



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
PRÓ REITORIA DE ENSINO
DIRETORIA DE REGISTRO ESCOLAR

Programa Analítico de Disciplina

EFI364 Handebol II

Departamento de Educação Física - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde

Número de créditos: 3		<u>Teóricas</u>	<u>Práticas</u>	<u>Total</u>
Duração em semanas: 15	Carga horária semanal	1	2	3
Períodos - oferecimento: I	Carga horária total	15	30	45

Pré-requisitos (Pré ou co-requisitos)*

EFI164

Ementa

Técnicas e táticas de ataque. Técnicas e táticas de contra-ataque. Tipos de ataque. Formações do ataque. Combinações táticas entre dois e três jogadores. Táticas simples de aplicação imediata. Técnica e tática de defesa. Tática coletiva em defesa. As táticas de jogo. Ações táticas nas cobranças de tiro livre e de sete metros. Regulamentação do jogo. Aplicação de táticas relacionadas à utilização adequada das regras.

Oferecimento aos Cursos

Curso	Modalidade	Período
Educação Física(BAC)	Optativa	-
Educação Física(LIC)	Optativa	-
Educação Física - Bacharelado(BAC)	Optativa	-
Educação Física - Licenciatura(LIC)	Optativa	-



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
PRÓ REITORIA DE ENSINO
DIRETORIA DE REGISTRO ESCOLAR

EFI364 Handebol II

Seq	Aulas Teóricas	Horas/Aula
1	Técnicas e táticas de ataque 1.1. Fases do ataque	1
2	Técnicas e táticas de contra-ataque 2.1. Direto 2.2. Indireto 2.3. 2 x 2 2.4. 3 x 3 2.5. Coletivo	1
3	Tipos de ataque 3.1. Em posicional 3.2. Em circulação	1
4	Formações do ataque 4.1. Ataque 3 x 3 e suas variações 4.2. O ataque 2 x 4 e suas variações	1
5	Combinações táticas entre dois e três jogadores	2
6	Táticas simples de aplicação imediata	1
7	Técnica e tática de defesa 7.1. Fases de defesa 7.2. O jogo defensivo 7.2.1. Sistemas clássicos de defesa - 6 x 0, 5 x 1, 2 x 4, 3 x 3, 3 x 2 x 1, individual 7.2.2. Vantagens e desvantagens de cada um dos sistemas 7.2.3. Processos de aprendizagem	1
8	Tática coletiva em defesa 8.1. Ações defensivas; troca de adversários, formas de colaboração entre os companheiros de equipe: flutuações, apoios, acompanhamento e entrega 8.2. Sistemas defensivos: por zona, individual e mista, em inferioridade e superioridade numérica	2
9	As táticas de jogo	2



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
PRÓ REITORIA DE ENSINO
DIRETORIA DE REGISTRO ESCOLAR

	9.1. O ataque em função do sistema defensivo do adversário 9.2. Contra defesa 6 x 0 9.3. Contra defesa 5 x 1 9.4. Contra defesa 2 x 4 9.5. Contra defesa 3 x 3 9.6. Contra defesa 3 x 2 x 1 9.7. Contra defesa individual	
10	Ações táticas nas cobranças de tiro livre e de sete metros	1
11	Regulamentação do jogo	1
12	Aplicação de táticas relacionadas à utilização adequada das regras	1



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
PRÓ REITORIA DE ENSINO
DIRETORIA DE REGISTRO ESCOLAR

EFI364 Handebol II

EFI364 Handebol II

Seq	Aulas Práticas	Horas/Aula
1	Técnicas e táticas de ataque 1.1. Técnicas de contra-ataque, direto, indireto, 2 x 2, 3 x 3, coletivo 1.2. Ataque em posicional, em circulação 1.3. Formações do ataque 3 x 3, 4 x 2, e suas variações 1.4. O passe como preparação ao ataque posicional 1.5. Combinações táticas entre 2 e 3 jogadores 1.6. Deslocamentos obrigatórios 1.7. Táticas simples para aplicação imediata em equipes de médio desenvolvimento 1.8. Aplicação de táticas relacionadas à utilização adequada das regras	12
2	Técnicas e táticas de defesa 2.1. Sistemas clássicos de defesa - 6 x 0, 5 x 1, 2 x 4, 3 x 3, 3 x 2 x 1, individual 2.2. Processos de aprendizagem 2.3. Táticas coletivas em defesa: ações defensivas, trocas de adversários, colaboração entre os companheiros de equipe, flutuações, apoios, acompanhamento e entrega 2.4. Sistemas defensivos: por zona, individual e mista, em inferioridade e superioridade numérica	10
3	Táticas do jogo 3.1. O ataque em função do sistema defensivo do adversário: contra-defesa 6 x 0, 5 x 1, 2 x 4, 3 x 3, 3 x 2 x 1, individual 3.2. Ações táticas nas cobranças de tiro livre, tiro de canto, tiro de 7 metros	6
4	Aplicação de táticas relacionadas à utilização adequada das regras	2



