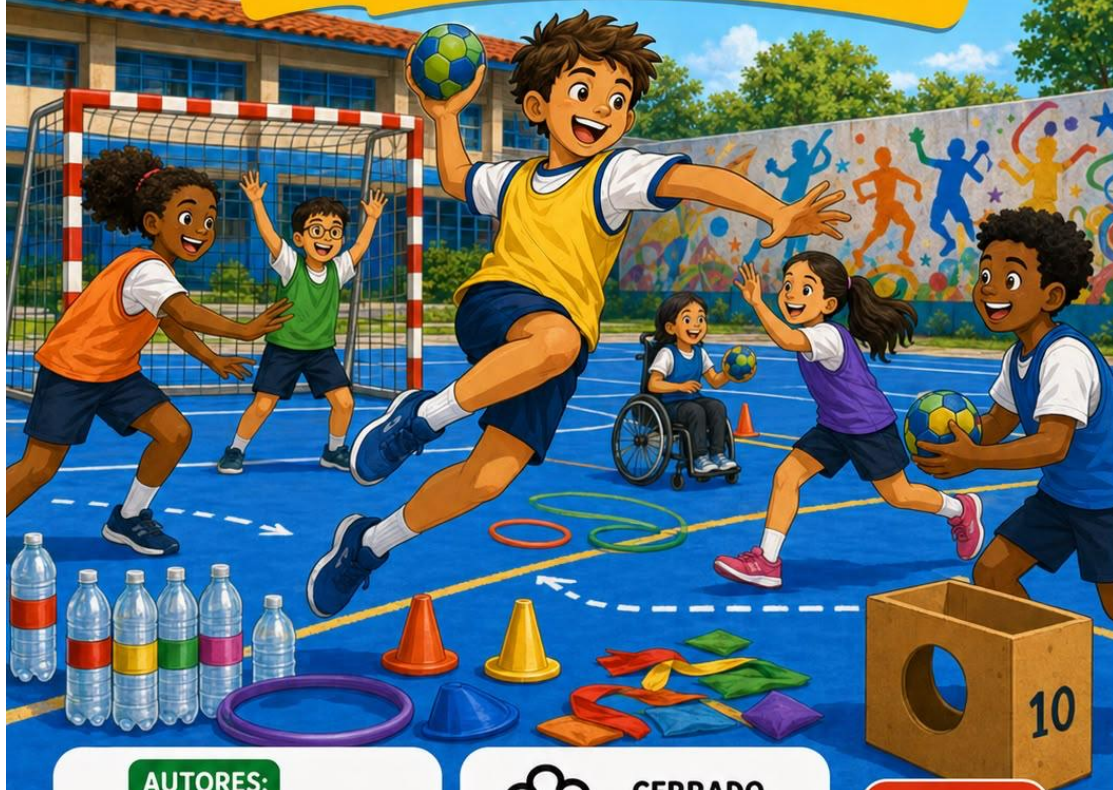


HANDEBOL BRINCANTE

Jogos, brincadeiras e materiais alternativos
para o ensino do handebol
no Ensino Fundamental II



AUTORES:

- ★ Gilmar de Matos Souza de Jesus
- ★ Sergio Capurro da Silva dos Santos
- ★ Vitor Antonio Cerignoni Coelho



**CERRADO
ENCANTADO**

*A primeira editora
de livros infantis
do Tocantins*

**ANO:
2026**

FICHA CATALOGRÁFICA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Jesus, Gilmar de Matos Souza de
Handebol brincante, jogos brincadeiras e materiais
alternativos para o ensino do handebol no ensino
fundamental II [livro eletrônico] / Gilmar de Matos
Souza de Jesus, Sergio Capurro da Silva dos Santos,
Vitor Antonio Cerignoni Coelho. -- Palmas, TO :
Editora Cerrado Encantado, 2026.

PDF

ISBN 978-65-02-19098-2

1. Educação - Finalidades e objetivos 2. Ensino
fundamental 3. Handebol I. Santos, Sergio Capurro
da Silva dos. II. Coelho, Vitor Antonio Cerignoni.
III. Título.

