

HANDEBOL COMO INICIAÇÃO ESPORTIVA NA ESCOLA

Alex Vinicius Sousa Santos¹
Roberta Mara Cunha Gonçalves²

RESUMO

O handebol é a modalidade esportiva que mais cresce nas escolas brasileiras, por isso a necessidade de escrever sobre o assunto. Pois é necessário fazer com que o ensino do handebol na escola aconteça de maneira correta. Este trabalho é uma revisão bibliográfica que engloba desde os métodos de ensino até a modalidade específica. Mostra várias opções de métodos para que cada profissional possa adaptar a sua realidade.

Palavras-chave: Handebol. Iniciação esportiva. Educação Física Escolar.

1 INTRODUÇÃO

A educação se faz presente em todos os momentos da vida, sendo assim é possível afirmar que não existe uma educação, mas sim "educações", sendo que não há uma forma única, tão pouco um único modelo de educação. A escola se apresenta como instituição responsável pela educação, porém a mesma não é o seu único meio de ação nos indivíduos da sociedade.

Podendo ser usada como saber, idéia ou crença para tornar comum aquilo que é comunitário, a educação existe livre, vai da família a comunidade, em todos os mundos, sem sala de aula, livros, quadras e professores especializados. A educação, como a conhecemos e definimos, nos dias atuais aparece sempre no momento em que surgem formas sociais de condução e controle da aventura de ensinar e aprender, momento em que a educação se sujeita

¹ Aluno do 8º período do curso de Educação Física da Faculdade Atenas.

² Coordenadora do curso de Educação Física da Faculdade Atenas.

à pedagogia, criando métodos, estabelecendo regras e tempos, constituindo executores especializados. Este é o momento em que surge a escola, o aluno e o professor.

O objetivo do trabalho é apresentar alguns conceitos, identificar e diferenciar opções metodológicas, além de analisar cada fase da iniciação esportiva no handebol.

1 EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

O prazer e o conhecimento sobre a prática da atividade física teriam um valor bastante limitado se os alunos não vivenciassem ou aprendessem os aspectos vinculados ao corpo/movimento. Por isso, a importância da Educação Física na escola é também garantir a aprendizagem das atividades corporais produzidas pela cultura.

A educação física escolar, até décadas atrás apresentava um modelo em que o físico (corpo), a aptidão física e desempenho era o mais importante, desprezando muitas vezes os aspectos sociais, cognitivos e afetivos. O relevante dentro das aulas de educação física escolar era o Esporte-Rendimento, ou seja, o aluno deveria apresentar um bom desempenho e habilidades não só nas aulas, mas também nos jogos e em determinadas modalidades esportivas, levando o aluno a ser quase um atleta.

2 ABORDAGENS PEDAGÓGICAS

As abordagens que tiveram maior impacto a partir de meados da década de 70 são comumente denominadas de psicomotora, construtivista e desenvolvimentista (BRASIL, 1997).

2.1 ABORDAGEM PSICOMOTORA

A psicomotricidade é o primeiro movimento mais articulado que aparece a partir da década de 70 em contraposição aos modelos anteriores. Nele, o envolvimento da Educação

Física é com o desenvolvimento da criança, com o ato de aprender, com os processos cognitivos, afetivos e psicomotores, ou seja, buscando garantir a formação integral do aluno (BRASIL, 1997).

A Educação Física é, assim, apenas um meio para ensinar Matemática, Língua Portuguesa, sociabilização. Para este modelo, a Educação Física não tem um conteúdo próprio, mas é um conjunto de meios para a reabilitação, readaptação e integração, substituindo o conteúdo que até então era predominantemente esportivo, o qual valorizava a aquisição do esquema motor, lateralidade, consciência corporal e coordenação viso-motora (BRASIL, 1997).

A principal vantagem desta abordagem é que ela possibilitou uma maior integração com a proposta pedagógica ampla e integrada da Educação Física nos primeiros anos de educação formal. Porém, representou o abandono do que era específico da Educação Física, como se o conhecimento do esporte, da dança, da ginástica e dos jogos fosse, em si, inadequado para os alunos (BRASIL, 1997).

2.2 ABORDAGEM CONSTRUTIVISTA

É preciso lembrar que, no âmbito da Educação Física, a psicometricidade influenciou a perspectiva construtivista-interacionista na questão da busca da formação integral, com a inclusão das dimensões afetivas e cognitivas ao movimento humano. Na discussão do objeto da Educação Física escolar, ambas trazem uma proposta de ensino para a área que abrange principalmente crianças na faixa etária até os 10-11 anos (BRASIL, 1997).

Na perspectiva construtivista, a intenção é a construção do conhecimento a partir da interação do sujeito com o mundo, e para cada criança a construção desse conhecimento exige elaboração, ou seja, uma ação sobre o mundo. Nesta concepção, a aquisição do conhecimento é um processo construído pelo indivíduo durante toda a sua vida, não estando

pronto ao nascer nem sendo adquirido passivamente de acordo com as pressões do meio (BRASIL, 1997).

A proposta teve o mérito de levantar a questão da importância de se considerar o conhecimento que a criança já possui na Educação Física escolar, incluindo os conhecimentos prévios dos alunos no processo de ensino e aprendizagem. Essa perspectiva também procurou alertar os professores sobre a importância da participação ativa dos alunos na solução de problemas (BRASIL, 1997).

