

Orientação do Professor: **Maria José Carrer**

Semana: 20/09 a 24/09

Aluno (a) _____ nº _____ Anos: _____ Turma : _____ 2 Aulas 3º Bimestre

Educação Física

6 A, B, C, D

7 D, E, F, G

Ações e espaços de jogo

- **Manejo de bola:** os jogadores podem lançar, agarrar, parar, empurrar ou golpear a bola com as mãos (abertas ou fechadas), braço, cabeça, tronco, coxas e joelhos. Além disso, podem segurar a bola por no máximo três segundos e progredir assim por no máximo três passos. Podem, ainda, quicar a bola apenas uma vez depois de agarrá-la após outros quiques, devendo então passá-la ou finalizar sua ação à meta.
- **Área de gol:** essa área é restrita ao goleiro. Portanto, a invasão (toque em qualquer parte) da área de gol pelos demais jogadores está sujeito a punições. Se invadida por um atacante, marca-se um tiro de meta. Se invadida por um defensor sem impedir a realização de um gol, marca-se um tiro livre. Se invadida por um defensor e houver impedimento de chance clara de gol, marca-se um tiro de 7 metros.

• Tiros (cobranças)

- **Tiro de saída:** realizado no início de cada tempo de jogo e após ser marcado um gol. É sempre cobrado no centro da quadra, em até três segundos após o apito de autorização do árbitro.
- **Tiro lateral:** deve ser cobrado no local em que a bola saiu. Para isso, o jogador deve manter um pé sobre a linha ao passar a bola a um companheiro de equipe. Além disso, os jogadores adversários devem estar a pelo menos três metros de distância.
- **Tiro de meta:** cobrado apenas pelo goleiro, no limite da área de gol. Esse tiro é marcado quando o jogador adversário invade ou toca a bola que está (rolando ou parada) dentro da área de gol e quando a bola sai pela linha de fundo após ter sido tocada pelo goleiro ou por um adversário.
- **Tiro livre:** é aplicado sempre que uma regra é violada, devendo ser cobrado no local em que ocorre a infração e respeitada a distância de três metros em relação aos jogadores adversários.
- **Tiro de 7 metros:** concedido sempre que uma chance clara de gol é interrompida, esse tiro é cobrado em local específico, delimitado entre a linha de tiro livre e o limite da área de gol. Os jogadores que não forem realizar a cobrança devem permanecer atrás da linha de tiro livre, a três metros de distância. O executante deve arremessar em até três segundos após o apito de autorização.

• Faltas e exclusões

- **Intenções de faltas:** não são consideradas faltas: usar a mão espalmada para tirar a bola da mão do adversário ou interditar a bola durante um passe ou arremesso; usar o tronco para bloquear o adversário ao disputarem uma posição; fazer contato com o jogador em posse de bola quando seu braço de arremesso estiver flexionado (não iniciou o arremesso).

- **Faltas aplicadas:** são consideradas faltas: quando o jogador arranca ou golpeia (mão fechada) a bola da/na mão do adversário; quando empurra ou bloqueia o adversário com qualquer parte do corpo que não o tronco; quando agarra um adversário, com ou sem posse de bola; quando salta ou corre sobre um adversário.
- **Exclusões por dois minutos:** são consideradas faltas passíveis de exclusão: quando são cometidas infrações com alta intensidade; quando um jogador agarra o outro por longo período ou o derruba; quando são cometidas faltas contra a cabeça, ou região cervical (pescoço), ou golpes fortes contra o tronco ou braço de arremesso.

1- O que é Tiro Livre no Handebol?

2- Explique o Tiro de Sete Metros no Handebol?

3- Como é o Tiro de Saída no Handebol?

4- Descreva a Área de Gol no Handebol?

5- Explique o que é o Manejo de Bola no Handebol?

6- Como é a exclusão por dois minutos no Handebol?

7- O que é a Falta Aplicada no handebol?

8- Explique o Tiro de Meta no Handebol?

9- O que é Intenções de Faltas no Handebol?

10- Explique o Tiro Lateral no Handebol?