



PLANO DE CURSO

| DISCIPLINA | CH | CR | SEMESTRE | PROFESSOR | TÍTULO |
|------------|-----|----|----------|----------------------|--------|
| Handebol | 80h | 04 | 2021/2 | Ramón Núñez Cárdenas | Doutor |

APRESENTAÇÃO

Esta disciplina pretende contribuir no processo de formação do profissional de educação física, considerando o projeto pedagógico do curso de Educação Física da Fundação Universidade Federal de Rondônia. Tem como especificidade oferecer aos estudantes conhecimentos para oportunizar a sistematização dos conteúdos fundamentais no processo de ensino aprendizagem da prática do handebol na Educação Física Escolar. Entretanto, tais conhecimentos não se dão de forma isolada. Por este motivo, será solicitado aos alunos a aplicação dos conhecimentos já recebidos em outras disciplinas, tais como Didática, fisiologia do exercício, sociologia entre outras.

EMENTA

Conhecimento de Handebol, seu contexto histórico e atual, análise de seus aspectos gerais e suas técnicas e táticas. Teoria e prática de procedimentos pedagógicos (o lúdico e o técnico); fundamentos básicos do handebol.

OBJETIVOS

- Geral: Desenvolver habilidades nos conhecimentos teóricos e práticos a fim de favorecer a solução de problemas básicos no processo de ensino aprendizagem do handebol na escola.
- Específicos:
 - Estudar os enfoques pedagógicos da iniciação ao handebol.
 - Conhecer e aplicar a metodologia de ensino dos diferentes fundamentos básicos do handebol.
 - Compreender e aplicar os diferentes aspectos didático-metodológicos no planejamento das atividades do handebol na escola.
 - Analisar e aplicar às atividades lúdicas que conduzam ao desenvolvimento de habilidades específicas do handebol na escola.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Enfoques pedagógicos da iniciação ao handebol.
- Aspectos didático-metodológicos no planejamento das atividades do handebol na escola.
- Metodologia para a iniciação do handebol.
- Dos Pequenos jogos de handebol;
- Jogos de adaptação;
- Jogos de passes e recepção;
- Jogos de progressão;
- Jogos de arremesso;
- Grandes jogos.
 - Metodologia para a iniciação do handebol.
 - Fundamentos
 - Manejo de bola
 - Técnica de passe e recepção de bola.
 - Fundamentos
 - Manejo de bola
 - Técnica de passe e recepção de bola
 - Fundamentos
 - Técnica de progressão;
 - Fundamentos
 - Manejo de bola
 - Técnica dos arremessos
 - Fundamentos
 - O goleiro
 - Técnica e tática defensiva
 - Técnica de defesa e ataque
 - O jogo de handebol
 - O jogo de handebol
 - Orientação do seminário
 - Planejamento e apresentação de uma aula de handebol na escola.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O programa da disciplina será desenvolvido de forma contextualizada e de acordo com a realidade, considerando os interesses e necessidades dos alunos. A disciplina será conduzida através do método de elaboração conjunta no qual os alunos terão a possibilidade de criar suas idéias e concepções sobre cada um dos conteúdos ministrados.

AVALIAÇÃO

Serão utilizadas avaliações do tipo continuada e final. No primeiro caso, se realizará através de trabalhos em sala de aula e extra-aula, individuais e em pequenos grupos (seminários e escritos) no decorrer do semestre.

A avaliação final constará de uma prova oral.

- Avaliações continuadas: Serão realizadas 05 avaliações somando um total de 100 pontos.
- Avaliação Final: Prova Oral: total de 100 pontos

A nota final será a média obtida pelos alunos nas duas avaliações.