26-372035.0

CDD-796.31

Índices para catálogo sistemático:

1. Handebol : Esporte 796.31

Maria Alice Ferreira - Bibliotecária - CRB-8/7964

SUMÁRIO

Apresentação

Como Esta Cartilha Foi Construída

Por Que Ensinar Handebol Brincando?

Conexões com a BNCC

BLOCO 1 — Conhecendo a Bola e o Jogo

BLOCO 2 — Compreendendo o Jogo

BLOCO 3 — Finalização, Defesa e Cooperação

Festival Handebol Brincante

Avaliação Formativa

Diário de Campo do Professor

Autoavaliação dos Estudantes

Considerações Finais

Sobre o Autor

Referências

APRESENTAÇÃO

O handebol é uma das modalidades esportivas mais presentes no contexto escolar brasileiro. Sua dinâmica favorece a participação dos estudantes, o desenvolvimento da cooperação, a tomada de decisão e a compreensão de princípios táticos que podem ser explorados em diferentes faixas etárias.

Entretanto, ensinar handebol na escola pública nem sempre é uma tarefa simples. Muitos professores enfrentam desafios relacionados à ausência de espaços adequados, à escassez de materiais e às limitações estruturais presentes em diferentes realidades educacionais.

Foi a partir dessa experiência concreta que surgiu a proposta desta cartilha. O Handebol Brincante foi construído com o objetivo de oferecer possibilidades pedagógicas acessíveis, criativas e significativas para o ensino do handebol.

Mais do que ensinar fundamentos técnicos, esta cartilha busca contribuir para a formação integral dos estudantes, promovendo experiências que favoreçam a autonomia, a cooperação, o respeito às diferenças e a valorização da cultura corporal do movimento.



APRESENTAÇÃO

ESTA CARTILHA FOI CRIADA PARA APOIAR PROFESSORES E ESTUDANTES A **ENSINAR E APRENDER HANDEBOL** DE FORMA LÚDICA, INCLUSIVA E SIGNIFICATIVA.

Aqui você encontrará atividades, jogos e propostas que transformam o handebol em uma experiência educativa completa e envolvente.

O QUE ESTA CARTILHA OFERECE?

- ATIVIDADES PRÁTICAS**
Jogos, brincadeiras e desafios com materiais alternativos para todas as realidades escolares.
- APRENDIZAGEM SIGNIFICATIVA**
Propostas que desenvolvem habilidades, valores e atitudes de forma integrada.
- FLEXIBILIDADE E CRIATIVIDADE**
Sugestões adaptáveis a diferentes espaços, turmas e níveis de ensino.
- INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO**
Estratégias para garantir que todos os estudantes participem e se sintam parte.
- CONEXÃO COM A BNCC**
Atividades alinhadas às competências gerais e específicas da Educação Básica.

PARA QUEM É ESTA CARTILHA?

Para professores de Educação Física, estudantes, gestores e todos aqueles que acreditam que o esporte educa, transforma e aproxima!

VOCÊ SABIA?
Ensinar brincando desperta o interesse, fortalece vínculos, estimula a criatividade e torna o aprendizado mais prazeroso e duradouro para todos!

VALORES QUE GUIAM NOSSO TRABALHO

- RESPEITO
- COOPERAÇÃO
- EMPATIA
- ALEGRIA
- AUTONOMIA
- DIÁLOGO

VAMOS JUNTOS FAZER DO HANDEBOL UMA FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO, DIVERSÃO E TRANSFORMAÇÃO!

CONVERSA DE PROFESSOR
Quando planejamos com intencionalidade e acolhemos a ludicidade, o handebol se torna muito mais do que um jogo: torna-se uma ponte para o desenvolvimento integral dos nossos estudantes.

Conversa de Professor: Nem sempre precisamos de uma quadra oficial para ensinar handebol. Precisamos de boas experiências de aprendizagem.