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
PRÓ REITORIA DE ENSINO
DIRETORIA DE REGISTRO ESCOLAR**

EFI364 Handebol II

Referências Bibliográficas

Bibliografia Básica:

Bibliografia Complementar:

- 1 - DANTAS, E. H. M. A prática da preparação física. Rio de Janeiro: Shape, 1995. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 2 - FALKOWSKI, M.M.M. e FERNANDEZ, E.E. Los sistemas de juego defensivos. Madrid: Esteban Sanz M., 1988. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 3 - FALKOWSKI, M.M.M. e FERNANDEZ, E.H. Los sistemas de juego ofensivo. Madrid: Libreria Deportiva Esteban Sanz M., 1988. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 4 - FALKOWSKI, M.M.M. e FERNANDEZ, E.H. Tática e sistema de jogo. Vol LL. La tactica ofensiva coletiva. Madrid: Libreria deportiva Esteban Sanz M., 1979. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 5 - GARCIA, J.L.A. Balonmano. Fundamentos y etapas del aprendizaje. Madrid: Gymnos, S.A., 1990. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 6 - GERT, S. & FEDERHOFF, E. Handebol: técnica, tática, entrenamiento. Buenos Aires: Stadium, 1975. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 7 - GRECO, O. J. O comportamento tático. Belo Horizonte: UFMG, 1995. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 8 - GRECO, P. J. (org.). Caderno de rendimento do atleta de handebol. Belo Horizonte: Health, 2000. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 9 - GRECO, P. J. (org.). Caderno de treinamento do goleiro. Belo Horizonte. Health, 2002 [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 10 - GRECO, P. J. A iniciação esportiva universal. Vol. 2 Belo Horizonte: Editora UFMG, 1998. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 11 - HERNANDES JUNIOR, B.D.O. Treinamento desportivo. Rio de Janeiro: Sprint, 2002. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 12 - KASLER, H. Ha bol: del aprendizaje a la competencia. Buenos Aires: Kapeluz, 1976. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 13 - LOPES, C.G. El balomano. Barcelona: Hispano Europea, 1974. [Exemplares disponíveis: Não informado.]



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
PRÓ REITORIA DE ENSINO
DIRETORIA DE REGISTRO ESCOLAR

- 14 - MARINS, J. C. B. & GIANNICHI, R. S. Avaliação & prescrição de atividades física - Guia Prático. Rio de Janeiro: Shape, 2003. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 15 - MARTINI, K. O handebol. Lisboa: Publicações Europa-América, 1980. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 16 - MECHIA, J.M. Handebol da iniciação ao treinamento. Curitiba: Itaipu, 1981. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 17 - MIRI, A.O. Introduccion al handbol. Buenos Aires: Stadium, 1980. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 18 - SALLES, J. G. do C. & DIAS, C. H. Handebol - treinamento técnico. (Fita de vídeo). Viçosa. Canal 4-Comunicações. 2001 [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 19 - SALLES, J. G. do C. Handebol: treinamento técnico e tático. Viçosa: Canal 4-Comunicações, 2001. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 20 - SALLES, J.G. do C. & TAVARES, P.A.M. Handebol - Treinamento tático. (Fita de vídeo). Viçosa: Canal 4-Comunicações, 2001. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 21 - SIMÕES, A. C. Handebol Defensivo: conceitos técnicos e táticos. São Paulo: Phorte Editora Ltda., 2002. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 22 - SIMÕES, A.C. Handebol: táticas defensivas e ofensivas. São Paulo: Brasil Ed., 1980. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 23 - TENROLER, C. Handebol: teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 24 - WUOLIO, J. O handebol. Rio de Janeiro: Salvat, 1981. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 25 - ZAKHAROV, A. Ciência do treinamento desportivo. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport., 1992. [Exemplares disponíveis: Não informado.]
- 26 - ZAMBERLEN, E. Handebol escolar e de iniciação. Londrina: Treinamento Desp., 1999. [Exemplares disponíveis: Não informado.]