

HANDEBOL: O facilitador do desenvolvimento motor

Thiago Lopes de Moraes¹
Fátima Cássia Nascimento¹
Hederson Pinheiro²

RESUMO

O handebol é uma das modalidades mais praticadas no Brasil, principalmente entre as crianças. Sendo assim o estudo proposto vem através desta revisão bibliográfica mostrar como a modalidade é rica em seus fundamentos e como pode estimular as habilidades motoras para um melhor desenvolvimento motor. Sendo um dos principais motivos deste estudo a constatação que o handebol dentre as outras modalidades aplicadas na fase de desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais, é a que mais se equipara aos movimentos fundamentais do ser humano, tendo como vantagens as várias adaptações, e estímulos necessários fornecidos pelo esporte, como uma de suas ferramentas o mini handebol auxilia nesse processo de ensino aprendizagem.

PALAVRAS-CHAVE: Desenvolvimento Motor. Mini-Handebol. Habilidades. Movimentos Fundamentais.

HANDBALL: Facilitator of motor development

ABSTRACT

Handball is one of most widely practiced sports in Brazil, especially among children. Thus the proposed study, through literature reviews, came show how the sport is rich in its fundamentals and how it can stimulate motor skills for a better motor development. In this study, it was found that handball is more comparable with the fundamental movements of the human being among other collective arrangements applied at the stage of development of motor skills, having the advantage of the various adaptations and necessary stimuli provided by sport, as this sport has a complete motor activity, as their advantages behind the mini handball, and the reasons that aids in the teaching learning process.

KEYWORDS: Motor Development. Mini Handball. Skills. Fundamental movements.

¹ Acadêmico do Curso de Educação Física da Faculdade União de Goyazes.

² Orientador: Prof. Esp. em Educação Física da Faculdade União de Goyazes

INTRODUÇÃO

Dentre as modalidades coletivas esportivas, o handebol é uma das mais ricas referentes ao processo de desenvolvimento humano, apesar de ser uma das modalidades mais praticadas no Brasil no ambiente escolar, ainda assim é pouco divulgada em relação aos benefícios de seus praticantes. Pois o handebol é uma atividade motora completa, obtendo resultados expressivos de suas capacidades físico, técnicas e psicológicas.

Para Gallahue e Ozmun (2005) é de fundamental importância experiências motoras na qual as crianças são submetidas na fase de aprendizagem, através das brincadeiras que cercam o seu mundo infantil a criança aprende. As brincadeiras lúdicas, o brincar, o jogo desprovido de tantas regras, esses estímulos de movimento na fase infantil só favorece o desenvolvimento de seus movimentos fundamentais, tais como: o correr, saltar, arremessar

Movimentos fundamentais envolvem a combinação de padrões de movimentos. É uma organizada série de movimentos relacionados usada para realizar tarefas motoras básicas como correr, pular, lançar, e agarrar. Os movimentos fundamentais podem ser classificados como locomotores, manipulativos ou estabilizadores Gallahue e Ozmun (2005, p. 557).

No handebol são encontrados todos os requisitos que garantem o aprendizado motor. Ele fornece as experiências necessárias, nesta fase de desenvolvimento, das habilidades motoras fundamentais. No handebol, seus fundamentos como o arremesso, passe, recepção, drible dentre outros, são semelhantes aos movimentos fundamentais do ser humano o que facilita no processo de aprendizagem.

Considerando que o handebol é uma das modalidades mais rápidas e possui um intenso contato físico entre seus adversários, exige de seus atletas um ótimo desempenho físico e técnica em seus fundamentos. Para tanto não existem muitos estudos apresentados sobre o esporte, sendo assim este trabalho têm como objetivo investigar através de revisão bibliográfica por que o

handebol é tão importante no desenvolvimento humano e como é capaz de facilitar os movimentos fundamentais e as habilidades motoras.

Como proposta, o mini handebol, criado na Europa nos anos 70, é uma versão diferenciada do esporte feita para conquistar e incentivar a sua prática desde cedo, tendo todas as adaptações necessárias para a prática do esporte entre as crianças dos 6 aos 12 anos.

Para Rose Junior (2006), é preciso incentivar a prática da modalidade desde cedo, sendo o handebol uma mistura dos jogos aplicados no decorrer da vida diária das crianças, se apropriando dos movimentos fundamentais para serem adequados aos seus fundamentos. Dessa forma o desenvolvimento das habilidades motoras aplicadas ao esporte vai depender, de como é trabalhado e incentivado nesse contexto. No decorrer do estudo pretende-se avaliar como isso é possível através do handebol.

METODOLOGIA

O presente estudo teve como proposta uma pesquisa bibliográfica de caráter explicativo, na qual o material científico serviu para avaliar a ideia principal do trabalho, de que o handebol é um facilitador do desenvolvimento motor.

A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. Embora em quase todos os estudos seja exigido algum tipo de trabalho dessa natureza, há pesquisas exclusivamente a partir de fontes bibliográficas (GIL, 2007, p. 44).

Como a fonte de busca do material científico se baseia em livros e artigos, as pesquisas foram feitas em livros da biblioteca do Centro de Estudos Octavio Dias de Oliveira (Faculdade União de Goyazes), livros adquiridos particularmente e artigos científicos disponibilizados na internet. Assim como sugerem os livros de metodologia da pesquisa, esse trabalho seguiu um processo com etapas definidas. Todas as etapas tem uma ordem cronológica, sendo que uma dependia da anterior para ser feita.

Primeiramente, ocorreu a escolha do tema a ser discutido, logo após um levantamento bibliográfico preliminar, com o objetivo de saber a quantidade e a qualidade dos estudos já feitos sobre a área escolhida. Em seguida houve a formulação do problema, fazendo com que a pesquisa ficasse focada em pontos específicos, dessa maneira foi destacado as partes mais relevantes a serem descritas e discutidas neste estudo.

HISTORICO DO HANDEBOL

De acordo com Rose Junior (2006) o handebol, dentre os esportes coletivos, é um dos mais recentes em sua categoria. Entretanto, historicamente há relatos primitivos de esportes que lembram a modalidade entre os povos gregos e romanos, o *Phenide* e o *Ludere Raptum*, que tinham como objetivo tentar o arremesso e tentar causar no adversário um desequilíbrio para recuperar a posse de bola.

Há também descrições que o handebol tenha tido seu início na China, através do *Kemari*, esporte que utilizava uma bola de couro com enchimento de pelos. O jogo tinha como princípio atravessar de um campo para outro sem perder a posse de bola (ROSE JUNIOR, 2006).