2.3 ABORDAGEM DESENVOLVIMENTISTA

A abordagem desenvolvimentista é dirigida especificamente para a faixa etária até 14 anos e busca nos processos de aprendizagem e desenvolvimento uma fundamentação para a Educação Física escolar. É uma tentativa de caracterizar a progressão normal do crescimento físico, do desenvolvimento motor e da aprendizagem motora em relação à faixa etária e, em função dessas características, sugerir aspectos ou elementos relevantes à estruturação de um programa para a Educação Física na escola (BRASIL, 1997).

A abordagem defende a idéia de que o movimento é o principal meio e fim da Educação Física, propugnando a especificidade do seu objeto. Sua função não é desenvolver capacidades que auxiliem a alfabetização e o pensamento lógico-matemático, embora tal possa ocorrer como um subproduto da prática motora.

Em suma, uma aula de Educação Física deve privilegiar a aprendizagem do movimento, conquanto possam estar ocorrendo outras aprendizagens, de ordem afetivo-social e cognitiva, em decorrência da prática das habilidades motoras. Grande parte do modelo conceitual desta abordagem relaciona-se com o conceito de habilidade motora, pois é por meio dela que os seres humanos se adaptam aos problemas do cotidiano. Como as habilidades mudam ao longo da vida do indivíduo, desde a concepção até a morte, constituíram-se numa área de conhecimento da Educação Física (BRASIL, 1997).

3 INICIAÇÃO ESPORTIVA

As idéias do pensador francês que inspiraram o pedagogo brasileiro me remetem à iniciação esportiva, pois, ao contrário do que em geral apregoa a pedagogia tradicional, percebo o esporte na infância como um fenômeno absolutamente complexo. O próprio Edgar Morin (2000, p. 8) nos dá uma dica ao dizer que “[...] é complexo o que não pode (...) reduzir-se a uma lei ou a uma idéia simples“. Simples, como por exemplo, as idéias da pedagogia do esporte tradicional de seleção esportiva, da eleição de um modelo ideal de atleta, de projetar nas crianças das categorias menores os atletas das seleções futuras, de tratar o esporte infantil mercadologicamente.

3.1 FASE DE INICIAÇÃO ESPORTIVA I

A fase de iniciação esportiva I corresponde da 1.º ao 5.º ano do ensino fundamental, atendendo crianças da primeira e segunda infância, com idades entre 7 e 10 anos. O envolvimento das crianças nas atividades desportivas deve ter caráter lúdico, participativo e alegre, a fim de oportunizar o ensino das técnicas desportivas, estimulando o pensamento tático. Todas as crianças devem ter a possibilidade de acesso aos princípios educativos dos jogos e brincadeiras, influenciando positivamente o processo ensino-aprendizagem (OLIVEIRA e PAES 2004).

3.1.1 PARTICIPAÇÃO EM ATIVIDADES VARIADAS COM CARÁTER RECREATIVO

Paes (1989) pontua que, no processo evolutivo, essa fase - participação em atividades variadas com caráter recreativo - visa à educação do movimento, buscando-se o

aprimoramento dos padrões motores e do ritmo geral por meio das atividades lúdicas ou recreativas.

Concordamos com o autor e sugerimos ainda o lançamento, o chute, o saque, o arremesso, quicar e cortar, típicos dos jogos desportivos coletivos. Essas modificações também podem ser feitas em outros jogos e brincadeiras. Acreditamos que, com isso, as crianças poderão motivar-se para a prática em função do aumento das possibilidades.

Em relação aos jogos desportivos coletivos, as atividades lúdicas em forma de brincadeiras e pequenos jogos podem contribuir para desenvolver, nas crianças, as capacidades físicas, tais como a coordenação, a velocidade e a flexibilidade - propícias nessa fase - e também habilidades básicas para futuras especializações, como agilidade, mobilidade, equilíbrio e ritmo. (OLIVEIRA e PAES, 2004).

Sendo assim, o sucesso da educação das crianças e adolescentes depende muito da capacidade do professor/treinador e de cada cenário onde o trabalho é desenvolvido. A literatura especializada do treinamento infantil demonstra que, nessa fase, devem-se observar as condições favoráveis para o desenvolvimento de todas as capacidades e qualidades na aplicação dos conteúdos do ensino, por meio de uma ação pedagógica sistematizada (OLIVEIRA e PAES, 2004).

3.2 FASE DE INICIAÇÃO ESPORTIVA II

A fase de iniciação esportiva II é marcada por oportunizar os jovens à aprendizagem de várias modalidades esportivas, atendendo crianças e adolescentes da 6º ao 8º ano do ensino fundamental, com idades aproximadas de 11 a 13 anos, correspondente à primeira idade puberal. Partindo do princípio de que a fase de iniciação desportiva I visa à estimulação e à ampliação do vocabulário motor por intermédio das atividades variadas específicas, mas não especializadas de nenhum esporte, a fase de iniciação esportiva II dá

início à aprendizagem de diversas modalidades esportivas, dentro de suas particularidades (OLIVEIRA e PAES, 2004).

