| FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DE RONDÔNIA UNIR | **PROGRAMA DE DISCIPLINA CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA** |
|---|---|

| **CÓDIGO:** EDFMHA | **DISCIPLINA:** HANDEBOL | **PRÉ-REQUESITO:** |
|---|---|---|

| **CARGA HORÁRIA: 80** | **CRÉDITOS: 04** | **DEPARTAMENTO: EDUCAÇÃO FÍSICA** |
|---|---|---|

**EMENTA:** Conhecimento de Handebol seu contexto histórico e atual, analise de seus aspectos gerais e suas técnicas e táticas. Teoria e prática de procedimentos pedagógicos (o lúdico e o técnico) que possibilitem uma vivência e aprendizagem dos fundamentos básicos do handebol

**CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:**

**UNIDADE I - HISTÓRICO DO HANDEBOL**

1.1 - No Mundo;
1.2 - No Brasil;
1.3 - Em Rondônia.

**UNIDADE II - HANDEBOL NA ESCOLA**

2.1 - Metodologia para a Indicação do Handebol;
2.2 - Dos Pequenos jogos de Handebol;
2.2.1 - Jogos de adaptação;
2.2.2 - Jogos de passes e recepção;
2.2.3 - Jogos de progressão;
2.2.4 - Jogos de arremesso;
2.2.5 - Grandes jogos.

**UNIDADE III - FUNDAMENTOS**

3.1 - Manejo da bola;
3.2 - Técnica de passe e recepção
3.3 - Técnica de progressão;
3.4 - Técnicas dos arremessos;
3.5 - O jogo de handebol

**UNIDADE IV - O GOLEIRO**

4.1 - Características Físicas e Psicológicas;
4.2 - Qualidades Físicas;
4.3 - Técnicas de defesa e ataque.

**UNIDADE V - TÉCNICA E TÁTICA DE DEFESA**

1.1 - Principios Gerais;
1.2 - Posição e movimentação Defensiva;
1.3 - Sistema Defensivo;
1.4 - Fases da Defesa;
1.5 - Principios do jogo defensivo

**UNIDADE VI - TÉCNICA E TÁTICA DE ATAQUE**

2.1 - Principios Gerais;
2.2 - Fases do ataque;
2.3 - Tipos de ataque;
2.4 - Sistemas de ataque;

## BIBLIOGRAFIA:

KASLER, Horst. Handebol: do aprendizado ao jogo disputado. Rio de Janeiro, Ao Livro Tecnico. 1978.
GIACCOMINI, Luiz Celso. Aprendizagem do Handebol, 2ª Ed. Editroa Gráfica e Papelaria Tipografia Ltda.
COSTA, Moacir Marques, Aprendizagem do Handebol, 2ª Ed. Brasilia - DF. 1984.
MARTINI, Karl. Handebol, Técnicas, Prática e Metodologia. Publicações Ltda, Portugal, 1982.
MEQUIA, João Marim. Técnica para a contribuição do Goleiro de handebol - Técnica e Tática Defensiva. Maringá - PR, 1987.