Durante o seu desenvolvimento o handebol foi construído através de jogos semelhantes praticados entre os povos, passando por adaptações constantes. A princípio, o esporte era realizado em campo com a disposição de onze jogadores e foi adaptado também para se jogar em quadras de areia contendo quatro jogadores em linha e um goleiro. Mas o que prevaleceu foi a adaptação que, devido as condições do inverno europeu e outros fatores, o esporte passou a ser realizados em espaços cobertos, tendo que ser reformulado mais uma vez diminuído o número de jogadores e modificando as regras. E a partir de séculos XIX e XX foi ganhando o formato dos dias atuais, passando por diversas modificações entre regras e nomes diferentes.

Ainda de acordo com Rose Junior (2006), o grande idealizador do esporte foi o alemão Karl Schelenz, professor de Educação Física. Schelenz quis promover um jogo para a classe feminina da época, baseado num jogo

tcheco chamado de *Azena*, que novamente sofreu alterações, logo passou a ser praticado por homens, e por ser um professor de Educação Física o esporte se espalhou nos meios escolares. Como o alemão era professor na faculdade de Berlim, onde havia um grande número de estrangeiros, o handebol foi difundido para outros países. Em 1946 com a fundação da Federação Internacional de Handebol (IHF), na Dinamarca sob a presidência do sueco Gosta Bjork, o handebol passou a ter sua própria Federação. Mesmo assim ainda há relatos da existências de campeonatos suecos nos anos de 1931 e 1932, com regras bastante similares aos do handebol atual. Mas, foi apenas em 1972 que o handebol teve sua primeira participação nos Jogos Olímpicos em Munique, com a categoria masculina, e em 1976 em Montreal foi introduzida aos jogos a categoria feminina da nova modalidade (GRECO; ROMERO, 2012).

Histórico do Handebol no Brasil

A vinda do esporte para o Brasil ocorre devido a um fato histórico. Com a primeira guerra mundial, houve um aumento no número de imigrantes vindo para o Brasil, trazendo dentre seus costumes o handebol. Em 1940 em São Paulo foi criada a primeira Federação Paulista de Handebol, mas em âmbito nacional apenas em 1979, se deu origem a Confederação Brasileira de Handebol (CBHb). Inicialmente o esporte era praticado com onze jogadores, geralmente aproveitando os espaços dos campos de futebol. Mas o que prevaleceu mundialmente foi o handebol de salão, que teve de diminuir o número de jogadores dando assim mais velocidades ao jogo, e através desse novo conceito do esporte surgiram novas regras para a sua adaptação.

Assim, o esporte logo foi disseminado por todo o país, por suas características contagiantes e de fácil aprendizagem, sendo introduzido como esporte escolar, tendo sua inclusão através dos Jogos Estudantis Brasileiros (JEB's), e nos Jogos Universitários (JUB's).

Segundo a Confederação Brasileira de Handebol (CBHb, 2013), a primeira participação brasileira do handebol em jogos Olímpicos foi em 1992, em Barcelona. O handebol a partir desse momento passou a ser internacional, ganhando mais adeptos. Sendo uma das modalidades mais praticadas em

âmbito nacional principalmente entre as crianças em idade escolar, pois são crescentes os estudos que garantem um bom desenvolvimento motor a crianças que praticam algum tipo de modalidade esportiva.

O handebol é uma das modalidades mais indicadas para aumentar o êxito do desenvolvimento motor. Enfatizado no meio escolar, o handebol têm ações educativas esportivas que podem melhorar os aspectos gerais do desenvolvimento motor infantil.

DESENVOLVIMENTO MOTOR

Desde a concepção até a morte, o corpo passa por várias alterações no processo de desenvolvimento motor, ao qual o corpo é submetido no decorrer da vida. De acordo Gallahue e Ozmun (2005, p.3), o “desenvolvimento motor é a continua alteração no comportamento motor ao longo do ciclo da vida, proporcionada pela interação entre as necessidades da tarefa, a biologia do individuo e as condições do ambiente”.

Hoje o processo de desenvolvimento motor é reconhecido como objeto de estudo, antes limitado pelo estudo da observação humana. Na qual os psicólogos usavam o termo apenas como instrumento de visualização do comportamento emocional do indivíduo. Assim, “O estudo do desenvolvimento motor, no passado, foi ofuscado pelo interesse nos processos cognitivos e afetivos do desenvolvimento” (GALLAHUE; OZMUN, 2005, p.03). Nos anos 70 esse campo de estudo, deu seu primeiro impulso, sendo tratado pelos profissionais de educação física como um estudo legítimo, parte intrínseca da biomecânica, fisiologia do exercício, aprendizagem motora e controle motor.

Para Haywood e Getchell (2010), a importância do processo do desenvolvimento motor deve ser sempre gradativo respeitando as diferenças no processo de sócio aprendizagem, pois no que se refere ao aprendizado, a criança aprende com o tempo, e conforme a idade, apesar de não depender desta.

Segundo Gallahue e Osmun (2005), é notório que à medida que se desenvolve a criança vai amadurecendo suas capacidades funcionais, mas apesar de influenciar, a idade não é fator determinante para melhorar essas capacidades, pois a maturação do desenvolvimento motor varia de acordo com

cada indivíduo, sendo mais rápido ou mais lento em cada fase desse processo. O desenvolvimento nem sempre avança com a idade na mesma proporção, mesmo porque esse desenvolvimento é condicionado ao longo da vida, sendo assim cada um tem o seu próprio tempo.

De acordo com Haywood e Getchell (2010), desenvolvimento motor se refere ao processo de mudança contínuo, relacionado à idade, e as fases de desenvolvimento bem como às interações e restrições (ou fatores) do indivíduo, do ambiente e das tarefas que induzem essas mudanças.

As Fases do Desenvolvimento Motor Infantil

Conforme a afirmação de Gallahue e Ozmun (2005), o processo do desenvolvimento motor revela-se basicamente por alterações no comportamento motor. Primeiramente, dividimos as fases de desenvolvimento em quatro grandes grupos, sendo elas: fase motora reflexiva, rudimentar, fundamental e especializada. Cada uma dessas fases se dividem em estágios específicos que são descritos à seguir.

