

**HANDEBOL: HISTÓRICO E SUGESTÕES PARA O TRABALHO DE INICIAÇÃO
ESPORTIVA DOS 7 AOS 14 ANOS DE IDADE**

Karinne Regina Simplício Marques
Universidade Gama Filho

RESUMO

Este artigo irá mostrar, por meio de uma pesquisa bibliográfica, como foi introduzido o handebol no Brasil e no mundo, sua evolução, seus principais conteúdos e sugestões de metodologias que podem ser aplicadas para o ensino-aprendizagem do handebol, baseadas nas características de crianças na faixa etária de sete a quatorze anos, idade indicada para o trabalho de iniciação esportiva em modalidades coletivas (BOMPA, 2002).

Palavras Chave: Iniciação esportiva, handebol, desenvolvimento infantil.

**HANDBALL: HISTORY AND SUGGESTIONS FOR THE WORK OF INITIATION OF SPORT
14 TO 7 YEARS OF AGE**

ABSTRACT

Through a Bibliographic research this article will show, how handball was introduced in Brazil and worldwide. Your evolution main content and suggested methodologies that can be applied as for teaching handball, based on the children characteristics from the age of seven to fourteen years old. The age indicates to work in sports initiation collective arrangements (BOMPA, 2002).

Keywords: Initiation sports, handball, child development.

INTRODUÇÃO

O handebol é uma modalidade proveniente de um jogo praticado por mulheres no período da Primeira Guerra Mundial, o “TORBALL”. Essas mulheres eram orientadas pelo professor Max Heiser em aulas de ginástica com bolas e, a partir de então, se tornaram adeptas do jogo ao ar livre (VIEIRA; FREITAS, 2007, p.17).

Em 1919 iniciou-se a reformulação do “TORBALL” para a criação do handebol, feita pelo professor alemão Karl Schelenz, considerado o criador da modalidade. A princípio, o handebol era praticado em campo gramado, sendo as equipes compostas por 11 jogadores cada. (VIEIRA; FREITAS, 2007, p.18). Em 1920, o diretor da Escola de Educação Física da

Alemanha tornou o jogo um desporto oficial; porém o handebol, além de dividir espaço com o futebol, que era um esporte popular, se tornou inviável por causa do inverno rigoroso dos países praticantes. Sendo assim houve a necessidade de uma nova reformulação, a partir da qual a modalidade passou a ser praticada em local fechado com redução do espaço e da quantidade de jogadores por equipe. Foi criado então o handebol de salão, composto por 7 jogadores em cada equipe.

O handebol foi introduzido no sul do Brasil em 1930, por colônias européias remanescentes da Primeira Guerra Mundial. São Paulo foi o primeiro estado a desenvolver a modalidade de forma oficial, o que o levou a ser hoje o maior centro de formação de atletas (SANTOS, 2004).

De acordo com o site da Federação Paulista de Handebol (www.fphand.com.br), essa fundação foi criada em 26 de fevereiro de 1940, tendo como seu primeiro presidente Otto Schemelling. Neste período, os jogos eram realizados na versão do jogo “de campo” e só a partir de 1954 foi oficializado o handebol “de salão”.

CONTEÚDOS DO HANDEBOL

O objetivo principal do handebol é fazer o maior número possível de gols na equipe adversária, no período estipulado para realização da partida, que, em partidas oficiais, tem a duração de 60 minutos, divididos em dois tempos de 30 minutos. Sete jogadores, seis na linha e um no gol, utilizam as mãos para arremessar a bola no gol oposto ao do goleiro de sua equipe. É permitido apenas ao goleiro realizar intervenções da bola com os pés.

De acordo com Knijnik (2004), as habilidades motoras necessárias para a prática do handebol envolvem a combinação de movimentos básicos, tais como: correr, saltar, quicar a bola, andar e arremessar, ações realizadas no cotidiano. Isso faz do handebol uma modalidade simples para se iniciar a prática e pode ser trabalhada em qualquer instituição que se proponha a ensiná-la. Segundo Vieira e Freitas (2007), os conteúdos desenvolvidos durante a prática do handebol são: progressões, fundamentos, posições específicas, táticas ofensivas e defensivas, que devem respeitar uma ordem de aplicabilidade, baseada nas características físicas de cada indivíduo, sua velocidade de aprendizagem e maturidade

psicológica. Como fundamentos principais na iniciação têm-se passes, recepções, arremessos, dribles, fintas, trifásico, duplo trifásico e empunhadura.

