

## O HANDEBOL: E SUA ESTRUTURA

\*\* DULCE MARI HERBST

Universidade do Contestado – Canoinhas – SC

profdulceh@hotmail.com

PAULA CAROLINA DE LARA

larinha\_paulinha@yahoo.com.br

### INTRODUÇÃO

O handebol não tem uma historia exata, mais todas as suas origens se voltam para o jogo com bola, fazendo seu nome ser justo, hand significando mão e bol significando bola, o jogar com as mãos.

Apesar do desporto ter aspectos motrizes naturais do ser humano, como o correr, saltar e arremessar, apresenta-se estruturado e complexo em seu desenvolvimento. Tendo seus fundamentos que dão continuidade ao jogo, a tática te relevância para que, ao entrar na quadra a técnica adotada funcione da melhor forma. Um jogo no qual prevalece o duelo, no qual, em um determinado momento o jogador ataca e em fração de segundos contra-ataca, a inteligência adotada para resoluções de problemas, o equilíbrio emocional, as regras a serem cumpridas e se houver infração as penalidades, e dentro desta estrutura um tempo determinado para a realização de gols.

### HISTÓRICO DO HANDEBOL

A historia do handebol apresenta mais de uma origem de seu surgimento. Como afirma Grillo et al. (2010) existindo varias informações sobre a história incluindo textos e pesquisas, apresentando diversas explicações sobre o surgimento do handebol tanto no Brasil quanto no mundo.

Para Nagy-Kunsagi apud Mendes(2006 p.17) apresentam duas possíveis origens:

a primeira estaria baseada na prática de jogos populares conhecidos como “azena” (antiga Tchecoslováquia), “torbal” (Alemanha) e “el Balon” (Uruguai), os quais originaram o Handebol de Campo, e a segunda, baseada no jogo proposto pelo professor dinamarquês Holger Nielsen, o “Handbold”, o qual originou o Handebol de Salão (Nagy-Kunsagi, 1983).

Já para Grillo et al (2010) em suas pesquisas há relato que o handebol foi criado pelo professor de educação física alemão, chamado de Karl Sshelenz em 1919, e também tem sua origem na Grécia antiga, por se tratar de um esporte onde contem bola e é jogado com as mãos.

Karl Sshelenz é o representante histórico do handebol, e por ser professor de Educação Física o esporte teve grande valorização e crescimento no ambiente escolar.

Grillo et al. (2010 p.1) afirma que Karl Sschelenz:

Introduziu o handebol na Alemanha, Áustria e Suíça onde foi o treinador, a partir deste momento, o esporte passou a atingir o publico masculino, pois na sua origem o Handebol era praticado mais por mulheres, com o tempo o esporte sofreu adaptações, criação de novas regras, e devido a estas mudanças, realizadas por um professor de Educação Física, o desporto passou a ter grande significado e reconhecimento dentro das escolas e colégios em vários países.

Após a criação de novas regras, Karl Sschelenz registrou-as na Federação Internacional de Ginástica. Por estes benefícios para o avanço do handebol Schelenz é apontado como o “Pai do Handebol”.

Surgiu nos países Europeu como a Suécia, Dinamarca e Noruega o Handebol de salão, onde ocorreu a redução no numero de jogadores, pois a pratica popular exigia durante os rigorosos invernos a adaptações dos treinos e jogos em locais cobertos.(CUNHA et al,1995 apud MENDES, 2006).

O Handebol de campo concorria com o futebol após a I Guerra Mundial, se tornando conhecido, mas após a II Guerra Mundial é extinto. “Por outro lado, o Handebol de Salão

evoluiu e popularizou-se, dentre os fatos marcantes dessa evolução e popularização está seu retorno ao quadro de modalidades oficiais olímpicas em 1972, nos Jogos Olímpicos de Munique".(MENDES, 2006 p.18)

Como outras modalidades o handebol chegou ao Brasil através da cultura e conhecimento de imigrantes. "Teve sua prática inicial com o Handebol de Campo, nas décadas de 20 e 30 do século passado, em virtude da chegada ao Brasil de numerosos imigrantes da colônia alemã, principalmente nos estados do sul". (MENDES 2006 p.18) Grillo et al. 2010 p.2 relatam que:

O Handebol introduzido em São Paulo ficou restrito até a década de 60. A partir daí o Handebol foi difundido para outros estados como forma de didática e introduzido na escola por professores, dessa forma os brasileiros passaram a ter maior contato com a cultura, tradição folclórica e por extensão as atividades recreativas e esportivas, portanto seu maior desenvolvimento foi em São Paulo, principalmente quando em 26 de fevereiro de 1940 foi fundada a Federação Paulista de Handebol.

Com o conhecimento expandido por todos os estados brasileiros, houve a realização de cursos, torneios, jogos como os Jogos Escolares Brasileiros e Jogos Universitários, criações de Confederações para alavancar o Handebol Brasileiro.