- **Fase motora reflexiva**

Segundo Gallahue e Ozmun (2005) a fase motora reflexiva inicia quando a criança ainda está no útero da mãe, e se encerra mais ou menos aos 4 meses de idade. Como a própria nomenclatura define, os movimentos do bebê se baseiam em reflexos, sem nenhum controle do mesmo. Esses movimentos são a base para as fases seguintes do desenvolvimento motor, já que através dos mesmos os bebês vão obter informações sobre o ambiente e reagir ao mesmo.

A fase motora reflexa se divide em dois estágios. Primeiramente temos o estágio de codificação (agrupamento) de informações; caracterizado por atividade motora involuntária, que ocorre entre o período fetal até aproximadamente o quarto mês do período pós-natal. Serve basicamente para o bebê buscar informações, alimento e proteção através do movimento. Em um segundo momento, ocorre o estágio de decodificação (processamento) de informações, onde há uma inibição gradual dos reflexos, sendo substituídos por

atividades motoras voluntárias. Essa mudança começa geralmente aos 4 meses de vida.

- **Fase motora rudimentar**

A fase motora rudimentar ocorre até aproximadamente a idade dos 2 anos, é a primeira forma de movimento voluntário, na qual os reflexos começam a ser inibidos e a criança começa a entrar em um processo de pré-controle, envolvendo basicamente movimentos estabilizadores (controle da cabeça, pescoço e dos músculos do tronco), tarefas manipulativas (alcançar, agarrar e soltar) e movimentos locomotores (arrastar-se, engatinhar e caminhar) (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Essa fase motora se divide em dois estágios. No primeiro estágio ocorre a inibição de reflexos na criança logo após o nascimento, que será substituída por comportamentos motores voluntários em um processo de evolução contínuo. No segundo momento, que começa por volta de um ano de idade, a criança passa para o estágio de pré-controle, no qual passam a ter um maior controle e precisão de seus movimentos. O rápido desenvolvimento dos processos cognitivos superiores e dos processos motores são responsáveis pela grande ganha de habilidades motoras rudimentares.

Nessa fase, destaca-se a capacidade que a criança adquire em obter e manter o equilíbrio, manipular objetos e locomover-se no ambiente. Uma explicação para essa grande e rápida capacidade de desenvolver o controle desses movimentos é o processo maturacional.

- **Fase motora fundamental**

A partir dos 2 anos ocorre uma das fases essenciais para o desenvolvimento da criança, e que vem como consequência da fase de movimentos rudimentares. É durante esse período que a mesma vai ter sua base de movimentos fundamentais.

A fase motora fundamental se divide em três estágios: inicial, elementar e maduro. Nessa fase, as crianças são estimuladas a explorar e experimentar diversas capacidades motoras. É um período de ensino, quando a criança irá

descobrir como desempenhar uma vasta gama de movimentos estabilizadores (andar com firmeza e o equilíbrio em um pé só), locomotores (correr e pular) e manipulativos (arremessar e apanhar), em um primeiro momento isoladamente, e depois de forma combinada. Esses são exemplos de movimentos fundamentais que devem ser desenvolvidos nos primeiros anos de vida.

Gallahue e Ozmun (2005) esclarecem uma concepção errada feita por especialistas em desenvolvimento infantil (fora da área de desenvolvimento motor) sobre o conceito desenvolvimentista da fase de movimentos, com base no qual os mesmos determinam que essas habilidades são determinadas maturacionalmente, e que tarefas e fatores ambientais não influenciam nesse desenvolvimento. Para eles, as crianças adquirem essas habilidades pelo simples fato de envelhecerem. Fica claro que a maturação realmente é importante para esse desenvolvimento padrão de movimento, porém não deve ser considerada como único fator. As condições ambientais (isto é, oportunidades para a prática, encorajamento, instrução e a ecologia do ambiente, são também de extrema importância para o grau máximo de desenvolvimento motor.

O estágio inicial é caracterizado pelas primeiras tentativas orientadas para a criança executar uma habilidade fundamental. No estágio elementar, o que se destaca é a melhor capacidade de controle e coordenação dos movimentos fundamentais, sendo que o processo de maturação é responsável direto para o avanço no estágio elementar. Em muitas crianças e adultos, o padrão em certos tipos de movimentos não ultrapassam esse estágio. Enfim chegamos ao estágio maduro, quando as crianças passam a apresentar desempenhos mecanicamente eficientes, coordenados e controlados. Neste momento “as crianças possuem um potencial de desenvolvimento para atingir o estágio maduro da maior parte das habilidades motoras fundamentais por volta da idade de 6 anos” (GALLAHUE; OZMUN, 2005, p.221).

Observamos então que aos 6 anos de idade a criança está apta à desenvolver o estágio maduro da maior parte de suas habilidades motoras fundamentais, deixando claro a importância das mesmas serem estimuladas nessa idade. Algumas crianças vão chegar facilmente a esse estágio somente pelo processo de maturação em um mínimo de influência ambiental. Entretanto

a grande maioria necessita de oportunidades, encorajamento e instrução no ambiente e na prática.

- **Fase de movimentos especializados**

Como última fase temos os movimentos especializados, que são uma evolução dos movimentos fundamentais, quando todos os movimentos aprendidos durante as outras fases irão ser realmente empregados e aperfeiçoados de forma mais completa. É um período em que os movimentos se tornam ainda mais úteis em atividades diárias, e práticas esportivas, entre outras.

Habilidades estabilizadoras, locomotoras e manipulativas fundamentais passam a ser refinadas, em um processo gradativo. Exercícios que eram simples podem ser aplicados agora em uma atividade mais complexa, como a intregação do pular em um pé só ao salto triplo do atletismo. Essa fase se subdivide em 3 estágios: Estágio transitorio, de aplicação e de utilização permanente.

Em algum momento, entre seus 7 ou 8 anos de idade, as crianças entram no estágio de habilidades motoras transitório (HAUBENSTRICKER; SEEFELDT, 1986 apud GALLAHUE; OZMUN, 2005, p. 62). É nesse período que as crianças irão combinar e aplicar suas habilidades fundamentais ao desempenho de habilidades especializadas em ambientes de recreação e no esporte. Resumidamente, as habilidades transitorias são a aplicação das habilidades fundamentais de forma mais complexa e específica. As crianças não devem focar em apenas um tipo de atividade, pois para um melhor aproveitamento dos próximos estágios é necessário que elas se especializem em outra áreas.

