conhecimento sobre as diferentes metodologias de ensino do esporte, a fim de indicar e orientar a sua prática pedagógica. Para Costa (2003), a importância da aprendizagem do método de

ensino, justifica-se pela necessidade da formação de um aluno inteligente que possa resolver, da maneira mais apropriada, os problemas que ele encontra em forma de situação de jogo.

Considerando todos os textos e autores estudados para a elaboração desta monografia, sugerem-se que seja predominante o ensino do handebol utilizando o Método Global para crianças em anos iniciais, buscando de forma lúdica o aprimoramento técnico, desta forma, os principiantes continuarão motivados para a permanência no esporte. Com o passar dos anos e com o amadurecimento natural do atleta, nota-se uma necessidade de construção e ampliação do conhecimento técnico visto que o jovem já demonstra uma capacidade maior de concentração e um domínio melhor de suas habilidades motoras, podendo assim ter um aprimoramento de suas habilidades técnicas e que por sua vez necessita de um modelo a ser seguido, entretanto a sistematização pedagógica e o aprendizado lúdico ainda são importantes. Seguindo esta linha, quando o atleta chega à fase adulta, o Método Parcial deve ser predominante, o conhecimento técnico deve ser parte do atleta como um todo, pois muitas vezes já é um profissional e não se admite mais o erro, que é visto pelos árbitros com um olhar mais rigoroso. Contudo o jogo torna-se mais prazeroso e muito mais criativo com um entrosamento de ambas as metodologias.

Sugere-se que os profissionais busquem o equilíbrio entre os principais métodos de ensino dos jogos coletivos, sempre levando em consideração, a faixa etária, a individualidade biológica e o nível de aperfeiçoamento demonstrado por seus atletas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIACAO BRASILEIRA DE NORMAS TECNICAS-ABNT, Rio de Janeiro, ago. 1989/ NBR/ 6023. **Referências bibliográficas**. Rio de Janeiro, 1990.

BANCO NACIONAL DO DESENVOLVIMENTO. **Esportes no Brasil: Situação atual e propostas para o desenvolvimento**. Rio de Janeiro, 1997.

BARBANTI, Valdir J. **Treinamento Esportivo**. São Paulo: Edgard Blucher Ltda., 2ª ed., 1997.

BAYER, C. **O ensino dos desportos coletivos**. Paris: Vigot, 1994.

BÖHME, M. T. S. **Relações entre aptidão física, esporte e treinamento esportivo**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Brasília-DF v. 11, nº 3, p. 97-104, jul./set. 2003.

Bracht, Valter (2009). **Esporte de Rendimento na Escola**. In: M. P. Stigger; H. Lovisollo (Orgs.) *Esporte de Rendimento e Esporte na Escola*. Campinas: Autores Associados, p. 11-27.

CAMARGO NETTO, Francisco. **Handebol**. 4. Ed. Porto Alegre: Prodil, 1982.

CERVO AL, Bervian, PA, Da Silva R. Metodologia científica. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

COSTA, Claito Frazzon. **Futsal: aprenda a ensinar**. Florianópolis: Visual Books, 2003.

DIETRICH, K.; DURRWACHTER, G.; SCHALLER, H-J. **Os grandes jogos: metodologia e prática**. Rio de Janeiro: Ao livro técnico S/A, p. 11, 1984.

DUBOIS, Claude. Novíssima Delta Larousse: enciclopédia e dicionário. v. 1 e 9. Rio de Janeiro: Delta, 1985.

FEIJÓ, O. G. **Psicologia para o Esporte: Corpo & Movimento**. 2ª Ed. Rio de Janeiro: Shape, 2001.

FERREIRA, Pedro. **Regras de handebol: mais de mil perguntas e respostas**. São Paulo: Ateniense, 1989.

GRECO, P. J. **O ensino-aprendizagem-treinamento dos esportes coletivos: uma análise inter e transdisciplinar**. In: Garcia, E.S.; Lemos K.L.M. Temas Atuais, v. 2. Belo Horizonte: Health, 2006.

KÄSLER, Horst. **Handebol: do aprendizado ao jogo disputado**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1978.

KRÖGER, Christian; ROTH, Klaus. **Escola da Bola: Um ABC para iniciantes nos jogos esportivos**. [tradução e revisão científica. Pablo Juan Greco] São Paulo: Phorte, 2002.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do Esporte**. Ijuí:Unijuí, 1996.

LISBOA, George Lodder. **Os fundamentos do handebol**. Viçosa: Imprensa Universitária da Universidade Federal de Viçosa, 1983.

Matos, Marcelo C. (2013). **Sentidos de Educação Física nos currículos de Pedagogia da UFRJ (1992-2008)**. Dissertação de mestrado em educação. Faculdade de Educação. Universidade Federal do Rio de Janeiro. 129 p.

MELHEM, Alfredo. **Brincando e aprendendo Handebol**. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.

MENDES, José Carlos. UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA Programa de Pós-Graduação em Educação Física. **O processo de ensino-aprendizagem-treinamento do handebol no estado do Paraná: um estudo da categoria infantil**. Florianópolis, 2006. 102 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos. Programa de Pós-Graduação em Educação Física.

NAGI-KUNSAGI, Paulo. **Handebol**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Palestra Edições Desportiva, 1983.

Netto, Américo V. (2006). Abordagens pedagógicas em educação física: corpo como objeto e abordagem cultural como conteúdo. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. Buenos Aires, v. 95, p. 164.

REIS, H. H. B. dos. O ensino do handebol utilizando-se do método parcial. <http://www.efdeportes.com/efd93/handebol.htm>. Acessado em 12 de junho de 2012.

SILVA, Marco Antônio Ferreira da. Handebol: regras ilustradas, técnicas e táticas. Rio de Janeiro: Tecnoprint, 1983.