



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO ACRE**  
**PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO**  
**COORDENADORIA DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO DO ENSINO**

**PLANO DE ENSINO**

<b>Centro:</b>	Centro de Ciências da Saúde e do Desporto - CCSD				
<b>Curso:</b>	Educação Física – Licenciatura				
<b>Disciplina:</b>	Handebol				
<b>Código:</b>	CCSD 367	<b>Carga Horária:</b>	60h	<b>Créditos:</b>	
<b>Pré-requisito:</b>	-			<b>Semestre Letivo/Ano:</b>	2º SEM/2023
<b>Professor (a):</b>	João Carlos Rodrigues Carvalho				

**1. Ementa**

Dimensões históricas do handebol. Processos pedagógicos para o ensino do handebol. Aspectos técnicos e táticos do handebol. Orientação didático-pedagógica para a utilização do handebol como recurso educativo. Noções das regras. Prática pedagógica do handebol na escola.

**2. Objetivo(s) Geral(is):**

Espera-se que ao final da disciplina os discentes estejam em condições de transmitir o ensino do handebol para seus alunos, bem como tenham noções de treinamentos em nível intermediário de praticantes.

**3. Objetivos Específicos:**

- Executar os fundamentos do jogo;
- Aplicar os sistemas ofensivos;
- Aplicar sistemas defensivos;
- Executar as técnicas individuais de defesa;
- Arbitrar jogos de handebol;
- Orientar no processo de ensino do handebol.

**4. Conteúdo Programático**

<b>Unidades Temáticas</b>	<b>C/H</b>
<b>Unidade I -</b> Contrato didático. Explanação sobre os conteúdos a serem ministrados. Esclarecimento sobre avaliações e métodos de ensino. Avaliação diagnostica sobre o nível de conhecimento prático e teórico dos alunos sobre a modalidade. Histórico e evolução do handebol no Brasil e no mundo. Aula prática envolvendo a iniciação trabalhando fundamentos/ações básicas da modalidade.	<b>2 h/a</b>
<b>Unidade II -</b> Regras Básicas. Teoria e prática da técnica de execução das regras de um jogo e sua evolução. Aula prática envolvendo a iniciação na modalidade.	<b>10 h/a</b>

<b>Unidade III -</b> Fundamentos e Metodologia educacional. Ensino dos fundamentos – passe, recepção, drible, finta e arremesso - do handebol. Aula prática dos fundamentos estudados.		15 h/a
<b>Unidade IV-</b> Posições (goleiros, alas, armadores e pivô) e rodizio obrigatório no jogo de handebol. Equilíbrio técnico e tático. Elementos técnicos individuais do goleiro. Aula prática dos fundamentos estudados.		10 h/a
<b>Unidade V -</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posicionamento Básico</li> <li>• Deslocamento Básico</li> <li>• Abordagem do Adversário</li> <li>• Formas de Marcação</li> <li>• Bloqueio de Bola.</li> <li>• Aula prática.</li> </ul>		10 h/a
<b>Unidade VI -</b> - Táticas Defensivas <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases da Defesa</li> <li>• Sistema Defensivo Individual</li> <li>• Sistema Defensivo por Zona</li> </ul> ➤ 6:0 ➤ 5:1 ➤ 3:2:1 ➤ 4:2 ➤ 3:3 ➤ Sistema Defensivo Combinado. Aula prática dos sistemas táticos estudados na modalidade e jogo coletivo ao fim.		10 h/a
<b>Unidade VII -</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handbeach;</li> <li>• Handebol inclusivo;</li> <li>• Competição entre a turma.</li> </ul>		3 h/a
<b>Total</b>		<b>60 h/a</b>
<b>5. Procedimentos Metodológicos:</b> A disciplina será ofertada mediante ensino presencial na Universidade Federal do Acre (todos estarão juntos na universidade ao mesmo tempo) onde serão abordados os conteúdo programáticos, além das discussões relacionadas às temáticas proposta para os dias específicos; atividades e/ou exercícios; apresentações individuais e/ou em grupo; atividades através de vídeos, artigos científicos, debates com convidados, dentre outros.  Serão desenvolvidos, também, fóruns de discussão sobre temas representativos; atividades de perguntas e respostas; síntese de artigos e/ou filmes; elaboração de materiais, quer sejam por meio de vídeos, power point, pesquisas, desafios sobre temas e conteúdos propostos pelo docente, de forma que se constituam como parte da avaliação da disciplina.		
<b>6. Cronograma:</b>		
<b>Unidades temáticas</b> (acrescentar quantas unidades forem necessárias)	<b>Início</b>	<b>Término</b>
<b>Unidade I -</b>	09/10/2023	19/10/2023
<b>Unidade II -</b>	23/10/2023	30/11/2023
<b>Unidade III -</b>	04/12/2023	28/01/2023
<b>Unidade VI -</b>	18/01/2023	01/02/2023
<b>Unidade V -</b>	05/02/2023	22/02/2023
<b>Unidade VI -</b>	26/02/2023	07/03/2023