Entre os 11 e 13 anos entra-se no estágio de aplicação. Diferentemente do estágio anterior, nesse momento os interesses e escolhas esportivas passam a ser tomadas também pela própria criança, baseando-se em fatores da tarefa, individuais e ambientais, além da capacitação das crianças em tomar decisões, inclusive no quesito aprendizagem. Nesse período, as crianças já estreitam suas práticas em esportes específicos em relação as suas habilidades e capacidades motoras, ao invés de ter vivências

em diversas modalidades. Esse é o estágio onde se refina e usa-se das habilidades mais complexas, principalmente em jogos avançados.

O terceiro estágio é o de utilização permanente, que começa por volta dos 14 anos de idade e se estende por toda a vida adulta do indivíduo. Ele é considerado como o auge do desenvolvimento motor, um momento onde todos os movimentos adquiridos e especializados irão ser utilizados, seja em atividades do dia a dia ou desempenhando um esporte, talento, oportunidades, condições físicas e motivação pessoal são pontos que vão interferir na participação do indivíduo em certos tipos de atividades.

Esse estágio de utilização permanente acaba sendo o auge de todas as outras fases e estágios, e segue como um processo permanente (GALLAHUE E OZMUN, 2005). As crianças são imaturas quanto ao seu desenvolvimento, e necessitam de uma base estrutural de experiências motoras apropriadas em cada nível de desenvolvimento. Temos que reconhecer que adquirir progressivamente habilidade motoras nesse processo é fundamental para o desenvolvimento motor de bebês, crianças, adolescentes e adultos, pois só assim poderemos realmente contribuir para o desenvolvimento do mesmo.

Aprendizagem motora

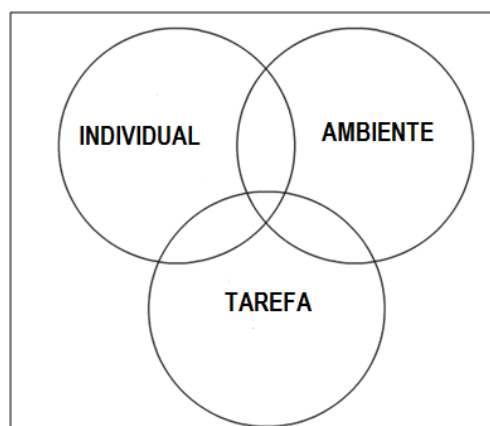
De acordo com Schmidt e Wrisberg (2010), ao se deparar com uma situação a criança tenta reproduzi-la à sua maneira: ao lançar uma bola e recepcioná-la, por exemplo, sua reação ao falhar, irá “copiar” a estratégia de alguém, para alcançar seu objetivo. Se der certo fará uma progressão de seus movimentos do mais fácil ao mais difícil, assim o autor conceitua aprendizagem: “A aprendizagem motora é um processo ou estado interno, cujo nível reflete a aptidão de uma pessoa para produzir um movimento em qualquer momento”.

A criança neste momento, precisa se sentir confiante para desempenhar tarefas, precisa ser incentivada para desenvolver gradualmente suas habilidades. Esta confiança está no grau de dificuldades do movimento. A criança é desafiadora. À medida que as tarefas vão ficando fáceis, ela procura outra forma mais complexa para atingir seu objetivo, buscando

progressivamente, sem que tenha consciência disso aumentar as dificuldades em suas tarefas. “O desafio para os profissionais, é delinear experiências práticas que permitam ao aprendiz o aperfeiçoamento da ação desejada” (SCHMIDT; WRISBERG, 2010, p.37).

Através desses fatores de influência (figura 1) no processo de aprendizagem, destacam-se alguns fatores que são de extrema relevância: quem é o aprendiz, o que ele precisa aprender, e qual é o espaço disponível para esse aprendiz.

Figura 1: Fatores de influência na aprendizagem



Fonte: Gallahue e Ozmun 2005 p.04.

De acordo com Gallahue e Ozmun (2005) “tanto o estímulo como a privação de experiências têm potencial para influenciar o nível de desenvolvimento”. Após vários anos, os questionamentos da relação dos fatores do ambiente relacionados ao desenvolvimento infantil continuam sendo alvo de pesquisas, busca-se saber até que ponto a influência e o comportamento dos pais alteram a capacidade de desenvolvimento das crianças.

Já para Schmidt e Wrisberg (2010), conforme a figura acima, fatores de ambiente, pessoa, e tarefa, são os que deveriam determinar o processo de aprendizagem. Toda pessoa tem uma bagagem de experiências, um nível maturacional específico, e suas dificuldades também não são as mesmas. As tarefas devem ser estudadas ao serem aplicadas, enquanto umas são de percepção, como o tempo de uma bola (a bola lançada), outras são de mudança de direção (as marcações de adversários, por exemplo).

No ambiente, neste caso, o aprendiz além de lidar com todas as dificuldades do processo de aprendizagem motora, deve aprender a também estar preparado para os fatores externos do processo, condições não favoráveis principalmente em questões como espaço, torcidas, etc. Esses fatores devem ser trabalhados para que não possam intervir no processo de aprendizagem, e principalmente na performance do aluno.

Para a compreensão do ensino, Gallahue e Ozmun (2005), relatam a importância dos jogos e brincadeira, pois o brincar faz parte da vida de toda criança. Além disso, serve como ferramenta de aprendizagem, para a inclusão de valores, regras e também convívio social. As habilidades motoras deverão ser adquiridas com a prática aleatória e a diversidade de movimentos coordenados variando o máximo possível, sendo os jogos e brincadeiras mais adequados nessa fase. (PIAGET, 1952 apud Gallahue; Ozmun, 2005, p.48)

Habilidades Motoras

As Habilidades motoras fazem parte da vida e crescimento de cada criança. As habilidades estão presentes no desenvolvimento motor e devem ter seu valor garantido através do processo ensino de sócio-aprendizagem. O educando deve-se sempre estar atento para seu aluno (aprendiz) desse modo habilidade motora é:

um padrão de movimento fundamental realizado com precisão, exatidão e controle maiores. Na habilidade motora, a precisão é enfatizada e o movimento extrínseco é limitado; em um padrão de movimento fundamental, como no arremesso de uma bola para um alvo (GALLAHUE E OZMUN, 2005, p. 18).

Nesta fase de aquisição das habilidades motoras, procedimentos deverão ser adotados. Os padrões de movimentos sempre devem ser organizados do mais simples, para o mais complexo, respeitando as características individuais e o tempo de cada aluno é necessário que aja essa progressão.

a progressão para estágios mais amadurecidos de um padrão de movimento fundamental depende de vários fatores experimentais, incluindo oportunidades para a prática, encorajamento e ensino em ambiente propício ao aprendizado. (GALLAHUE; OZMUN, 2005, p.226).