3.2.1 APRENDIZAGEM DIVERSIFICADA DE MODALIDADES ESPORTIVAS

Abordaremos, nesse momento, a importância da diversificação, ou seja, a prática de várias modalidades esportivas que contribui para futuras especializações. Defendemos, também, a diversificação dos conteúdos de ensino em uma modalidade, evitando, todavia, a repetição dos mesmos, repetição essa que leva à estabilização da aprendizagem, empobrecendo o repertório motor dos praticantes (OLIVEIRA e PAES, 2004).

Em relação à diversificação e à aprendizagem de várias modalidades esportivas, Bayer (1994) entende que, em nível de aprendizagem, o "transfer" é admitido, ou seja, a transferência encontra-se facilitada logo que um jogador a percebe na estrutura dos jogos desportivos coletivos. Assim, os praticantes transferem a aprendizagem de um gesto como o arremessar ao gol no handebol, a cortada do voleibol ou o arremesso da cesta no basquetebol. Trata-se, então, de isolar estruturas semelhantes que existem em todos os jogos coletivos desportivos para que o aprendiz reproduza, compreenda e delas aproprie-se. Entretanto, o autor adverte: "ter a experiência duma estrutura não é recebê-la passivamente, é vivê-la, retomá-la e assumi-la, reencontrando seu sentido constantemente" (BAYER, 1994, p.48).

De acordo com a literatura, os iniciantes devem participar de jogos e exercícios, advindos dos esportes específicos e de outros, que auxiliem a melhorar sua base multilateral e no preparo com a base diversificada para o esporte escolhido. As competições devem ter caráter participativo e podem ser estruturadas para reforçar o desenvolvimento das capacidades coordenativas e das destrezas, melhorando a técnica do movimento competitivo, vivenciando formações táticas simples. No entanto, ainda não se deve objetivar o produto final (resultado) nesse momento.

A flexibilidade deve ser desenvolvida de forma agradável, sempre antes das sessões de treinamento, pois se alcançam, nessa fase, períodos ótimos de sensibilidade de desenvolvimento. O tempo dedicado ao treinamento, segundo Gomes (2002), gira em torno de 300 a 600 horas anuais, das quais apenas 25% do tempo é dedicado a conteúdos específicos e 75% aos conteúdos da preparação geral.

A escola é o melhor local para a aprendizagem, pois, são inúmeros os motivos no quais crianças e adolescentes procuram os desportos, entre eles: encontrar e jogar com outros garotos, diversão, aprender a jogar e ainda na escola, o professor terá controle da frequência e da idade dos alunos, facilitando as intervenções pedagógicas. No âmbito informal, como no clube desportivo, isso pode não ocorrer, mas a função do professor/técnico do clube deve propiciar à criança o mesmo tratamento pedagógico que esta recebe na escola, para facilitar o desenvolvimento dos alunos/atletas (OLIVEIRA e PAES, 2004).

3.3 FASE DE INICIAÇÃO ESPORTIVA III

Entendemos que, nesse momento do processo, a iniciação esportiva III é a fase que corresponde à faixa etária aproximada de 13 a 14 anos, às 8º e 9º ano do ensino fundamental, passando os atletas pela pubescência. Enfatizamos o desenvolvimento dessa fase, para os alunos/atletas, a automatização e o refinamento dos conteúdos aprendidos anteriormente, nas fases de iniciação esportiva I e II, e a aprendizagem de novos conteúdos, fundamentais nesse momento de desenvolvimento esportivo (OLIVEIRA e PAES, 2004).

3.3.1 AUTOMATIZAÇÃO E REFINAMENTO DA APRENDIZAGEM ANTERIOR

Nessa fase do processo, o jovem procura, por si só, a prática de uma ou mais modalidades esportivas por gosto, prazer, aplicação voluntária e pelo sucesso obtido nas fases anteriores. Neste sentido, os atributos pessoais parecem ser fundamentais para o

aperfeiçoamento das capacidades individuais. A idade e o biótipo, além da motivação, são características determinantes para a opção por uma ou outra modalidade na busca da automatização e refinamento da aprendizagem dos conteúdos das fases anteriores, buscando a fixação em uma só modalidade (OLIVEIRA e PAES, 2004).

O fenômeno, aqui, é a automatização do movimento, isto é, todas as aquisições que aconteceram de forma consciente e com muito gasto de energia podem, agora, ser executadas no subconsciente, com menor gasto energético, ou seja, de forma automatizada.

Em relação às habilidades motoras, a fase de automatização e refinamento enfatiza a prática do que foi aprendido e acrescenta as situações de jogo, transição (contra-ataque) e sistemas táticos de defesa e ataque, os quais, aliados à técnica, visam ao aperfeiçoamento das condições gerais da formação do atleta, na qual os conteúdos de ensino equilibram-se entre exercícios e jogos com o objetivo de ensinar habilidades "técnicas específicas", que são o modo de fazer aliado à "tática específica", a razão de fazer.

Na fase de automatização e refinamento dos fundamentos - exercícios sincronizados e sistemas aprendidos - e o desenvolvimento das capacidades físicas, volta-se para o aperfeiçoamento do que já foi conseguido anteriormente, fortalecendo a estrutura física, destacando as capacidades físicas específicas de um determinado esporte; como exemplo, a resistência de velocidade, muito utilizada no basquetebol, futsal, futebol entre outros (OLIVEIRA e PAES, 2004).