## **O HANDEBOL**

O Jogo de handebol é complexo, tendo o objetivo de fazer gol, deve-se estar estruturado as táticas individuais e em grupo, dentro das técnicas deve-se saber realizar os fundamentos de maneira que haja mais desenvolvimento e rapidez no jogo, dentro desta estrutura ainda tem regras e serem cumpridas e um tempo determinado para o término do jogo.

Lopez (1997) apud Mendes (2006 p.22) descreve o handebol como:

um jogo desportivo coletivo codificado onde se manifesta um conjunto de situações motrizes, em forma de competição ou autosuperação, resultantes de um processo de interação grupal entre companheiros (cooperação), e adversários (oposição), onde se maneja um objeto (a bola), e luta-se para conquistar um espaço livre (invasão). Todas estas ações sendo realizadas em um contexto estabelecido e definido por sua estrutura funcional e dirigidas pela lógica interna do jogo.

Para Monteiro e Galante (2010 p. 395):

handebol possui características diferenciadas com relação aos outros esportes coletivos, uma vez que o mesmo já inclui, em suas regras, possibilidades reais da participação de todos os jogadores em todos os momentos do jogo. Por exemplo, o goleiro, jogador caracteristicamente responsável exclusivamente pela defesa nos demais esportes, no handebol pode fazer parte do ataque em qualquer momento, em igualdade de posição e sujeito às mesmas regras que os demais jogadores (de linha).

Há diferenciadas descrições para o handebol, sendo um jogo de cooperação-oposição não faz apenas movimentar músculos, mas trabalha aspectos psico-sociais e motores, onde no jogo estes aspectos andam junto."Tais como cooperação, sociabilização e inclusão, lateralidade, agilidade e flexibilidade, além de habilidades como correr, saltar e arremessar." (MONTEIRO E GALANTE 2010 p.394).

López (1995) apud Mendes (2006) afirmam que o Handebol como uma estrutura funcional, estabelece riscos, elementos e relações que a do jogo, dando a este e aos movimentos de cada jogador um componente comportamental e significativo. Os diversos modos de funcionamento motor que tem o jogador durante o jogo, compõem as condutas motoras ou comportamentos motores que se apreciam através dos movimentos que são de fácil observação e que indicam a maneira pela qual o jogador atua dentro do jogo. Significa a compreensão dos movimentos do jogador, ou seja como se move, que tipo de movimento que ele realiza em um passe ou lançamento, onde se situa e que posição adota.

Mendes (2006, p.3) afirma que:

O jogo de handebol torna-se um ambiente em constante transformação onde o praticante tem de interagir com os companheiros, com adversários e ainda dominar um objeto nas mais

diversas situações, isto dentro de um regulamento previamente estabelecido. A sua estrutura de rendimento está baseada na inter-relação dos seus componentes, sendo que, a ênfase na competição é dada pelas ações técnicas e pelas ações táticas em função da própria situação de jogo.

Deve-se destacar que o jogador de handebol tem que ter a sua técnica e tática apurada, como também um bom preparo físico por ser um jogo de velocidade, e psicológico por ser um jogo de tensão e disputas.

Ruiz e Rodrigues (2001) apud Vasques et al (2005p. 1) que há fatores que influenciam na capacidade de jogo dos atletas que são:

Os fatores de capacidade física (condição física geral e específica), psíquicos (personalidade), técnico-táticos (técnica e tática de jogo) e corporais (morfologia corporal: estatura, envergadura, comprimento dos membros inferiores (...)). As características morfológicas são muito importantes no handebol, pois são elas que dão condição para o treinamento das qualidades físicas necessárias para um bom rendimento, além de auxiliarem diretamente nas ações de jogo.

O handebol, possui características únicas de jogo, dentro deste contexto ocorre a valorização do indivíduo, seja psicológica como a auto-superação, a social como a cooperação, inter-relação o respeito a regras e a motora como deslocamentos rápidos. É um jogo de velocidade tanto motor como psicológico. Sempre em volta de um objetivo como uma estrutura complexa.

## **FUNDAMENTOS DO HANDEBOL**

Para a realização do jogo propriamente dito o jogador passa por etapas de aprendizagem, desde a empunhadura da bola, a execução de passes, arremessos, recepções, finta, drible, e progressões que são os fundamentos do handebol com objetivos específicos e o geral que é realizar o gol. É de suma importância o indivíduo saber realizar os fundamentos como Tenroller (2005 p.65), nota na realização do passe “uma criança quando participa de uma equipe ou em uma aula poderá se sentir aceita e, por consequência, a sua auto-estima, valorizada. Porém o inverso poderá acontecer quando ela não receber a bola dos colegas de equipe ou da turma”. A observação dos processos pedagógicos e a relação entre a faixa etária se fazem importantes, na medida em que a aprendizagem do desporto acontece.