Os fundamentos acima citados são alguns dos conteúdos importantes no trabalho de iniciação à modalidade que farão com que a criança desenvolva habilidades necessárias à prática esportiva. Os jogos desportivos coletivos não influenciam apenas no desenvolvimento de habilidades motoras, mas também auxiliam na educação de crianças e adolescentes. Para Winnicott citado por Felice (2003, p.72), “é somente no brincar que o indivíduo, criança ou adulto, pode ser criativo e descobrir seu *self*.”

INICIAÇÃO ESPORTIVA DOS 7 AOS 10 ANOS

De acordo com Oliveira e Francischini (2003, p.5), “a brincadeira é tida como um direito essencial à vida da criança, e as teorias psicológicas apontam as contribuições de atividades lúdicas no desenvolvimento infantil”. O ensino desenvolvido para crianças deve ser dado de forma lúdica, como uma forma de brincadeira. A prática do esporte, então, nessa fase não deveria se dar de outra maneira senão por técnicas desportivas ministradas de forma prazerosa e lúdica. De acordo com Knijnik (2004, p. 3):

Em primeiro lugar recomenda-se que a iniciação ao handebol seja feita em um clima de absoluta ludicidade; tudo deve ser feito para que a criança obtenha um grande prazer por intermédio de sua prática esportiva compartilhando bons momentos com os amigos enquanto aprende handebol.

Compreende-se que a cobrança do aperfeiçoamento dos movimentos ou gestos motores deve ser evitada nessa fase, assim como a cobrança por soluções táticas complexas para a idade. O aprendizado deve ser de forma aberta. (GALLAHUE; OZMUN, 2003). Porém, Greco (1998) afirma que nessa faixa etária a criança sofre uma melhoria na sua capacidade de coordenar movimentos devida ao desenvolvimento do Sistema Nervoso Central. Isso permite uma adequada captação e assimilação de informações, ocasionando melhora em sua capacidade motora. Portanto, mesmo de forma aberta, o professor deve proporcionar à criança um amplo repertório de atividades, visando ampliar sua capacidade

motora, a qual poderá facilitar o processo de ensino-aprendizagem nas demais fases. Deve-se sempre evitar um treinamento específico, pois o objetivo principal é a formação geral.

Gallahue e Ozmun (2003) relatam que grande parte das habilidades motoras pode estar bem definida nesta faixa etária, que é o período em que ocorre a transição das habilidades motoras fundamentais para as habilidades motoras em jogos de liderança e de habilidades atléticas. Por volta dos 8 a 10 anos é o período em que ocorre o processo de combinação de habilidades, possibilitando a formação das técnicas motoras necessárias à prática do handebol (KNIJNIK, 2004).

De acordo com Bompa (2002, p. 273), deve-se:

Enfatizar o desenvolvimento multilateral introduzindo as crianças aos exercícios específicos que ensinam habilidades desportivas fundamentais. Habilidades multilaterais que devem incluir corrida, corridas de velocidade, saltos os atos de parar, lançar, rebater, equilibrar e rolar.

Podem-se utilizar equipamentos desenvolvidos especificamente para o universo infantil - bolas com diâmetro e peso reduzidos, gols e quadra proporcionalmente menores aos da categoria adulta, simplificação das regras -, a fim de proporcionar condições apropriadas ao nível de desenvolvimento da criança. “Não cabe na iniciação um detalhamento de regras e táticas muitas vezes ainda incompreensíveis e dificilmente executáveis pelas crianças” (KNIJNIK, 2004, p.4)

Silva e Dante (2005, p.21) deixam claro que “O professor/instrutor deve contribuir no processo de formação, criando um ambiente que facilite a aprendizagem e não prejudicar, exigindo das crianças algo que elas não podem cumprir”. Compete ao professor encorajar as crianças a participar de exercícios que desenvolvam a concentração, pois isso ajudará na preparação do treinamento e competições que terão lugar no estágio de desenvolvimento na formação atlética (BOMPA, 2002).

Knijnik (2004) propõe 3 conceitos básicos para a iniciação ao handebol:

1º - ATIVIDADES DE OPOSIÇÃO

Sabemos que uma característica dos esportes coletivos é a oposição. Portanto, Knijnik (2004) afirma que esse deve ser o primeiro conceito trabalhado na iniciação ao handebol. O handebol é um jogo de muito contato físico; portanto, adaptar a criança desde o início a situações de contato dará a ela maior facilidade para desenvolver o jogo com êxito nas fases posteriores.