No caso das habilidades (técnicas), como exposto anteriormente, os jogos e as brincadeiras, nas fases de iniciação desportiva I e II, objetivam à aprendizagem da manipulação de bola, passe-recepção, entre outras, e no domínio corporal, a agilidade, mobilidade, ritmo e equilíbrio; dando início à formação tática e ao aperfeiçoamento das capacidades físicas - coordenação, flexibilidade e velocidade - que constituem as bases para a fase de iniciação esportiva III, a qual possui, como conteúdos, a automatização e o refinamento da aprendizagem, preparando os alunos/atletas para a especialização.

Na fase iniciação esportiva III, a automatização e o refinamento da aprendizagem inicial possibilitam ao praticante optar por uma outra modalidade após as experiências vividas e depois da aprendizagem de várias modalidades esportivas.

Esse processo chamado de etapa de iniciação esportiva deve constituir-se de fases e sua constituição acontece com as experiências dos praticantes, aliada a um projeto pedagógico onde os conteúdos do ensino das habilidades e o desenvolvimento das capacidades motoras, ocorram de forma diversificada, motivadora oportunizando a participação e a aprendizagem do maior número possível de praticantes principalmente nas agencias formais de ensino, com base no método de jogo, dentro da especificidade de cada modalidade praticada pelas crianças e adolescentes, possibilitando um ótimo desenvolvimento da aprendizagem motora, dando bases para as futuras especializações nas modalidades escolhidas pelos próprios praticantes. Especialização esta que acontecerá após quatorze anos de idade (OLIVEIRA e PAES, 2004).

4 REFERENCIAIS TEÓRICOS PARA O ENSINO DOS JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS

Vários autores apresentam propostas, visando discutir o ensino dos esportes. No caso dos jogos desportivos coletivos, verificamos aumento crescente no diálogo, almejando a busca de novos procedimentos pedagógicos, com vistas a facilitar o aprendizado (OLIVEIRA e PAES, 2004).

Bayer (1994), 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. A outra corrente destaca os métodos ativos, que levam em conta os interesses dos jovens e que, a partir de situações vivenciadas, iniciativa, imaginação e

reflexão possam favorecer a aquisição de um saber adaptado às situações causadas pela imprevisibilidade.

Essa abordagem pedagógica, chamada de pedagogia das situações, deve promover aos indivíduos a cooperação com seus companheiros, a integração ao coletivo, opondo-se aos adversários, mostrando, ao aprendiz, as possibilidades de percepção das "situações de jogo", interferindo na tomada de decisão, elaborando uma "solução mental", buscando resolver os problemas que surgem com respostas motoras mais rápidas, principalmente nas interceptações e antecipações, frente às atividade dos adversários.

Nesse contexto, Greco (1998), sugere o ensino através do método situacional, em situações de 1x0; 1x1; 2 x 1, em que as situações 1, isoladas dos jogos, são aprendidas com números reduzidos de praticantes. Este autor também defende que a técnica desportiva é praticada na iniciação aos conceitos da tática, ou seja, aliando o "como fazer" à "razão de fazer". Não se trata de trabalhar os conteúdos da técnica apenas pelo método situacional, mas sim de utilizá-lo como um importante recurso, evitando o ensino somente pelos exercícios analíticos, os quais, como vimos anteriormente, podem não garantir sucesso nas tomadas de decisão frente às situações, por exemplo, de antecipação, que ocorrem de forma imprevisível nos jogos desportivos coletivos.

Garganta (1998) relata as combinações de jogo contidas na tática por intermédio dos jogos condicionados, voltados para o todo, nos quais as relações das partes são fundamentais para a compreensão do jogo, facilitando o processo de aprendizagem da técnica. O jogo é decomposto em unidades funcionais sistemáticas de complexidade crescente, nas quais os princípios do jogo regulam a aprendizagem. As ações técnicas são desenvolvidas com base nas ações táticas, de forma orientada e provocada.

Cabe-nos ressaltar que, desde que a criança inicia a prática sistematizada de treinamento na escola ou no clube, não é garantida sua formação atlética simplesmente por seus domínios técnico-táticos. Deve-se levar em consideração sua totalidade, sua vida; física, social, mental e espiritual. Caso a criança opte pela especialização em uma determinada

modalidade, pode utilizar-se de tais conhecimentos, fortalecendo o direcionamento na busca de rendimentos superiores. Torna-se valioso também, o cuidado do técnico em diagnosticar, durante a prática, quais crianças e adolescentes necessitam mais de um ou outro estímulo, a fim de promover um melhor ambiente de aprendizagem (OLIVEIRA e PAES, 2004).

Até esse momento, discutimos assuntos que tratam de questões relacionadas ao ensino das habilidades e capacidades tático-cognitivas, embasados nos autores até aqui citados, os quais referem-se à pedagogia da iniciação nos jogos desportivos coletivos. Com base nas discussões anteriores sobre os procedimentos de ensino dos jogos desportivos coletivos, em uma pedagogia voltada para a iniciação esportiva, entendemos que há necessidade de estabelecer uma diferenciação da aprendizagem dos conteúdos durante o processo.