<b>Unidade VII -</b>	26/03/2023	07/03/2023
<b>Avaliações</b> (acrescentar quantas avaliações forem necessárias)	<b>Data</b>	<b>Horário</b>
Avaliação 1 – Trabalho sobre a origem da modalidade.	19/10/2023	11h10min
Avaliação 2 - Seminário sobre as regras do handebol.	02/11/2023	11h10min
Avaliação N1 – Conteúdos.	23/11/2023	11h10min
Avaliação 4 – Pesquisa sobre sistemas táticos de defesa e ataque.	25/12/2023	11h10min
Avaliação 5 - Trabalho de pesquisa sobre o Handbeach.	14/02/2023	11h10min
Avaliação N2 – Conteúdos e prova prática.	26/02/2023	11h10min
Avaliação Final – Todo o conteúdo ministrado no semestre.	07/03/2023	11h10min

#### 6. Recursos Didáticos

As ferramentas utilizadas serão as plataformas digitais GSuite, Meet, Google, YouTube, apresentação de power point, áudios, vídeos, celular, notebook, textos, artigos científicos, documentos, além de sites a serem disponibilizados pelo docente.

Nas aulas práticas: Bolas, cones, coletes, bambolês e cordas.

#### 7. Avaliação

As avaliações do rendimento ocorrerão de forma presencial, consoante o Plano de Ensino do docente responsável, por meio de instrumentos diversos (provas orais, escritas, práticas, sinalizadas; leitura de textos; lista de atividades; apresentação de trabalhos em grupo ou individualmente), que priorizem os processos de avaliação na forma progressiva. Sendo no mínimo duas avaliações para cada nota. Nas duas primeiras avaliações conterão todo o conteúdo trabalho na metade do semestre e nas duas últimas avaliações o restante do conteúdo, segundo as unidades temáticas – N1x2 e N2x2.

O aluno que não alcançar a média para aprovação irá realizar o exame final em formato de prova única com valor total de 10 pontos.

#### 8. Bibliografia

**Básica:**

- SIMOES, Antonio Carlos. Taticos defensivos e ofensivos. Sao Paulo : Cia Brasil, s.d.
- SIMOES, Antonio Carlos. Handebol defensivo : conceitos tecnicos e taticos. Sao Paulo : Phorto Editora, 2002.
- TENROLLER, Carlos Alberto. Handebol: Teoria e Prática. Rio de Janeiro: 3ª Edição: Sprint, 2008.

## 8.2 Complementar

- STEIN, Hans-Gert., Andebol. 2.ed. Lisboa : Estampa, 1995.
- SANTOS, Lucio Rogerio Gomes dos. Handebol : 1.000 exercicios. Rio de Janeiro : Sprint, 1997.
- CURELLI, Jean-Jacques e Paul Landuré. Le Handball. Tradução: Eduardo Saló. Lisboa: Editora Estampa, 1999.
- ALMEIDA, Alexandre Gomes e Clodoaldo José Dechechi: Handebol: Conceitos e Aplicações, Handebol, Manole 2012.
- GRECO, Pablo Juan; ROMERO, Juan J. Fernandez. Manual de Handebol - da iniciação ao alto nível. São Paulo: Phorte, 2012.

**Observações:**

**Aprovação no Colegiado de Curso** (Regimento Geral da Ufac, Art. 70, inciso II).

**Data:**

*João Carlos*

*Assinatura do(a) Professor(a)*

Rio Branco - AC, dezembro de 2023  
Prof. João Carlos Rodrigues Carvalho