2º - AUTOMATISMOS INCONSCIENTES

Automatizar os movimentos básicos, ou seja, realizá-los de forma natural sem a necessidade de uma atenção demasiada, fará com que a criança tenha maior facilidade no aprendizado de outras habilidades. E essa automatização se dará a partir do amplo repertório de movimentos realizados durante as aulas.

3º - JOGAR PARA APRENDER

Existem situações em que a criança deverá tomar decisões e realizar movimentos que só serão vivenciadas durante os jogos, se tornando impossíveis de serem treinados separadamente. Isso faz do jogo um mecanismo de fundamental importância no desenvolvimento cognitivo e motor, potencializando o aprendizado da modalidade.

INICIAÇÃO ESPORTIVA DOS 11 AOS 14 ANOS

Após passada a fase inicial dos 7 aos 10 anos , em que houve poucas intervenções diretas e que a criança já absorveu algumas experiências de jogos reduzidos, na faixa etária dos 11 aos 12 anos terá início a introdução de um número maior de jogadores nas atividades, um maior número de regras e poucas correções nas ações. O objetivo dessa atitude é a aproximação do formato do jogo de handebol oficial. Sendo assim, é considerado por Gallahue (2003) um ensino parcialmente aberto, no qual só ocorrem breves correções técnicas na execução dos movimentos.

Nesse período, os alunos devem aprender de forma superficial o repertório de variações técnicas e táticas de ataque e defesa, independente do nível de desenvolvimento da capacidade de jogo. Sempre devemos enfatizar o desenvolvimento das habilidades

motoras, pois devemos levar em consideração que é um estágio em que ocorre um rápido crescimento, ocasionando, muitas vezes, a falta de coordenação nos movimentos. Como afirma Bompa (2002, p. 274) “Entenda que as variáveis no desempenho podem ser o resultado de diferentes velocidades de crescimento. Alguns atletas podem ter um rápido estirão de crescimento, que explica a falta de coordenação durante determinados exercícios”

Na faixa dos 13 aos 14 anos de idade, o ensino passa a ser parcialmente fechado, por causa do início do processo de especificidade dos gestos da modalidade na procura da especialização desportiva, o período em que será introduzida a capacidade de jogo ao aluno. É quando pode se começar o aperfeiçoamento técnico da modalidade (GALLAHUE; OZMUN, 2003). E somente após os 14 anos de idade deve acontecer o ensino totalmente fechado, no qual se inicia a fase de formação atlética (BOMPA, 2002). Ainda de acordo com Bompa (2002, p. 274):

Projete exercícios que introduzam os atletas às bases fundamentais da tática e da estratégia. Os exercícios devem reforçar o desenvolvimento da habilidade. Auxiliar os atletas no refino e na automatização de habilidades básicas aprendidas durante o estágio de iniciação e ensinar habilidades que são um pouco mais complexas.

A tática individual e coletiva deve ser melhorada pela realização de atividades que sejam interessantes, desafiadores e estimulantes, para que os atletas aprendam a ter iniciativa, autocontrole, vigor competitivo, ética e honestidade nas competições. O objetivo principal é introduzir a capacidade de jogo, sem enfatizar a organização tática, a fim de desenvolver atletas que sejam suficientemente inteligentes para conseguirem solucionar com êxito situações complexas (BOMPA, 2002).

A partir dos 14 anos, período considerado por Gallahue e Ozmun (2003) a fase na qual deve acontecer o ensino totalmente fechado, é que se inicia a especialização por posições, introduz-se um maior número de ações táticas defensivas e ofensivas, tais como: defesa 6:0, 5:1, 3:2:1, 3:3; táticas de ataque 2:4, 4:2, 3:3; contra-ataque simples e sustentado. Deve-se buscar refinar os gestos técnicos aprendidos nas fases anteriores.