5 O HANDEBOL

O handebol é praticado em um campo com espaços fixados para o desenvolvimento do jogo. No que se refere à característica específica do ataque, no handebol o jogo pode ser desenvolvido aproveitando a largura e profundidade da quadra. Quando nos referimos ao conceito largura, queremos ressaltar a busca de uma clara chance de definição da jogada, através da criação de espaços ou de superioridade numérica, orientando as ações no espaço entre as linhas laterais.

Com relação ao goleiro de handebol, pode se afirmar que existem dois momentos distintos, no primeiro, o goleiro, permanece numa posição padrão, como por exemplo, o tiro de sete metros. No segundo ele poderá estar se deslocando seguindo a ação dos jogadores para se posicionar no gol ou para lançar o contra-ataque. Nestas duas citações, o goleiro deverá desenvolver técnicas defensivas e técnicas ofensivas (GRECO, 1998).

5.3 OS FUNDAMENTOS DO HANDEBOL

São movimentos fundamentais do handebol que são executados segundo um determinado gesto técnico que é a forma "correta" de execução de um movimento específico, descrito biomecanicamente. Empunhadura - é a forma de segurar a bola de handebol com uma das mãos. A mesma deve ser segurada com as falanges distais dos cinco dedos abertos e com a palma da mão em uma posição ligeiramente côncava. Observações: os dedos devem abarcar a maior superfície possível da bola, os dedos devem exercer uma certa força (pressão) na bola para que ela esteja bem segura. Sendo que a pressão exercida pelos dedos polegar e mínimo é muito importante para o êxito da empunhadura (REIS, 1994).

Recepção - é um fundamento técnico cujo principal objetivo é dar ao jogador um inteiro domínio sobre a bola passada a ele. No handebol existem 3 tipos de recepções: recepção alta, recepção média e recepção baixa. No processo de iniciação esportiva recomenda-se que os 3 tipos de recepções sejam desenvolvidos em conjunto com os passes, sendo que a ênfase inicial do trabalho deve ser no domínio correto sobre a bola de modo que a mesma não saia da posse de sua equipe (COSTA, 2004).

Finta - é a ação de ludibriar o adversário com ou sem a bola. Seu objetivo é conseguir espaço para arremessar, passar ou dar seqüência a jogada (TENROLLER, 2005).

Passes - É movimentos que permitem a bola ir de um jogador a outro, desta forma ele necessita sempre da interdependência de no mínimo duas pessoas.

Passo quicado: quando a bola toca o solo uma vez antes de ser recepcionado pelo companheiro, nesse tipo de passe a bola é atirada ao solo em trajetória diagonal (REIS, 1994).

Greco (1998) apresenta o passe em trajetória parabólica.

Nem todos os passes acima descritos foram apresentados pela literatura específica do método parcial do ensino do handebol. A literatura apresentava até meados de 1990 apenas os seguintes tipos de passes no handebol: acima do ombro, por trás da cabeça - sem as classificações em função de trajetórias, por trás do corpo - também sem as classificações em função de trajetórias e os passes quicados. A respeito do passe de ombro, a literatura não

incluía os passes retificados e bombeados como uma variação do passe de ombro (REIS, 1994).

A progressão - é a ação individual ou coletiva de progredir com a bola. Seu objetivo é dar ritmo ao jogo com propósitos de ataques ou contra-ataque (TENROLLER, 2005).

Arremesso - É um fundamento realizado sempre em direção ao gol. A maioria dos arremessos pode ser denominada "de ombro" e seguem 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 (REIS, 1994).

Com rolamento - significa que após a bola ter deixado a mão do arremessador, o mesmo realiza um rolamento, na maioria das vezes um rolamento de ombro. Este tipo de arremesso é mais comum entre os pontas e eventualmente por pivôs (REIS, 2006).

Drible - é o ato de superar o adversário com a posse de bola, tanto no ataque como na defesa. Sua pratica se da a partir do controle da bola com sucessivos quiques da bola ao solo. Sendo seu objetivo superar o adversário e assim conseguir melhor posição para o arremesso, o passe ou a progressão (TENROLLER, 2005).

5.4 AS POSIÇÕES E SUAS CARACTERÍSTICAS

É a distribuição dos jogadores na quadra de jogo, em determinadas posições específicas, de maior rendimento do jogador.

5.4.1 O ARMADOR CENTRAL

É a "locomotiva" do time no ataque. Este jogador está no centro do ataque e comanda o curso e o tempo do mesmo, deve saber arremessar com força e ter um grande repertório de passes. Deve possuir grande visão de jogo para se adaptar as mudanças na defesa adversária. Força, concentração, tempo de jogo e passes certos são o que destacam um bom armador (COSTA, 2004).

O armador pode ser um pouco mais baixo, porém deverá ter grande habilidade e agilidade. É de grande significância que ele tenha experiência e maturidade de jogo, pois cabe, principalmente, a ele, as armações e organizações das jogadas da sua equipe. E ainda, deve servir de exemplo de técnica e equilíbrio psicológico para toda a sua equipe (COSTA, 2004).