Para Reis (2006, p.1) os fundamentos:

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. Por exemplo: O gesto técnico do passe de ombro no handebol - é a execução desse tipo de passe com o menor desperdício de energia, com a maior rapidez e velocidade, portanto com maior eficácia.

O passe é o movimento realizado para que haja a entrega da bola ao companheiro de equipe. Tenroller (2005) enumera tendo o objetivo de dar sequência ao jogo, a progressão e preparação do ataque e contra-ataque, classifica quanto a distância em curtos, médios e longos, quanto à trajetória em direto, picado e parabólico, e afirma que é o fundamento mais importante do jogo.

Quanto à recepção, que é o movimento de receber a bola de maneira controlada, segundo Reis (2006 p.1) “deve ser feita sempre com as duas mãos paralelas e ligeiramente côncavas voltadas para frente”. O indivíduo que receber a bola deve ser seguro no momento e não deixar que ocorra o “roubo” do adversário, ou tomada da bola.

Reis (2006) afirma que o arremesso é realizado sempre em direção ao gol, na execução se classificando com apoio, com queda e com rolamento. Tenroller (2005) destaca que pode ser realizado arremessos de frente para o goleiro, de apoio e sem apoio e pelas pontas, e quanto a distância pode ser arremessos de seis metros, arremessos de sete metros e arremessos de nove metros.

A progressão é realizada individual ou em conjunto se deslocando na quadra em posse de bola, sem infringir as regras. “Seu objetivo é dar ritmo ao jogo com propósito de ataque e contra-ataque”.(TENROLLER 2005 p. 68)

O drible tem objetivo de conseguir uma melhor posição para o arremesso, o passe ou a progressão.(TENROLLER 2005). Reis (2006) considera que é a movimento que o jogador realize batendo a bola contra o solo, com e sem movimentação, podendo ser rítmico trifásico ou duplo rítmico trifásico.

A finta para Tenroller (2005 p. 69) “é a ação consciente de ludibriar o adversário com ou sem posse da bola. Seu objetivo é ludibriar o adversário com o propósito de conseguir espaço para arremessar, passar e dar sequencia a jogada.”

Os fundamentos é que dão sequencia ao jogo, tanto no ataque como no contra-ataque. Não há uma maneira especificamente correta, cada jogador terá sua própria maneira de realizar, dentro da forma mais eficiente e rápida e com menos despendido energético.

## **SISTEMAS E TÁTICAS**

Cada jogador tem sua posição dentro da quadra, que depende de suas habilidades e características morfológicas, como o armador central que é o que tem mais força e os pivôs que são os mais altos. Onde a forma que os jogadores vão se posicionar em quadra é o sistema, e a forma que este sistema vai ser adotado é a tática do jogo. O jogo é flexível quanto os sistemas, podendo iniciar com o 6X0 e em determinada situação do jogo se adaptar para 3X3, e depois para 3X2X1.

Sistema segundo Tenroller( 2005 p. 87) “é a forma de dispor – posicionar- os jogadores em quadra, podendo ser no ataque (sistema ofensivo) ou na defesa (sistema defensivo) tendo como referencia as marcações da área de 6 metros ou, ainda, a linha pontilhada de 9 metros.” Vasques (2005 p.1) salienta que:

A dinâmica de jogo da modalidade esportiva handebol pode ser caracterizada pela alternância entre a parte ofensiva e a defensiva. Significa dizer que, em uma parte do jogo, os atletas atacam a equipe adversária com o objetivo de realizarem o gol e em outra, os atletas marcam o ataque da equipe adversária.

Dentro dos sistemas e técnicas tem as ações técnico-táticas que são os bloqueios, cruzamentos, Engajamento, cortina e a quebra (TENROLLER 2005). O bloqueio e cortina para dificultar a ação adversária e os cruzamentos, engajamento e quebra para abrir espaços para o arremeso.

Tanto os sistemas defensivos quanto os sistemas ofensivos vão ser empregados, através de observações e avaliação em relação às qualidades dos jogadores da equipe adversária, a situação do jogo, saldo de gols, ao sistema adotado pelos adversários, para que possa ocorrer uma quebra no sistema onde levará as percas de bola, desestruturação da equipe e desmotivação, podendo em situações de jogo obter melhor resultado para a equipe.

Para Tenroller (2005 p.94) “cada sistema defensivo possui seus objetivos e aplicabilidade, vantagens e desvantagens, em conformidade a uma serie de variáveis bastante complexas que vão desde cada característica do jogador até a opção técnico-tatica adotada pelo técnico”.