COMO ESTA CARTILHA FOI CONSTRUÍDA

Esta cartilha nasceu da prática pedagógica desenvolvida em escolas públicas e das reflexões produzidas ao longo da formação continuada do autor no Programa de Mestrado Profissional em Educação Física Escolar (PROEF).

Ao longo dos anos, tornou-se evidente que muitos professores compartilham desafios semelhantes: turmas numerosas, espaços reduzidos, falta de materiais esportivos e condições estruturais limitadas.

As propostas foram construídas a partir dos princípios da Pedagogia do Esporte, da aprendizagem baseada em jogos e da compreensão de que o ensino do handebol deve priorizar a participação, a compreensão do jogo e a resolução de problemas.

Por esse motivo, as atividades desta cartilha foram organizadas em eixos progressivos que permitem aos estudantes avançar gradativamente da familiarização com a bola até situações mais complexas relacionadas à tomada de decisão, à cooperação e à organização coletiva.

COMO ESTA CARTILHA FOI CONSTRUÍDA

Esta cartilha nasceu da experiência profissional do autor com o ensino do handebol escolar desde 2006 e das reflexões desenvolvidas no Programa de Mestrado Profissional em Educação Física Escolar (PROEF/UFT).

As atividades foram organizadas para apoiar professores que atuam em diferentes realidades escolares, valorizando a participação, a cooperação e a compreensão do jogo.

O material foi pensado especialmente para a realidade da escola pública brasileira, considerando desafios frequentes como espaços reduzidos, poucos materiais e turmas numerosas.



ETAPAS DA CONSTRUÇÃO

1 OBSERVAÇÃO E EXPERIÊNCIA	2 ESTUDO E FUNDAMENTAÇÃO	3 PLANEJAMENTO DAS ATIVIDADES	4 VALIDAÇÃO E APRIMORAMENTO	5 ORGANIZAÇÃO DA CARTILHA
				
Observação da prática em diferentes escolas e contextos, identificando desafios, possibilidades e necessidades reais.	Levantamento de referências teóricas e documentos curriculares para sustentar as propostas.	Criação de jogos, brincadeiras e desafios alinhados aos princípios do handebol brincante e aos objetivos de aprendizagem.	Testes das atividades com estudantes e professores, recebendo sugestões e ajustando para melhorar a aplicação.	Seleção, organização e revisão do conteúdo com linguagem clara, acessível e prática para o dia a dia escolar.

VOCÊ SABIA?

Esta cartilha foi construída com base em uma prática colaborativa, escuta ativa e compromisso com uma Educação Física escolar inclusiva, significativa e transformadora.

PRINCÍPIOS QUE GUIARAM ESTA CARTILHA

 Estudante no centro do processo de aprendizagem.	 Cooperação e respeito com valores essenciais.	 Aprendizagem com significado e propósito.	 Acessibilidade e realidade da escola pública valorizadas.	 Inclusão, participação e autonomia para todos.
---	--	--	--	---

O QUE VOCÊ ENCONTRARÁ AQUI

Jogos, brincadeiras e desafios  Atividades lúdicas que desenvolvem habilidades e compreensão do jogo.	Materiais alternativos  Sugestões criativas e acessíveis para superar limitações de recursos.	Organização didática  Propostas para aulas e eventos escolares com intencionalidade pedagógica.	Conexões com a BNCC  Alinhamento com as competências gerais e específicas da Educação Básica.	Reflexões e inspirações  Ideias e reflexões para transformar a prática e inspirar novas experiências.
---	--	---	---	---

CONSTRUÍDA COM EXPERIÊNCIA, ESTUDO E PAIXÃO PELO ENSINO DO HANDEBOL!



Que esta cartilha seja uma parceira no seu dia a dia e contribua para aulas mais significativas, divertidas e transformadoras!



INTRODUÇÃO

A Educação Física Escolar possibilita aos estudantes conhecer, experimentar e compreender diferentes manifestações da cultura corporal, como jogos, esportes, danças, lutas e ginásticas. Nesse contexto, o esporte pode ser tratado para além da repetição de movimentos técnicos, envolvendo também regras, estratégias, relações sociais, cooperação e tomada de decisão. De acordo com o Coletivo de Autores (2012), o ensino da cultura corporal deve favorecer a participação e a reflexão dos estudantes, permitindo que atribuam significado às experiências vivenciadas nas aulas.

