



Aluno: _____
Escola: _____
Data: ____/____/____
Professora: _____

Ano de Escolaridade: 6º
Disciplina: Educação Física

Semana 27: de 23 a 27 de agosto de 2021.

Conteúdo(s) desenvolvido(s): Conhecimento e análise das regras de handebol. (resumo das principais regras do handebol).

Motive-se! Aprenda!

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=SG9C9CHdIPY>

Regra 1- A quadra de jogo

As partidas oficiais são realizadas em uma quadra retangular com 40 metros de comprimento por 20 metros de largura.



Balizas de gol – As balizas popularmente chamadas de “gols” têm 2 metros de altura por 3 metros de largura.

Ao lado temos a imagem que demonstra a baliza de gol.



A duração da partida – A duração normal de uma partida para todas as equipes com jogadores de idade igual ou acima de 16 anos é de 2 tempos de 30 minutos. O intervalo de jogo é normalmente de 10 minutos. A duração normal da partida para equipes de adolescentes com idade entre 12 e 16 anos é de 2 x 25 minutos, e no grupo de idade entre 8 e 12 anos o tempo é de 2 x 20 minutos. Em ambos os casos, o intervalo de jogo é normalmente de 10 minutos.

Número de jogadores – Em torneios oficiais, permite-se a participação de até 14 jogadores por partida, mas, em quadra, no momento da disputa, é obrigatório que cada equipe tenha um goleiro e seis jogadores de linha.

As substituições são livres, podendo um jogador reserva entrar em quadra a partir do momento em que o jogador substituído sair.

Posse de bola – Diferentemente de outras modalidades, no handebol existem duas regras

básicas para quem está com a bola: segurá-la por, no máximo, três segundos, mesmo que ela esteja no solo; dar, no máximo, três passos com a bola na mão.

Área do goleiro – Durante o jogo, nenhum jogador de linha pode pisar na linha ou entrar na área do goleiro. Caso essa invasão aconteça, a equipe que está atacando perde a posse de bola. Entretanto, ao realizar um movimento de ataque, por exemplo, é permitido que o jogador cometa essa invasão, mas somente se pular de fora para dentro na área e soltar a bola enquanto estiver no ar.

Tiro de 7 metros – O tiro de 7 metros é o pênalti do handebol, é cobrado quando há alguma agressão em uma clara chance de gol. Na cobrança, os jogadores de defesa e de ataque ficam fora da linha dos 9 metros e o goleiro pode movimentar-se livremente até a linha dos 4 metros.

Tiro livre – O tiro livre no handebol ocorre quando há faltas em geral. É cobrado no local onde aconteceu a falta a não ser que ela ocorra dentro da linha tiro livre (linha tracejada da até a linha da área), se a falta ocorrer dentro dessa área a cobrança deve ser realizada antes da linha tracejada, em local próximo de onde ocorreu a infração.

Posições dos jogadores – Vamos conhecer agora as posições dos jogadores de handebol.

Goleiro – Peça fundamental em uma equipe de handebol, é o responsável por defender a baliza dos arremessos adversários e iniciar os contra-ataques de sua equipe. Os goleiros costumam ter

enorme flexibilidade e podem usar qualquer parte do corpo para realizar as defesas.

Alas ou meias: São jogadores que atuam do meio para as pontas da quadra, também têm papel defensivo muito grande. Ao contrário dos pontas, que costumam ser jogadores mais velozes e rápidos, os alas/meias tendem a ser jogadores mais fortes e mais altos, justamente para conseguir cumprir o papel defensivo.

Armador – Assim como no basquete, o armador, no handebol, é considerado o cérebro do time, ou seja, o jogador que melhor consegue organizar as jogadas da equipe. São jogadores técnicos, que possuem raciocínio rápido, muitas vezes visualizando a jogada antes mesmo de ela acontecer.

Pivô – Jogador que atua infiltrado no meio da defesa adversária com o objetivo de criar espaços para os jogadores que chegam ao ataque. Os pivôs de handebol são jogadores muito fortes e explosivos, pois, muitas vezes, um movimento de ataque exige, além de técnica, muita força.

- **De acordo com a leitura, marque abaixo apenas a questão correta.**

1- Quais são as dimensões da quadra de handebol para partidas oficiais?

- a) 35 metros de comprimento por 22 metros de largura.
- b) 40 metros de comprimento por 20 metros de largura
- c) 90 metros de comprimento por 30 metros de largura
- d) 40 metros de comprimento por 35 de largura

2- De acordo com as regras oficiais, as balizas de gol do handebol têm as seguintes medidas:

- a) 2 metros de altura por 3 metros de largura
- b) 3 metros de altura por 2 metros de largura
- c) 2,5 metros de largura por 3,35 metros de altura
- d) nenhuma das alternativas acima está correta

3- No que se refere ao tempo de jogo de uma partida oficial de handebol, está correta a seguinte afirmativa:

- a) uma partida de handebol para jogos oficiais tem a duração de 30 minutos divididos em dois tempos de 15 minutos com meia hora de intervalo entre eles.
- b) um jogo de handebol é constituído por dois tempos de 30 (trinta) minutos com 10 (dez) minutos de intervalo entre eles.
- c) para uma partida de handebol são necessários 60 minutos divididos em dois tempos de 30 minutos com um intervalo de 45 minutos entre eles.
- d) essa regra de tempo para partida de handebol não existe, são os árbitros e jogadores que

decidem quanto tempo durará a partida, momentos antes de entrarem em quadra.

4- Quanto ao número de jogadores que poderão participar do jogo em torneios oficiais, permite-se a participação de até:

- a) 22 jogadores em quadra mais 15 reservas
- b) a participação de até 14 jogadores por partida, mas, em quadra, no momento da disputa, é obrigatório que cada equipe tenha um goleiro e seis jogadores de linha, ou seja, sete jogadores em quadra.
- c) no máximo, cinco jogadores em quadra e 13 jogadores no banco de reservas
- d) quantos jogadores os treinadores decidirem colocar na quadra.

5- Quanto ao tiro de 7 metros, ele será cobrado quando:

- a) houver alguma agressão em uma clara chance de gol.
- b) um jogador de defesa der uma cusparada no adversário atacante em qualquer parte da quadra
- c) sempre que o árbitro quiser bonificar uma das equipes com um gol.
- d) quando o goleiro xingar o árbitro apenas.

5- Um tiro livre no handebol ocorre na seguinte situação.

- a) quando houver uma ofensa ao árbitro apenas
- b) somente quando algum jogador quer seja este de defesa ou ataque cair dentro da área
- c) em hipótese alguma
- d) quando ocorrem faltas de qualquer natureza no jogo.