Martini (1980), Bayer (1987), Tenroller (2004) apud Vasques (2005 p.1) aponta que:

Os tipos de sistemas defensivos mais utilizados são: o 4x2, onde quatro jogadores se posicionam perto da linha dos 6m e dois perto da linha dos 9m; o 5x1, quando os cinco jogadores se posicionam nos 6m e um nos 9m; e o 6x0, sistema no qual os seis jogadores de linha se posicionam perto da linha dos 6m. O 6x0 é o sistema mais utilizado, por ser considerado o mais "fechado".

O sistema 6X0 é utilizado para iniciação ao jogo, sendo o de mais fácil entendimento para as crianças e motivando-as, pois não há muito contato corporal resultando na facilitação de passes.

No sistema ofensivo Tenroller (2005) classifica em Posicional, de circulação e combinado. O posicional é rápida circulação de passes em toda a largura da defesa, com cada

jogador ocupando a sua posição característica. O sistema de circulação é em constante movimentação, com troca de posição de passes rápidos. E o combinado é a mistura do posicional com o de circulação, enquanto alguns jogadores permanecem nas suas posições outros circulam.

Vasques (2005 p.1) menciona que:

Os principais tipos de sistemas ofensivos são: o ataque em circulação, no qual os atletas estão em constante movimentação e troca de posicionamento; o ataque combinado, onde alguns jogadores têm posição fixa e outros, em circulação; e o ataque posicionado, no qual os jogadores têm posição fixa e quem circula é a bola.

O sistema defensivo como ofensivo para o jogo é essencial, tornando-o dinâmico e motivado para o jogador, e em consequência para o espectador cativante e emocionante, podendo, com a mudança de sistema adotado pela equipe que esta em desvantagem acabar o jogo com vitória.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O handebol é um jogo estruturado em função de trabalhar aspectos físicos, psicológicos e sócias no jogador em conjunto. Sendo o trabalho físico considerado, desde a motricidade, a força, flexibilidade, resistência, agilidade entre outros. O psicológico como forma de suportar a tensão, como reagir quando perde o jogo, de enfrentar o adversário e a motivação. Sendo o social, apreendendo aspectos da socialização em grupo, compreendendo o jogo como cooperação, observando à coesão de grupo e cumprimento da tarefa de cada componente da equipe e atendimento a liderança dos mesmos.

O desporto de handebol se torna interessante quando se sabe jogar, por isto a necessidade dos professores de Educação Física ensinar o jogo, incentivar a prática o desporto desde pequenos, através de processos pedagógicos e observação da faixa etária em que a criança se encontra, pois o fato de manusear objetos e coordenação óculo manual fazem parte do processo de desenvolvimento e maturação dos mesmos entre outros. A inserção das brincadeiras com bolas, atrelados a ludicidade vem despertar na criança a motivação para a aprendizagem do handebol, na qual o Professor de Educação física pode possibilitar a aprendizagem de habilidades e qualidades motoras e direciona-las para o jogo do mini handebol e por extensão o jogo de handebol observando a faixa etária. O Handebol tem seus fundamentos, os quais têm objetivos e maneiras a serem realizadas melhorando a rapidez do jogo, as situações técnicas e táticas em que é importante a utilização correta no momento do jogo e que é estruturado nesta base, fundamentos, técnicas, táticas e regras.

## **REFERENCIAS**

GRILLO; E, CAMARGO; J, FAGNANI; L, OLIVEIRA; N, CORANDIM; N, RAMOS; R, Vasconcelos; S. **História do Handebol no Brasil e no mundo** Disponível em: [www.fef.unicamp.br.htm](http://www.fef.unicamp.br.htm) . Acesso em: 23 de mar, 2010.

MENDES; José C. O Processo de Ensino-Aprendizagem-Treinamento do handebol no Estado do Paraná: Estudo da Catagoria Infantil. Disponível em: [www.eeffto.ufmg.br/pablo/arquivos/Temas%20Atuais/temas7.pdf](http://www.eeffto.ufmg.br/pablo/arquivos/Temas%20Atuais/temas7.pdf). Acesso de 25 mar. 2010.

REIS; Heloisa B. **O Ensino do Handebol Utilizando o Método Parcial**. Disponível em: [www.efdeportes.com/efd93/handebol.htm](http://www.efdeportes.com/efd93/handebol.htm). Acesso em: 23 mar. 2010.

TENROLLER; Carlos. **Handebol Teoria e Pratica**. Ed. Sprint, Rio de Janeiro ano 2005.

VASQUES; Daniel G, ANTUNES; Priscilla C, SILVA; Tiago J, LOPES; Adair S. **Morfologia de Atletas de Handebol: Comperação por Posição Ofensiva e Defensiva de Jogo**. Disponível em: [www.efdeportes.com/efd81/handebol.htm](http://www.efdeportes.com/efd81/handebol.htm) . Acesso em: 23 de mar, 2010.