O handebol apresenta diversas possibilidades para esse trabalho. Por ser um esporte coletivo de invasão, exige que os participantes observem os espaços, comuniquem-se com os colegas, busquem formas de avançar, protejam a própria meta e façam escolhas durante o jogo. Darido (2003) destaca que o ensino da Educação Física deve articular as dimensões procedimental, conceitual e atitudinal dos conteúdos. Dessa forma, aprender handebol não significa apenas passar, receber ou arremessar a bola, mas também compreender regras e estratégias, conviver com os colegas e participar da construção coletiva do jogo.

Na Pedagogia do Esporte, o jogo é compreendido como um importante ambiente de aprendizagem. Greco e Benda (1998) defendem experiências diversificadas na iniciação esportiva, respeitando as características e as possibilidades dos praticantes. Reverdito e Scaglia (2009), por sua vez, destacam que os jogos esportivos coletivos favorecem a resolução de problemas, a criatividade e a tomada de decisão. Na mesma direção, João Batista Freire (2012) valoriza experiências lúdicas e significativas, capazes de ampliar as possibilidades de movimento, expressão e participação dos estudantes.

Essa perspectiva também dialoga com a Base Nacional Comum Curricular, que apresenta os esportes de invasão como objeto de conhecimento da Educação Física e orienta que os estudantes experimentem essas práticas, compreendam seus elementos e construam estratégias individuais e coletivas para enfrentar os desafios do jogo (BRASIL, 2018). Entretanto, a realidade das escolas públicas nem sempre oferece quadras adequadas ou materiais em quantidade suficiente. Diante disso, adaptar espaços, regras e equipamentos constitui uma possibilidade pedagógica importante para ampliar o acesso e a participação nas aulas.

Com base nesses princípios, a cartilha *Handebol Brincante* apresenta jogos, brincadeiras e atividades progressivas que podem ser desenvolvidos com bolas de meia ou de borracha, cones, garrafas PET, caixas, bambolês e outros recursos acessíveis. A proposta valoriza o diálogo, a autonomia e a participação ativa dos estudantes, em consonância com a concepção educativa defendida por Paulo Freire (2021). Mais do que formar jogadores, busca-se criar oportunidades para que todos possam brincar, compreender o jogo, cooperar e aprender juntos.

POR QUE ENSINAR HANDEBOL BRINCANDO?

Durante muito tempo, o ensino dos esportes esteve associado à repetição de fundamentos técnicos de forma isolada. Embora esses elementos sejam importantes, eles não são suficientes para garantir a compreensão do jogo.

Os estudantes aprendem melhor quando participam de situações que exigem observação, análise, tomada de decisão e interação com os colegas. Ao brincar, jogar e enfrentar desafios, os estudantes desenvolvem não apenas habilidades motoras, mas também competências relacionadas à cooperação, à comunicação, ao respeito às regras e à resolução de problemas.

O handebol, por sua natureza dinâmica e coletiva, oferece inúmeras oportunidades para que os estudantes construam conhecimentos significativos por meio da participação ativa.

POR QUE ENSINAR HANDEBOL BRINCANDO?



Quando uma equipe procura um colega livre para receber um passe, muita coisa acontece ao mesmo tempo.

DESENVOLVE HABILIDADES MOTORAS
Melhora a coordenação, o equilíbrio, a agilidade, a força e a precisão de forma integrada e divertida.

ESTIMULA A TOMADA DE DECISÃO
O jogo exige pensar rápido, escolher a melhor ação e resolver situações-problema.

FORTALECE A COOPERAÇÃO
Ensina a importância de trabalhar em equipe, confiar nos colegas e dividir responsabilidades.

PROMOVE O PRAZER E A MOTIVAÇÃO
Aprender brincando torna as aulas mais significativas, alegres e envolventes para todos.