É importante que o professor consiga diagnosticar, durante as aulas, quais os alunos-atletas necessitam de um ou de outro estímulo, a fim de promover um melhor ambiente de aprendizagem. É preciso também que o professor conheça e respeite as diferenças existentes entre seus alunos. A relação professor-aluno, seja na escola ou no clube, é de fundamental importância no processo ensino-aprendizagem. A assimilação das atividades desenvolvidas pelos professores terá maior êxito se forem realizadas em um ambiente que transmita aos alunos segurança, seja acolhedor e prazeroso. A este respeito Gallahue e Ozmun (2003, p. 493) afirmam que:

É de vital importância que professores e treinadores conheçam seus alunos e reconheçam que estes têm um conjunto diferente de capacidades físicas, mentais emocionais e sociais. Deve-se, assim, acomodar um incrível número de diferenças individuais quando se planejam o aprendizado de habilidade e as sessões de treinamento.

CONCLUSÃO

A prática esportiva auxilia no desenvolvimento da capacidade de participação, cooperação e convivência em grupo, além de respeito mútuo, tomada de decisão, superação de obstáculos, conhecimento dos seus limites entre outros fatores sociais psicológicos. “Se quisermos formar adultos saudáveis é preciso aumentar a quantidade de movimentos que as crianças e jovens fazem” (BARBANTI, 2005, p.9).

Compreende-se que o esporte, na fase de iniciação, é fundamental para o desenvolvimento global do indivíduo. Portanto, professores e técnicos devem respeitar os limites de aprendizagem de cada aluno. Deve-se proporcionar o maior número possível de estímulos, a fim de ampliar seu repertório motor e sua área cognitiva. O esporte não pode ser tratado apenas como competição, mas ser inserido também a fim de promover a saúde física, psicológica e a socialização dos indivíduos nele envolvidos.

O fato de a criança ou o adolescente ter iniciado a prática sistematizada do handebol, na escola ou no clube, não garante que, na fase adulta, consiga desempenhar o esporte com alto grau de excelência. Para se atingir um alto nível é necessário que o atleta desenvolva de

forma automatizada as áreas técnicas, táticas, psicológicas e consiga relacioná-las, a fim de formarem uma só unidade. O professor tem fundamental importância nesse processo, como afirma Freire (1996, p.29) “Nas condições de verdadeira aprendizagem os educandos vão se transformando em reais sujeitos da construção e da reconstrução do saber ensinado, ao lado do educador, igualmente sujeito do processo.”

REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO

BOMPA, Tudor O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. Ed. Phorte : São Paulo, 2002.

FELICE, Eliana Marcello de. **O lugar do brincar na psicanálise de crianças**. Revista Mackenzie de Psicologia - Teoria e Prática: São Paulo, 2003, pp. 71-79

FRANCISCHINI, Rosângela e OLIVEIRA, Indira Caldas Cunha de. **A importância da brincadeira: o discurso de crianças trabalhadoras e não trabalhadoras**. Revista Mackenzie de Psicologia - Teoria e Prática: São Paulo, 2003, pp. 41-56

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa**. Ed. Paz e Terra: São Paulo, 1996

GALLAHUE, David L. e OZMUN. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. Ed. Phorte : São Paulo, 2003

GRECO, Pablo Juan *et all*. **Iniciação esportiva universal**. Volume 1 - **Da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Ed. UFMG: Belo Horizonte, 1998

_____. **Iniciação esportiva universal**. Volume 2 - **Metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**, Ed. UFMG: Belo Horizonte, 1998

_____. **Ações táticas de defesa e de ataque**. Aracajú. 2002
(www.brasilhandebol.com.br)

ISKANDAR, Jamil Ibrahim. **Normas da ABNT: comentadas para trabalhos científicos**. Ed. Juruá: Curitiba, 2007.

KNIJNIK, Jorge Dorfman. **Conceitos básicos para a elaboração de estratégias de ensino e aprendizagem na iniciação à prática do Handebol**. Revista Ludens – Ciências do Desporto, Lisboa 2004, p. 75-81.

MEDEIROS, Mara. **Didática e prática do ensino da Ed. Física**. Ed. UFG: Goiânia, 1998.

SANTOS, Lucio Rogério Gomes dos. **Handebol, 1000 exercícios**. Ed. Sprint: Rio de Janeiro, 2004.

SILVA, Thatiana Aguiar Freire e JUNIOR, Dante de Rose. **Iniciação nas modalidades esportivas coletivas: a importancia da dimensão tática**. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte: São Paulo, 2005, pp. 71-93.

VIEIRA, Silvia e FREITAS, Armando. **O que é handebol?**. Ed. Casa da Palavra:Rio de Janeiro, 2007.

Site: <http://www.fphand.com.br/fphand/texto.asp?id=2>, acessado em 13 de agosto de 2009, 00h59min.