CRONOGRAMA DETALHADO

| Cronograma Detalhado | | | | | |
|-----------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Período | | Conteúdo a serem Trabalhados | Quant. Aulas | Local | Estratégia de Ensino e Recursos Didáticos |
| Meses | Dias | | | | |
| ABRIL | 27 | <ul style="list-style-type: none"> - Será apresentado aos alunos o programa da disciplina; assim como o sistema de avaliação da mesma. - Enfoques pedagógicos da iniciação ao handebol. - Orientação do 1º trabalho extra aula. | 4 | Aula teórica | <ul style="list-style-type: none"> -Elaboração conjunta. - Estudar os enfoques pedagógicos da iniciação ao handebol. - Conhecer a história do Handebol: No Mundo; No Brasil; Em Rondônia. |
| MAIO | 04 | <ul style="list-style-type: none"> - Aspectos didático-metodológicos no planejamento das atividades do handebol na escola. - Orientação do 2º Seminário - Metodologia para a iniciação do handebol. - Dos Pequenos jogos de handebol; - Jogos de adaptação; - Jogos de passes e recepção; - Jogos de progressão; - Jogos de arremesso; - Grandes jogos. | 4 | Aula teórica | Metodologia Dialogal para: <ul style="list-style-type: none"> - Compreender os diferentes aspectos didático-metodológico no planejamento das atividades do handebol na escola. - Analisar às atividades lúdicas que conduzam ao desenvolvimento de habilidades específicas do handebol na escola. |
| | 11 | Seminário | 4 | Aula teórica | Apresentação dos trabalhos pelas equipes. |
| | 18 | Metodologia para a iniciação do handebol. Fundamentos <ul style="list-style-type: none"> - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática | Vivência: os alunos se familiarizarão com os movimentos do manejo de bola; técnica do passe e recepção de bola. |

| | | | | | |
|-------|----|---------------------------------------------------------------------------|---|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | 25 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática | Vivência: os alunos consolidarão os movimentos do manejo de bola; técnica de passe e recepção de bola. |
| | 26 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática extra | Local: quadra |
| | 27 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática extra | Local: quadra |
| | 28 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática extra | Local: quadra |
| | 29 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática extra | Local: quadra |
| | 30 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática extra | Local: quadra |
| | 31 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica de passe e recepção de bola. | 4 | Aula prática extra | Local: quadra |
| JUNHO | 08 | Fundamentos - Técnica de progressão; | 4 | Aula prática | Vivência: os alunos realizarão a técnica de progressão junto com o passe e recepção. |
| | 15 | Fundamentos - Manejo de bola - Técnica dos arremessos | 4 | Aula prática | Expositiva dialogal e vivência: Os alunos aprenderão a metodologia para o ensino da técnica dos arremessos. |
| | 22 | Fundamentos - O goleiro | 4 | Aula - prática | Expositiva dialogal: Os alunos conhecerão a metodologia de ensino da técnica do goleiro. |
| | 29 | - Técnica e tática defensiva | 4 | Aula prática | Vivência: Conhecimento da metodologia de ensino da técnica e tática defensiva. |
| JULHO | 06 | - Técnica de defesa e ataque | 4 | Aula - prática | Vivência: Conhecimento da metodologia de ensino da técnica e tática defensiva. |

BIBLIOGRAFIA

Básica:

ALMEIDA, Alexandre. Gomes; DECHECHI, Clodoaldo José. **Handebol: Conceitos e Aplicações**, São Paulo. Manole, 2018.

GRECO, Pablo Juan; ROMERO, Juan J. Fernandez. Manual de Handebol - da iniciação ao alto nível. São Paulo: Phorte, 2019.

SANTOS, Lúcio.Rogério.Gomes dos. **Handebol 1000 exercícios**. 6ª ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2018.

Bibliografia Complementar.

- TENROLLER, Carlos Alberto. **Handebol: Teoria e Prática**. Rio de Janeiro: Sprint, 2017.

- ELENO, Thais G; BARELA, José. A; KOKUBUN, Eduardo. Tipos de Esforços e Qualidades Físicas do Handebol. **Revista Brasileira Ciência do Esporte**. Campinas, v.24, n.1, p. 83 -98, set. 2018.

- MELHEM, Alfredo. **Brincando e Aprendendo Handebol**. Rio de Janeiro: Sprint, 2019.

-SEDREZ, Pereira Sálvio. **Regras Oficiais de Handebol**. São Paulo: Phorte,2018.

- SIMÕES, Antônio Carlos. **Handebol Defensivo: Conceitos Técnicos e Táticos**. SãoPaulo: Phorte, 2017.

Porto Velho (RO), 23 de março de 2021.

Profª Dr Ramón Núñez Cárdenas
Docente DEF/UNIR