Dessa maneira, a criança pode evoluir cognitivamente e fisicamente, influenciada tanto pela maturação, quanto pela experiência adquirida, mas também pelas condições ambientais, já que oportunidades para prática, encorajamento e a instrução são essenciais para o desenvolvimento maduro das habilidades e dos movimentos fundamentais.

A locomoção, equilíbrio e a manipulação de objetos, fazem parte do padrão de movimentos fundamentais. Há essas habilidades cabe lembrar que estão relacionadas aos movimentos naturais do ser humano, o correr, saltar, arremessar, pular, driblar, dentre outros, são movimentos fundamentais que devem ser estimulados e encorajados, em um ambiente propício esses movimentos serão aperfeiçoados com o tempo. (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

CARACTERIZAÇÃO DA MODALIDADE

Como em todas modalidades coletivas os atletas de handebol, buscam no jogo através de seus princípios, os fundamentos tanto de defesa como ataque, para assim conservar a posse de bola e buscar a finalização (o gol). O espaço do jogo consiste numa quadra de 20 metros de largura por 40 metros de comprimento, possuindo duas áreas de gols, linhas laterais, linhas de fundo, áreas de substituição, linha dos 9 metros, linha dos 7 metros duas balizas, assim chamado os gols no handebol.

O jogo é baseado no confronto de duas equipes de sete jogadores em cada uma delas, totalizando quatorze em quadra, onde cada uma tem um objetivo comum que é fazer a progressão e a finalização a seu favor para vencer a partida. Uma equipe é composta até por dezesseis jogadores, podendo estar sete na partida (contando com o goleiro). Os indivíduos restantes serão suplentes, podendo entrar a qualquer momento, pois no handebol não há limite de substituições.

A duração de uma partida depende de sua categoria (ver figura 2). Em média uma partida oficial é de dois tempos de trinta minutos com intervalo de dez minutos, sendo uma partida com jogadores com a idade igual ou acima de 17 anos. Para uma equipe de 12 a 16 anos o tempo da partida é de dois tempos de 25 minutos, abaixo dos 12 anos a duração da partida é de dois

tempos de 20 minutos, em ambos os casos o intervalo é de 10 minutos. Para tanto a Federação Internacional de Handebol (IHF), é uma das federações de esportes a qual possuem mais categorias visando à integridade física e idade de seus atletas.

Figura 2:

CATEGORIAS- IHF*
MIRIM: até 12 anos.
INFANTIL: até 14 anos.
CADETE: até 16 anos.
JUVENIL: até 18 anos.
JUNIOR: até 21 anos.
ADULTO: acima de 21 anos.

*IHF-Federação Internacional de Handebol

A tabela acima nos mostra as categorias que existem no handebol, conforme a idade dos jogadores. A mais jovem se inicia aos 12 anos e é chamada de mirim, e a mais experiente de define a partir do 21 anos, sendo a categoria adulta.

A bola deve ser esférica de forma que não pode ser brilhante nem escorregadia. Suas medidas (tamanho e peso), são de acordo com as categorias:

- 58 - 60 cm e 425 - 475g (tamanho 3 da IHF) para homens e equipes masculinas juvenis (acima de 16 anos);
- 54 – 56 cm e 325 - 375g (tamanho 2 da IHF) para mulheres, equipes femininas cadete (acima de 14 anos) e equipes masculinas infantil e cadete (entre 12 e 16 anos);
- 50 – 52 cm e 290 - 330g (tamanho 1 da IHF) para equipes femininas mini, mirim e infantil (entre 8 e 14 anos) e equipes masculinas mini e mirim (entre 8 e 12 anos).

O jogo é composto de oito fundamentos, que são movimentos básicos que caracterizam a modalidade, muitos deles sendo também movimentos fundamentais do ser humano são eles: empunhadura, recepção, passe, arremesso, drible, progressão, finta e o ritmo trifásico:

- **Empunhadura** - É a forma de segurar a bola com as falanges distais e a palma da mão ligeiramente côncava, sem deixar que a bola escape de sua mão, podendo ser alternada de uma mão para outra;
- **Recepção** – É o ato de receber a bola. A recepção pode ser baixa, média ou alta depende de como a bola foi lançada, devendo estar com os braços paralelos e as mãos côncavas voltadas uma para outra;
- **Passe** - São movimentos que permitem a ação do jogo, movimento de lançar a bola para o outro, existem diferentes tipos de passe:
 - Passe acima do ombro: podem ser realizados em função da trajetória da bola;
 - Passe em pronação: lateral e para trás;
 - Passe por de trás da cabeça: lateral e diagonal;
 - Passe por de trás do corpo: lateral e diagonal;
 - Passe para trás: na altura da cabeça com extensão do pulso;
 - Passe quicado: quando a bola toca o solo uma vez antes de ser recepcionada pelo companheiro, nesse tipo de passe a bola é atirada ao solo em trajetória diagonal.
 - **Arremesso** - A posição básica para se executar esse fundamento, a bola deve estar empunhada para frete com o cotovelo alinhado a noventa graus, e ligeiramente acima do ombro, no momento do arremesso a bola deve estar posterior à linha da cabeça e lançada para frente. O arremesso é sempre direcionado para se fazer o gol, e existem outras variações:
 - Com apoio – onde um dos pés ou ambos esteja em contato com o solo;
 - Em suspensão - significa que no momento do arremesso não há apoio de nenhum tipo do arremessador com o solo;
 - Com queda – significa que após a bola ter deixado a mão do arremessador, o mesmo realiza uma queda, normalmente a queda acontece dentro da área adversária;
 - Com rolamento – significa que após a bola ter deixado à mão do arremessador, o mesmo realiza um rolamento.
 - **Drible** – Movimento de bater a bola ao solo com uma das mãos, estando parado ou em movimento sem perder o controle da mesma;

- **Progressão** – Deslocar-se em quadra, de um lado para o outro em posse de bola, individual ou coletivamente, respeitando as regras de manejo de bola;
- **Finta** – Tem como o objetivo sair da marcação do adversário, e ludibriar a defesa;
- **Ritmo Trifásico** – Também conhecido como "3 passadas", onde o jogador dá três passos à frente e em direção a meta adversária com a posse da bola. Como variação, temos o Duplo Ritmo Trifásico (conhecido como "dupla passada"), onde o jogador dá sete passos com a posse da bola, indo sempre à frente, exemplo: após ter recebido a bola o jogador irá dar três passos à frente, antes de dar o quarto passo o jogador terá que quicar a bola uma vez, segurar a mesma novamente e dar mais três passos, antes do sétimo passo o jogador terá de executar o arremesso ou passe de bola.