5.4.2 OS MEIAS - ARMADORES

O "combustível" do time no ataque. Os meias geralmente possuem os mais fortes arremessos e são, geralmente, os mais altos jogadores do time (no masculino variam de 180cm a 210cm e no feminino variam de 175cm a 190cm). Entretanto existem excepcionais jogadores que são menores que a média, mas possuem arremessos poderosos e técnica muito apurada. Estes são geralmente os jogadores mais perigosos durante o ataque, pois os arremessos costumam partir deles ou de outro jogador o qual tenha recebido um passe dele (REIS, 2006).

Com seu posicionamento afastado, são capazes de assegurar um equilíbrio defensivo à sua equipe. Em verdade, são os primeiros jogadores a partir para a formação da defesa, retomada da posse de bola e, por do contra-ataque (REIS, 2006).

5.4.3 O PIVÔ

Seu objetivo é abrir espaço na defesa adversária para que seus companheiros possam arremessar de uma distância menor, ou se posicionar estrategicamente para que ele mesmo possa receber a bola e arremessar em direção ao gol. O pivô possui o maior repertório

de arremessos do time, pois ele deve passar pelo goleiro e marcar o gol geralmente sem muita força, impulsão ou velocidade, e em jogadas geralmente rápidas (COSTA, 2004).

Os pivôs posicionam-se entre as linhas dos 6 e 9 metros, próximos à área de gol. Normalmente são jogadores rápidos, vigorosos e de grande habilidade que o possibilite livrar-se da marcação constante que recebe. Não se faz necessário ao pivô deter grande estatura, em contrapartida há de ter grande ímpeto e desejo de jogar e “furar” a marcação. Em movimentos rápidos e hábeis e com uma posição livre, devem receber a bola com segurança e arremessar ligeiramente ao gol (COSTA, 2004).

Além dos arremessos especiais do pivô (arremesso em suspensão, em queda, salto com queda), eles devem dominar arremessos como: de reversão, de reversão com queda, de percussão aérea. Deve ainda, prender pelo menos um jogador (bloqueá-lo), ajudando os arremessos de longa distância e jogadas dos meias (COSTA, 2004).

5.4.4 OS PONTAS

Ocupam as extremidades laterais da quadra, junto às linhas laterais. Geralmente são eles que começam as jogadas de ataque. Eles se caracterizam pela velocidade, agilidade e com uma apurada técnica de arremesso de locais com reduzido ângulo em direção ao goleiro, quando precisam ser muito bons de mira, colocando a fora do alcance do goleiro. São responsáveis, na maioria das vezes, pelo início do contra-ataque, posicionando-se à frente dos demais defensores para início dessas jogadas (TENROLLER, 2005).

5.4.5 O GOLEIRO

Trata-se, sem dúvida, de um dos jogadores mais importantes de uma equipe de handebol. Este deverá ocupar, predominantemente, a área onde poderá usar qualquer parte do corpo para

impedir que a bola ultrapasse a linha de gol. Com a possibilidade de atuar, também fora da área (TENROLLER, 2005).

6 MÉTODOS DE ENSINO PARA A APRENDIZAGEM DO HANDEBOL

6.1 MÉTODO PARCIAL OU ANALÍTICO

Para Xavier (2001) *apud* Tenroller (2005), este método consiste em ensinar uma destreza motora por partes para, posteriormente, uni-las entre si. Se for adotado este método para ensinar o fundamento passe de ombro, com apoio e direto, vejam quais as partes desse fundamento que deverão ser ensinadas: as pernas deverão ficar uma um pouco atrás da linha do quadril e a que ficar à frente deverá ser a que for oposta à mão que irá executar o passe, o aluno deverá estar de frente ao colega que fará a recepção. A bola deverá ser recepcionada com as mãos em concha e os pés deverão ficar distantes um do outro mais ou menos na mesma largura do ombro, podendo um dos pés ficar mais atrás.

6.2 MÉTODO GLOBAL OU COMPLEXO

Consiste em ensinar uma destreza motora apresentando o seu conjunto. No caso do fundamento passe e da recepção, estes deverão ser ensinados sem a intervenção inicial do professor. Isto é, primeiramente, haverá a execução do gesto de modo complexo e se for necessário, o responsável pela aula procederá no sentido de contribuir nas próximas repetições deste fundamento. Através deste método, poderá acontecer um jogo, em que poderão ser observados os fundamentos técnicos do handebol de forma global ou complexa. Conforme pesquisas já realizadas indica-se que o método global é mais adequado para crianças de sete a dezoito anos de idade, para os fundamentos de passe, drible, arremessos e o jogo (XAVIER TENROLLER, 2005).

6.3 MÉTODO MISTO

Para Xavier Tenroller (2005), este método consiste da sincronia dos métodos Global-parcial-global. Primeiramente acontece a execução do gesto como um todo, quando o professor poderá identificar algum erro dos movimentos praticados pelo aluno, em seguida, o aluno repetirá em partes, já com a interferência do professor com o objetivo de proceder às correções dos movimentos observados anteriormente. Finalmente, volta-se a pratica completa dos movimentos observados no primeiro momento, para que o professor faça a demonstração do exercício e, assim, a partir da terceira parte, aconteça o gesto completo com a redução ou eliminação dos erros identificados. Trata-se de uma metodologia bastante rica do ponto de vista didático, com mais fatores positivos do que negativos.

