

SEMEEL

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER

A mudança está em nossas mãos

Atividades Orientadoras



Ensino Fundamental

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSOR(A)

ANO DE ESCOLARIDADE

7º ano

DATA

03/04 a 06/04

NOME:

HOJE É?

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

CÓDIGO BNCC

EF67EF03

EDUCAÇÃO FÍSICA

EF

A HISTÓRIA DO HANDBOL

O handebol não é muito popular no Brasil, talvez pelo fato de ser raramente transmitido pela televisão. É parecido um pouco com o futsal, entretanto, em vez de usar os pés, os jogadores usam as mãos. Por isso, o nome em inglês: hand (mão) + ball (bola).



Esse esporte de invasão e coletivo foi inventado pelo professor alemão Karl Schelenz em Berlim. No começo, era jogado em campos de grama muito parecido com o futebol e apenas as mulheres participavam. Todavia, logo passou a ser praticado também por homens e se espalhou em todo mundo. O handebol ganhou força no Brasil a partir da década de 70. Hoje, vem se consolidando cada vez mais aqui.

ALGUMAS REGRAS BÁSICAS

As partidas de handebol oficiais são realizadas em uma quadra retangular com 40 metros de comprimento por 20 metros de largura, e as balizas possuem 2 metros de altura por 3 metros de largura. Em jogos oficiais, cada time pode ter até 14 jogadores, mas em quadra, apenas um goleiro e seis jogadores. As posições dos jogadores são: o goleiro, o pivô, os pontas, os meias e o armador central. Para o time ser vencedor, necessita ter espírito de equipe, treinamentos, habilidades, conhecimentos teóricos e principalmente uma boa comunicação entre os jogadores.

CONCLUSÃO

Portanto, praticar o handebol é muito bom para o nosso corpo, pois ele melhora o condicionamento físico, ajuda no aprendizado para o trabalho em equipe, auxilia na tomada de decisões rápidas e desenvolve a coordenação motora.

ATIVIDADES

1. O handebol é um esporte:

- a) individual.
- b) de rede.
- c) de parede.
- d) de invasão.

2. O que significa a palavra "handebol"?

3. Sobre o handebol, assinale a opção FALSA:

- a) O time não pode invadir a quadra da equipe adversária.
- b) O handebol desenvolve o espírito de colaboração.
- c) Cada time pode ter no máximo 7 jogadores em quadra.
- d) O handebol pode ser classificado como um esporte coletivo.

4. Em que país o handebol foi inventado?

5. Quais as dimensões oficiais da quadra de handebol?

6. Escreva os nomes das posições dos jogadores no handebol.

7. Para o time se tornar vencedor numa partida de handebol precisa:

- a) principalmente do espírito competitivo.
- b) possuir mais jogadores em quadra.
- c) jogar de forma colaborativa.
- d) ter mais gols sofridos.

8. Quais as dimensões da trave do goleiro no handebol?

9. Quais os benefícios da prática do handebol para o nosso corpo?

10. Você já participou de alguma partida de handebol? Se sim, o que você achou?