O Mini-Handebol

É uma adaptação do handebol que surgiu da necessidade de expandir o esporte e para aumentar sua popularidade, a começar pelas crianças a partir da iniciação esportiva e esporte escolar. Sendo assim, criou-se o mini handebol, relatado por Diego Melo (2008) e postado no sitio Portal do handebol. O esporte teve seu início em meados dos anos 70 pelos dinamarqueses que pensavam na promoção do handebol, e baseavam-se na modalidade, porém o mini handebol ficou mais atrativo divertido e lúdico, assim ganhando um maior interesse entre as crianças.

Foi em 1976 que houve sua primeira amostra, quando uma TV dinamarquesa transmitiu, no intervalo de um jogo internacional masculino, o jogo do mini-handebol. Pensando no futuro, esse jogo que também serviria de iniciação ao esporte foi crescendo em toda a Europa.

No Brasil, através da CBHb, é realizado um projeto social do mini-handebol, que vai além da promoção do esporte. O objetivo do Projeto é oferecer uma formação esportiva de crianças de 6 a 12 anos. Os alunos atendidos pelo projeto aprendem a modalidade sem o rigor de uma iniciação esportiva, no sentido de que no mini-handebol prevalece nas brincadeiras

lúdicas como forma de ensino aprendizagem. Assim o aluno aprende a jogar brincando, desenvolvendo melhor suas capacidades e habilidades motoras, como: coordenação, equilíbrio, agilidade, força, resistência, mudança de direção, etc.

Características do Mini Handebol

De acordo com Calvo e Lopez (2013), o mini handebol sendo um jogo adaptado para crianças, possui suas medidas bem diferentes da quadra oficial, tendo a mesma 40m de comprimento por 20m de largura. Seria possível fazer duas quadras de mini-handebol, já que suas medidas em geral são de 20m de comprimento por 13 de largura, em lugares que permitam a progressão com a bola, quadra, campo, areia.

O tempo do jogo é de 28 minutos, sendo dois tempos de 14 minutos. Cada tempo é dividido em dois períodos de 7 minutos, tendo dois minutos de intervalo entre os dois períodos. No primeiro e segundo tempo o intervalo é de cinco minutos. Sendo obrigatória a participação de todos os inscritos durante no mínimo um período de 7 minutos, podendo haver a variação do goleiro, por qualquer membro da equipe. Sendo necessária apenas a mudança do uniforme, que deve ser diferente dos demais jogadores. As equipes do mini handebol podem ser mistas (de meninos e meninas), mais uma adaptação a seu favor, pois isso garante a inclusão em suas aulas. (CALVO; LOPEZ, 2013)

A bola deve ser pequena, leve, e permita ser segurada com uma só das mãos. Com uma circunferência de 44 cm a 48 cm, a bola deve ser macia para que não coloque em risco a integridade física das crianças.

Os fundamentos no mini-handebol são os mesmos do jogo convencional. O que diferencia, é a forma com que eles são ensinados, sem o dever de ter que executar os movimentos básicos do handebol com perfeição, como o que acontece em iniciação, no mini handebol a cobrança por desempenho e resultados não se aplica .

Para Calvo e Lopez (2013), as aulas são diferenciadas para as crianças que praticam o mini-handebol, pois os fundamentos são passados através de brincadeiras diversas com a bola, exercícios de coordenação, assim como

atividades que possam promover o desenvolvimento das habilidades motoras básicas que compõem a modalidade (passar, pegar, driblar, arremessar, bloquear, mudar de direção, etc). São alguns fundamentos que são passados para a criança de forma diferenciada, mas que lhe permite o aprendizado necessário, para aprender a dinâmica do jogo tanto no sistema de ataque e defesa.

DISCUSSÃO:

O presente estudo, através desta revisão bibliográfica, tenta demonstrar como o handebol pode facilitar, através de seus fundamentos e adaptações ao esporte como o mini handebol, o desenvolvimento motor infantil, e aprimorar as habilidades. Apesar de ser um esporte muito praticado no âmbito escolar, não há muitos estudos sobre a modalidade, pensando nisso procuramos obter mais informações sobre o mesmo, e também sobre o desenvolvimento motor com o intuito de avaliar essa tese.

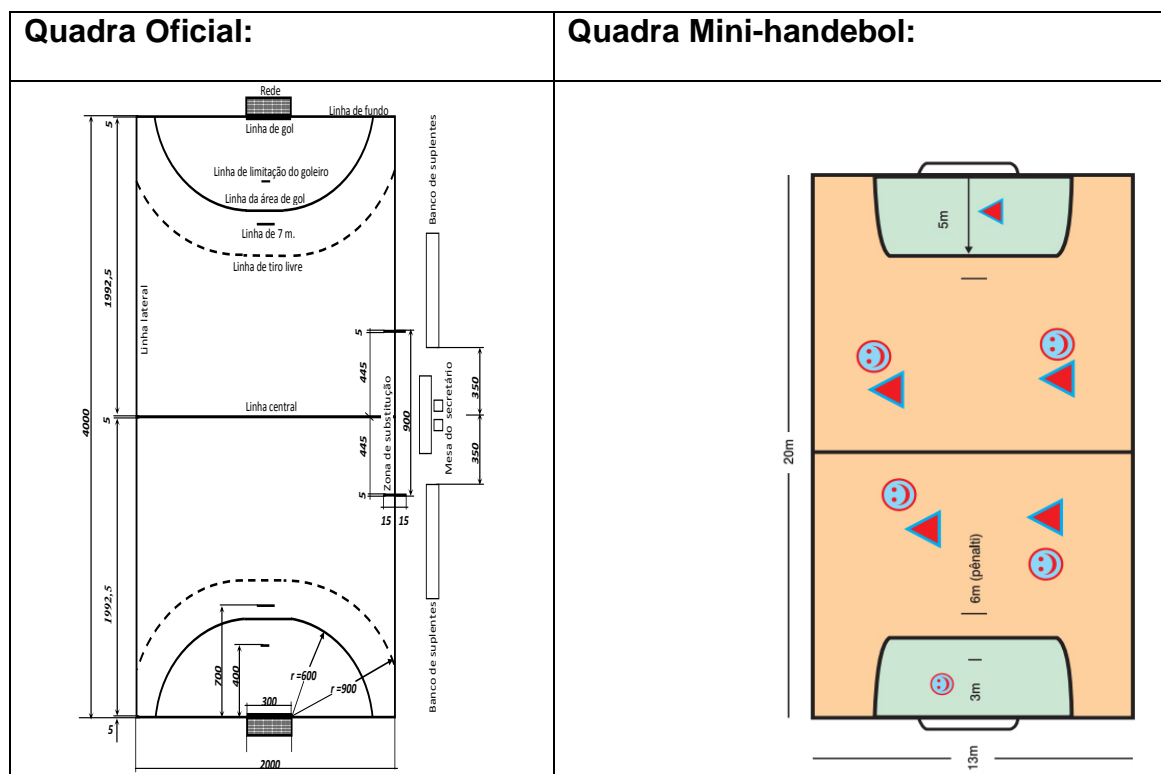
Por volta dos 7 anos à criança está em seu estado potencial. É nessa fase de movimentos especializados que entra em transição nesse processo de aprendizagem, tendo todo seu potencial aumentado para aprimorar suas habilidades motoras que foram adquiridas em outras fases. Através desse processo o handebol é um dos poucos esportes coletivos que tem essa preocupação. A formação desses movimentos nessa fase, fez com que o esporte fosse adaptado para esse processo de aprendizagem.

