

Disciplina	Educação Física
Turma	702
Professor	Fábio Henrique

Handebol FAÇA RESUMO EM SEU CADERNO

O **handebol** é um esporte coletivo que envolve passes de bola com as mãos. Praticado entre duas equipes, o nome dessa modalidade esportiva é proveniente da língua inglesa, visto que *hand* significa "mão".

A bola do handebol é feita de couro e para as equipes masculinas ela possui um diâmetro maior.

Sendo assim, para homens ela tem 58,4 cm de circunferência e massa de 453,6 gramas. Já para mulheres, ela tem 56,4 cm de circunferência e massa de 368,5 gramas.



Origem

O handebol foi criado pelo em 1919 pelo atleta e professor de educação física alemão Karl Schelenz (1890-1956).

História

Desde sua criação, o handebol tal qual o conhecemos hoje sofreu algumas modificações. O local de jogo, por exemplo, era ao ar livre (em gramados) e os espaços eram menores.

Agora, o esporte é executado em quadras fechadas de 40 por 20 metros. Além disso, no início o handebol era um jogo exclusivo para mulheres.

Mais tarde e com sua inclusão nos esportes olímpicos, ele passou a ser jogado por ambos os sexos.

Handebol no Brasil

No Brasil, o handebol passou a ser reconhecido a partir dos anos 30. Em 1940 foi fundada em São Paulo a Federação Paulista de Handebol. Esse momento foi um importante passo para a consolidação do esporte no país.

Mesmo que o handebol tenha certa representatividade no país, esse esporte ainda é o menos praticado em relação ao futebol, vôlei, basquete, etc.

Fundamentos do Handebol

Os principais fundamentos do handebol são:

- Dividido em dois tempos de 30 minutos cada;
- Possui um intervalo de 10 minutos entre cada etapa;
- Existem dois árbitros e um cronometrista.
- O jogo envolve dribles, passes e recepção de bola entre os jogadores;
- O arremesso é uma técnica muito utilizada para fazer gols;
- A maneira de segurar a bola no jogo é chamada de "empunhadura".

Regras do Handebol

O objetivo do handebol é **fazer gols**. Portanto, ganha a equipe que fizer mais gols. Para isso, a habilidade e a rapidez dos jogadores favorecem o resultado final.

Quando a bola está na mão do jogador, ele pode dar até três passos até arremessá-la para outro.

Isso também vale para o tempo, ou seja, cada jogador pode permanecer com ela nas mãos durante 3 segundos. Isso faz com que o handebol seja um jogo bem dinâmico.

Faltas

As faltas são cometidas quando há toque de bola com os pés ou outras partes do corpo. Também é considerado falta se um jogador tentar arrancar a bola das mãos de outro.

Além disso, e dependendo da gravidade da agressão entre jogadores, ocorre falta. Assim, empurrões, chutes, cotoveladas, são consideradas faltas. Como no futebol, há o cartão amarelo e vermelho dado pelo árbitro.

Quadra

A quadra de handebol possui 40 por 20 metros. De cada lado, estão os respectivos gols que medem 2 por 3 metros. O piso é geralmente de madeira envernizada, ou ainda, emborrachado.

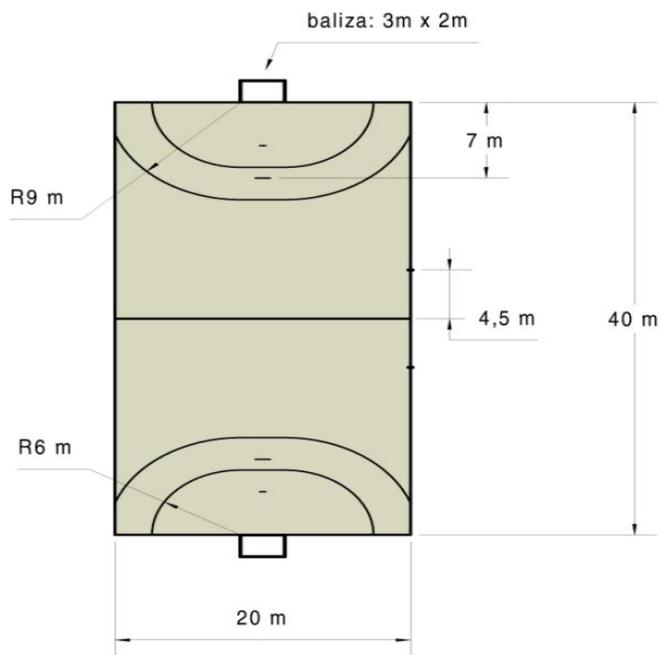


Ilustração da quadra de handebol

Jogadores

O handebol apresenta duas equipes de 7 jogadores cada. Desses 7 um deles será o goleiro do time. Interessante notar que ele é o único jogador em que pode encostar os pés na bola, sem que seja considerado falta..