6.4 MÉTODO GLOBAL EM FORMA DE JOGO OU MÉTODO DE CONFRONTAÇÃO

Para entendermos este método, basta que haja a prática do desporto ou modalidade com um todo. Isto é, parte-se do principio de que aprende um desporto através do próprio jogo. Conforme Dietrich Tenroller (2005), o método de confrontação se da sob o lema de jogar-jogar-jogar. Porem este autor alerta ao fato de que há uma displicência metodológica.

Não acontece um desmembramento do jogo em elementos isolados. Devemos imaginar uma concepção simpática que preconiza ser absurdo querer dividir metodicamente um jogo esportivo, porque com esta divisão o todo deixaria de existir. Este método é muito praticado por aqueles profissionais que estão desestimulados em suas escolas, onde não recebem valorização que acham ter direito.

6.5 MÉTODO RECREATIVO

Sem dúvida, este método, é o mais popular adotado na iniciação esportiva ao handebol. Muitos estudiosos o defendem em suas teorias. A adoção deste método se faz presente em todas as realidades e níveis do handebol. Esta é constatação feita após observação feita em aulas e treinamentos de equipes de competições. Porém os trinos com caráter lúdico são proporcionalmente menor, mas não menos importante.

É possível que os elementos técnicos ou táticos, abordados de uma maneira lúdica, ou seja, recreativa, propiciarão ao docente um melhor aprendizado do desporto. Já no alto nível, tem seu efeito antiestressante que é muito valorizado (TENROLLER, 2005).

Há possibilidade de, adotando este método, fazer treinos com altos grau de exigência tanto quanto o objetivo for técnico como quando o treinamento for físico. Por exemplo, brincando pode-se fazer um treinamento de velocidade, quando os atletas estarão posicionados em colunas e ao sinal do professor, deverão correr até determinado local e inflar um balão até estourá-lo.

Este simples exemplo poderá ter muitas variações, com o uso de bolas de handebol, no meio percurso deverão realizar flexão de braço, coluna ou membros inferiores. Com fins técnicos, poderá ser pedido que os executantes façam arremessos dentro de arcos que estarão presos no gol. Muitas outras possibilidades de conteúdos e objetivos são possíveis de atingir adotando este método (TENROLLER, 2005).

6.6 MÉTODOS TRASFERT

Método proposto por Bayer (1986), na Europa, com jogadores de handebol. Adotando-o, pode-se trabalhar mais de uma modalidade desportiva na mesma atividade, associando-se gestos técnicos deste esporte. Assim, ao se trabalhar a condução do Futsal ou a progressão do handebol, por exemplo, estaremos exercitando e desenvolvendo nos alunos os eixos corporais inferior e superior (TENROLLER, 2005).

É um excelente meio para estimular nos alunos as percepções de espaço e a inteligência para outros presentes num contexto durante o jogo. Recurso que poderá adotar aquele professor que tem dificuldade de convencer alunos a praticar handebol. Para tanto poderá mesclar as modalidades. Se o aluno tiver interessado apenas no Futsal, a atividade poderá ter duas bolas, uma de Futsal outra de handebol. Duas colunas de alunos estarão dispostas diagonalmente, de modo que, ao sinal do professor o primeiro de cada coluna devesse progredir, um com a bola de handebol outro com a bola de Futsal, sendo que no meio do percurso trocarão através de passes estas bolas. Em seguida, aquele que recebeu a de handebol fará arremesso ou um ataque enquanto que outro com a de futsal devesse chutar ao gol. É aí que o professor deverá agir de modo a elogiar aquele que prefere ao futsal, dizendo-lhe que o arremesso foi muito bom e demais palavras de incentivo de modo a mexer com auto-estima.

Assim, é provável que este aluno sinta mais firmeza nas próximas práticas, tomando gosto pela modalidade de Handebol.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O handebol como benefício físico, traz uma melhora nas capacidades condicionais, desenvolvimento da correção postural, desenvolvimento da musculatura dos membros do tronco e braços, desenvolvimento da resistência de força rápida, podendo ser um fator de gasto de energia e possuir um alto valor educativo; encontramos também outros benefícios no handebol tais como: benefício motor, sócio-cultural, afetivo-psicológico e cognitivo.

Em relação às fases da iniciação esportiva no handebol fica claro que existe uma ordem de acontecimento, sendo que uma fase não pode acontecer sem que outra seja concluída. Cada uma das fases possui sua própria identidade e suas características importantes, o que é necessário é que cada aluno passe por essas fases absorvendo o que de melhor elas oferecem.

Todos os métodos de ensino têm vantagens e desvantagens em adotá-los, o importante é ter consciência dos objetivos a atingir e conhecermos as necessidades e características de cada faixa etária, e optarmos por um método de ensino que leve nossos alunos a atingir os objetivos almejados de forma eficiente e respeitando as características e limitações de cada aluno.

ABSTRACT

The handball is the fastest growing sport in Brazilian schools, why the need to write about it. For it is necessary to make the teaching of handball at school happens correctly. This paper is a literature review that ranges from teaching methods to the specific modality. Shows several options for methods that each professional can adapt to their reality.