Segundo Tenroller (2008), o handebol dentre as modalidades coletivas é uma das mais interessantes no sentido de ensino aprendizagem, agregado ao seu ensino alguns dos movimentos naturais do ser humano como o correr, saltar e arremessar. O handebol ainda nesse processo de desenvolvimento acrescentaria alguns de seus fundamentos como o drible, recepção e progressão.

Nesse processo de desenvolvimento infantil o professor tem a tarefa de analisar o potencial de cada aluno. No estágio de transição a criança deve aperfeiçoar essas habilidades, mas sem o rigor das regras impostas, cobranças por resultados e performance perfeita, ao contrário de outras modalidades coletivas como por exemplo, no basquete, que tem sim suas adaptações para

crianças, mas não de forma tão completa e reconhecida pela sua respectiva federação, como no caso do mini handebol. A seguir apresentaremos algumas diferenças entre o handebol tradicional e sua versão adaptada.

Figura 03(Quadras Oficiais):



Fonte: CBhb (Confederação Brasileira de Handebol)

Tentando reverter esse quadro os professores e amantes do handebol, com o intuito de manifestar o esporte também para esse público infantil, criaram o mini-handebol, que como podemos ver na figura das quadras é reduzido quase que pela metade para comportar esse público diferenciado. Uma quadra oficial mede 40 mt de comprimento por 20 mt de largura. Já a versão mini mede 20 metros de comprimento por 13 metros de largura. Dessa forma, como é apresentado na imagem a cima, seria possível fazer duas quadras de mini handebol no espaço de uma quadra oficial, facilitando bastante o deslocamento e a visão de jogo das crianças.

Muito praticado na Europa, e agora ganhando mais adeptos no Brasil, o mini-handebol é uma versão completamente adaptada para crianças nas faixas etárias de 6 a 12 anos de idade (já que a partir dessa idade, dos 12 anos

começam a dividir as categorias do handebol). Nesta versão mini o handebol trás consigo uma nova metodologia de ensino para a sua prática, usada também como apresentação do esporte. (ver figura 04):

Figura 04:
Tabela comparativa da adaptação das regras do Handebol oficial e o mini Handebol

Modificações por:	Regra oficial	Regra do mini-handebol
Idade	Todas	6 a 12 anos
Dimensões da quadra (mt)	40 x 20	20 x 13
Balizas (mt)	3,0 x 2,0	2,40 x 1,60
Área de demarcação do gol (mt)	6 metros	5 metros
Linha de demarcação do tiro de 7 metros(pênalti)	7 metros	6 metros
Duração da partida	2 tempos de 30 min	4 tempos de 7 min
Números de jogadores em quadra	7	5
Circunferência da bola (cm)	Masculina: 58 a 60 Feminina: 54 a 56	Masculina: 48 Feminina: 44

Fonte: adaptação as regras CBhb (Confederação Brasileira de Handebol)

De acordo com a figura 04 podemos ver a diferença entre as duas versões da modalidade. Tendo em vista outras versões de mini esportes o mini handebol é uma das mais completas, pois compreende todas as adaptações para facilitar seu ensino desde a quadra com seu tamanho reduzido e suas marcações de espaço, até as categorias, duração de partida, número de jogadores, tamanho dos gols (balizas), e adaptação a bola.

Mesmo sendo uma das modalidades coletivas mais rápidas, o handebol exige muito de seus atletas capacidades físicas e emocionais tais como: velocidade, força, resistência, espírito de liderança, controle emocional, socialização, coletividade. Essas características que são encontradas na modalidade, já não possuem a mesma ênfase no mini handebol que sem o rigor e cobrança por resultados, mostra a sua prática de uma forma lúdica e recreativa, na qual a criança possa ter prazer e ao mesmo tempo ter uma melhora significativa de suas habilidades motoras.

Assim o desenvolvimento motor tem como um aliado o handebol, que contribui de forma significativa na aquisição das dessas habilidades, a locomoção, manipulação e estabilidade, são movimentos fundamentais do ser humano, que podem ser aperfeiçoados através dos fundamentos desse esporte.

Tabela de Análise dos Fundamentos do Handebol, Movimentos fundamentais e Habilidades motoras.

Fundamentos do handebol	Movimentos fundamentais	Habilidades motoras especializadas
<ul style="list-style-type: none"> . Passe . Recepção . Arremesso . Empunhadura . Drible 	<p>Manipulação</p> <ul style="list-style-type: none"> . Arremesso . Recepção . Passe 	<ul style="list-style-type: none"> -Passe acima do ombro; -Passe em pronação; -Passe por trás da cabeça; -Passe por trás do corpo; -Passe para trás; -Passe quicado; - Segurar a bola, analisar o tempo e com precisão agarra –la, por cima ou por baixo; -Arremesso em suspensão; -Arremesso com apoio; -Arremesso com queda; -Arremesso com rolamento; -Segurar a bola com uma das mãos sem deixar que a mesma escape, podendo dar seqüência a outros fundamentos com mais precisão;
<ul style="list-style-type: none"> . Arremesso . Progressão . Ritmo trifásico . Drible 	<p>Locomoção</p> <ul style="list-style-type: none"> . Corrida . Saltos e grandes saltos . Saltos verticais . Elevação dos joelhos 	<ul style="list-style-type: none"> - Arremessos; -Deslocamentos em quadra com ou sem a bola; -Posicionamentos; -Corrida para frente; -Corrida de costas; -Corrida lateral;
<ul style="list-style-type: none"> .Finta 	<p>Estabilidade</p> <ul style="list-style-type: none"> . Movimentos axiais . Equilíbrio dinâmico . Equilíbrio estático 	<ul style="list-style-type: none"> -Mudança rápida de direção para ludibriar a marcação; -Marcação; Bloqueio; Se manter em suas posições;Empurrar; (estes não fazem parte dos fundamentos específicos porém são habilidades que são treinadas nos sistemas de ataque e defesa do esporte)

Fonte: adaptação GALLAHUE e OZMUN 2005.

