



Serviço Público Federal
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense
Pró-Reitoria de Ensino

DISCIPLINA: Educação Física III	
Vigência: a partir de 2017/1	Período letivo: 5º semestre
Carga horária total: 30 h	Código: BG.DE.088
Ementa: Estudo do desporto handebol através história, regras, gestos técnicos e táticos.	

Conteúdos

UNIDADE I – Handebol

- 1.1 Histórico do jogo
- 1.2 Regras
- 1.3 Fundamentos técnicos
 - 1.3.1 Familiarização com a bola
 - 1.3.2 Tipos de recepção
 - 1.3.3 Tipos de passe
 - 1.3.4 Tipos de arremessos
 - 1.3.5 Manuseio da bola
 - 1.3.6 Drible
 - 1.3.7 Fintas
- 1.4 Fundamentos táticos
 - 2.4.1 Sistema de jogo 6x0
 - 2.4.2 Sistema de jogo 5x1
 - 2.4.3 Sistema de jogo 4x2
 - 2.4.4 Sistema de jogo 3x3

Bibliografia básica

- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. 1. ed. São Paulo: Cortez, 1992.
- NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3. ed. Londrina: Midiograf, 2003.
- TENROLLER, C. **Handebol: teoria e prática**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.

Bibliografia complementar

- ZABALA, A. **A Prática Educativa: como ensinar**. Porto Alegre: Artmed, 1998.
- SANTINI, J.; VOSER, R. C. **Ensino dos esportes coletivos: uma abordagem recreativa**. Canoas: Editora ULBRA, 2008.
- JAEHNERT, LG; GRANDE, D. **Punhobol (Faustball): da origem à competição**. 22. ed. Curitiba: Edição do autor, 2008.
- BARBOSA, Claudio Luis de Alvarenga. **Educação física e filosofia: a relação necessária**. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.
- FERREIRA, Vanja. **Educação física: interdisciplinaridade, aprendizagem e inclusão**. Rio de Janeiro, RJ: Sprint, 2006.