Keywords: Handball. Initiation sports. Physical Education.

REFERÊNCIAS

BAYER, C. **La enseñanza de los juegos deportivos colectivos**. Barcelona: Hispano-Europea, 1986.

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

BRACHT, Valter. **A constituição das teorias pedagógicas da educação física**. Cad. CEDES, ago. 1999, vol.19, n° 48, p.69-88. ISSN 0101-3262.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais: educação física**. 2.^a Ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.

BRASIL, Secretaria de educação fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais**. Brasília: MEC/SEF, 1997.

CECCON, V. **Escola da Vida e Vida na Escola**, Petrópolis, Ed. vozes, 1993.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

COSTA, A.J.S. **A formação do jogador criativo**. Disponível em http://www.Mesquitaonline.Com.br/artigos_mostrar.Php?Cod=65.2004

EVULET, D. **Jogos desportivos coletivos: teoria e metodologia**. Lisboa: Instituto Piaget, 2001.

GALLAHUE, D.L., OSMUN, J.C. **Understanding Motor development: Infants, Children, Adolescents, Adults**, Dubuque: BROWN & BENCHMARK PUBLISHERS, 1995.

GARGANTA, J. **Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos**. In: GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Eds). **O ensino dos jogos desportivos coletivos**. 3 ed. Lisboa: Universidade do Porto, 1998.

GRECO, P.J. **Revisão da metodologia aplicada ao ensino-aprendizagem dos jogos esportivos coletivos**. In: Greco, Pablo Juan. **Iniciação Esportiva Universal: v.2**, 1998. 55

GRECO, P. J., BENDA, R. N, RIBAS, J. **Estrutura temporal.Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: UFMG, 1998.

GROSSER, M.; BRÜGGEMANN, P.; ZINTL, F. **Alto rendimento deportivo: Planificación e Desarrollo**. Barcelona: Martinez Roca, 1989.

HAHN, E. **Entrenamiento com niños: teoria: práctica, problemas específicos**. Barcelona: Martinez Roca, 1989.

KONZAG, I. **A formação técnico-táctica nos jogos Desportivos Colectivos**. Revista Kinesis, n.º 10, p.45-49, 1983.

KREBS, R.J. **Da estimulação à especialização motora**. Revista Kinesis, 1992.
_____. **Desenvolvimento humano:Teorias e estudos**. Santa Maria:Casa Editorial, 1995.

MESQUITA, I. **Pedagogia do Treino: a formação em jogos desportivos coletivos**. Livros Horizontes, Lisboa, 1997.

MORIN, Edgar (2001). **Introdução ao Pensamento Complexo**. Lisboa: Instituto Piaget.
____ (s/d). "Epistemologia da Complexidade". In: Schinitman, D. (org). **Novos paradigmas, cultura e complexidade**. Porto Alegre: Artes Médicas, pp.274-89.

MORIN, Edgar, LE MOIGNE, Jean-Louis (2000). **Inteligência da Complexidade**. São Paulo: Peirópolis.

MORAES, Marco Antonio de(2006).**Os sentidos do conhecimento**.Rio de Janeiro:Rio de janeiro (UFRJ)

NETTO, Francisco Camargo. **Handebol**. 4.ª ed. IBERO-AMERICANA Ltda. Porto Alegre, 1999.

OLIVEIRA, P. R. **O efeito posterior duradouro de treinamento (EPDT) das cargas concentradas, investigação a partir de ensaio com equipe infanto-juvenil e juvenil de voleibol**: Tese de Doutorado, Campinas, 1997. 56

OLIVEIRA, V.; PAES, R. R. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 71 - Abril de 2004.

OLIVEIRA, V. **O processo do desenvolvimento do talento: O caso do basquetebol.** XII Congresso Brasileiro de Ciência do Esporte, 2001.

Oliveira, Valdomiro de. **A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos**, 2004

PAES, R. R. **Aprendizagem e competição precoce: "O caso do Basquetebol"**, Universidade Metodista de Piracicaba: Dissertação de Mestrado, 1989.

_____. **A pedagogia do esporte e os jogos coletivos.** In: ROSE JR., Dante de. Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar. Porto Alegre: Artmed Editora, 2002.

REIS, H. H. B. **O ensino dos jogos coletivos esportivizados.** Santa Maria: (Mestrado em Ciência do Movimento Humano) - Centro de Educação Física e Desportos, UFSM.1994.

SANTOS R. **Handebol: 1000 exercícios.** Rio de Janeiro: Sprint, 1997. p. 9.

TENROLLER, C. A. **Handebol: teoria e prática.** Rio de Janeiro: 2.^a edição: Sprint, 2005.

TEODORESCU, L. **Problemas de teoria e metodologia nos jogos desportivos.** Lisboa: Livros Horizonte, 1984.

VIEIRA, L.F. **O processo de desenvolvimento de talentos paranaenses do atletismo: Um estudo orientado pela teoria dos sistemas ecológicos:** Tese de doutorado, Santa Maria, 1999.

WEINECK, J. **Biologia do esporte.** São Paulo: Manole, 1991.

_____. **Treinamento Ideal.** São Paulo: Manole, 1999.