O desenvolvimento das habilidades é inerente do esporte isso é fato. Mas o que podemos constatar é que dentre as modalidades esportivas, aplicadas às crianças em processo de maturação de suas habilidades motoras, o handebol sai na frente em relação as outra. Tudo isso porque o esporte além de fazer parte dos estímulos necessários para um bom desenvolvimento, seus fundamentos ainda auxiliam nesse processo de aprendizagem. Na tabela acima, todos os seus fundamentos se encaixam nesta socialização, no processo de aprendizagem e o handebol e as habilidades motoras, que são caracterizadas pelos movimentos fundamentais do ser humano.

A manipulação é uma das habilidades mais atenuadas nesse esporte contando com ela a todo o momento nos movimentos fundamentais, arremesso, recepção, passe e drible (quicar a bola ao solo, com ou sem deslocamento) é exatamente os fundamentos que dão sentido a modalidade do handebol.

O manejo de bola, inerente aos fundamentos, é bastante treinado no handebol. Além de se equiparar aos movimentos naturais os movimentos relativos ao manejo de bola são: atirar, agarrar, parar, empurrar, ou bater a bola usando as mãos, esses movimentos estão no cotidiano da criança, sendo mais uma característica que favorece o esporte. A empunhadura (segurar a bola com uma das mãos, exercendo uma pressão sobre ela) exige muito treino, mas como foi mencionado no decorrer deste trabalho, esse é um dos fundamentos que serão aplicados nas aulas aplicadas referente a modalidade.

A locomoção “refere-se a localização do corpo com relação a pontos fixos do solo” (Gallahue e Ozmun, 2005, p. 506). Usada no correr, com ou sem a bola, em saltos verticais, horizontais, grandes ou curtos, elevação de joelho, a locomoção está presente a todo o momento nas brincadeiras das crianças, esses movimentos são muito utilizados em relação aos fundamentos de arremessos em geral pois todos os tipos, se utilizam da locomoção, arremesso com queda, arremesso de apoio, arremesso com salto, e também em outros fundamentos como o drible para deslocamento em quadra.

Na estabilidade são encontrados movimentos axiais, flexionar as pernas, rotação, elevação, empurrar, queda e rolamentos.

A estabilidade refere-se à habilidade de manter o equilíbrio em relação à força da gravidade, mesmo que a natureza da aplicação da força possa ser alterada ou que partes do corpo possam ser colocadas em posições pouco comuns. (GALLAHUE; OZMUN, 2005, p.506)

Movimentos estabilizadores são encontrados na marcação e também em alguns arremessos com rolamento. Equilíbrio estático e dinâmico usado e na marcação, pois o handebol possibilita o contato físico com o outro. Portanto as relações com o meio externo (ambiente) são mais amplas nessa modalidade, bloqueios, compensação para mudança rápida de direção, desviar-se do adversário, essas habilidades citadas servem como suporte para tipos de

defesa, marcação e progressão essas ações podem ser individuais ou coletivas.

Concluindo a análise dos documentos pesquisados, e após discussão debatendo e comparando os resultados obtidos, fica evidente a ligação presente entre a prática do handebol por crianças, especialmente no mini-handebol, com a facilidade que o mesmo adquire para a obtenção e aperfeiçoamento do desenvolvimento motor.

CONCLUSÃO

Através deste estudo fica a evidência de como as atividades esportivas podem ser usadas como instrumentos pedagógicos, para um bom desenvolvimento motor, aperfeiçoamento das habilidades e aquisição mais aprimoradas de movimentos fundamentais na infância, destacando com êxito o fato do handebol possuir todos os requisitos necessários para essa prática.

Após a descrição dessa modalidade tão rica em seus fundamentos, e de como as abordagens são feitas no processo de aprendizagem (para condicionar o aluno para um bom desenvolvimento motor) pode-se observar através deste estudo que o handebol é um facilitador do desenvolvimento motor, pois suas adaptações e forma de ensino são adequadas às necessidades das crianças no processo de formação e desenvolvimento. Entretanto, testes de avaliação de nível motor deverão ser aplicados em estudos futuros para legitimar o que foi abordado no presente estudo.

REFERÊNCIAS

ABREU, Diego Melo De. **Princípios do desenvolvimento de atividades e jogos adequados para crianças de 06 a 10 anos no Mini-Handebol**. 2008. 15 f. Originalmente apresentada como Trabalho de Conclusão de Curso, Centro Universitário Filadélfia, 2008.

CALVO, José Luis Gomes; LOPEZ, Francisco Javier. **Manual do MINIHAND**. Tradução de Alexandre Cerqueira Pereira: Confederação Brasileira de Handebol, 2013. Disponível em: <http://www.brasilhandebol.com.br/noticias_detalhesEspecial.asp?id=28950&contexto=>>. Acesso em: 9 set. 2013.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HANDEBOL (CBHb). Disponível em: <<http://www.brasilhandebol.com.br/index.asp>>. Acesso em: 29 out. 2013.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2007.

GRECO, Pablo Juan; ROMERO, Juan J. Fernández. **Manual de handebol: da iniciação ao alto nível**. São Paulo: Phorte, 2012.

HAYWOOD, Kathleen M.; GETCHELL, Nancy. **Desenvolvimento motor ao longo da vida**. 5. ed. – Porto Alegre: Artmed, 2010.

ROSE JUNIOR, Dante De. **Modalidades esportivas coletivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

SCHIMIDT, Richard A.; WRISBERG, Craig A. **Aprendizagem e performance motora**. 4 ed. Porto Alegre : Artmed, 2010.

TENROLLER, Carlos Alberto. **Handebol: teoria e prática**. Rio de Janeiro: 3 edição: Sprint, 2008.