FORMA PARA A VIDA
Valoriza o respeito, a inclusão, a empatia, a autonomia e a cidadania dentro e fora da quadra.

CONVERSA DE PROFESSOR
Ensinar handebol brincando é acreditar que todos podem jogar, aprender e se desenvolver juntos, respeitando o ritmo e as diferenças de cada estudante.

O QUE OS ESTUDANTES APRENDEM ENQUANTO JOGAM?

 OBSERVAR Percebem o espaço, os colegas, os adversários e as possibilidades de jogo.	 DECIDIR Escolhem a melhor ação: passar, driblar, proteger a bola ou finalizar.	 AGIR Colocam em prática suas decisões e aprendem com os resultados.
---	--	---

BRINCAR, APRENDER E JOGAR JUNTO É O CAMINHO PARA FORMAR PESSOAS ATIVAS, CONFIANTES E SOLIDÁRIAS!



Por isso, nesta cartilha, o jogo aparece antes da técnica.

Primeiro compreendemos o jogo. Depois aperfeiçoamos as ações que fazem sentido dentro dele.

CONEXÕES COM A BNCC

As propostas desta cartilha dialogam diretamente com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), especialmente com as habilidades relacionadas aos esportes de invasão e às competências gerais da Educação Básica.

Ao participar das atividades, os estudantes são estimulados a:

- Exercitar a cooperação e o trabalho em equipe;
- Resolver problemas presentes nas situações de jogo;
- Desenvolver autonomia e protagonismo;
- Comunicar-se de forma respeitosa;
- Valorizar diferentes formas de participação;
- Reconhecer a cultura corporal do movimento como patrimônio cultural.

Além disso, as atividades favorecem a construção de experiências corporais significativas, contribuindo para a formação integral dos estudantes.

CONEXÕES COM A BNCC

As atividades desta cartilha dialogam com as habilidades relacionadas aos **esportes de invasão** presentes na Base Nacional Comum Curricular (BNCC).



VOCÊ SABIA?

A BNCC orienta que os estudantes vivenciem diferentes práticas corporais, compreendam seus significados e desenvolvam valores como **cooperação, respeito e autonomia**.

COMPETÊNCIAS GERAIS DA BNCC DESENVOLVIDAS

1 COOPERAÇÃO Aprender a trabalhar em equipe, colaborar e construir relações saudáveis para alcançar objetivos comuns.	2 CONHECIMENTO Compreender o handebol, suas regras, táticas e estratégias, ampliando o repertório cultural e esportivo.	3 AUTONOMIA Tomar decisões, resolver problemas e agir de forma responsável dentro e fora do jogo.	4 COMUNICAÇÃO Dialogar, escutar e se expressar com clareza durante as atividades e desafios propostos.	5 AUTOCONHECIMENTO Reconhecer suas habilidades, limites e emoções para evoluir de forma contínua.	6 RESPONSABILIDADE Respeitar regras, combinar ações e assumir compromissos com a equipe e com a aprendizagem.	7 PROTAGONISMO Participar ativamente, propor ideias, criar soluções e ser autor do próprio processo de aprendizagem.	8 CIDADANIA Valorizar a diversidade, incluir todos os colegas e agir com respeito, ética e solidariedade nas práticas.
---	---	---	--	---	---	--	--

HABILIDADES DA BNCC – ENSINO FUNDAMENTAL (ANOS FINAIS) RELACIONADAS AOS ESPORTES DE INVASÃO

- ✓ (EF67EF05) Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas.
- ✓ (EF67EF06) Discutir as transformações históricas dos esportes de invasão e valorar a importância do trabalho coletivo para o alcance de objetivos.
- ✓ (EF67EF07) Problematicar a prática de esportes de invasão, identificando preconceitos e estereótipos e propondo alternativas para superá-los, com base no respeito à diversidade.

O QUE OS ESTUDANTES DESENVOLVEM COM O HANDEBOL BRINCANDO?

 TRABALHO EM EQUIPE 	 PENSAMENTO ESTRATÉGICO 	 SUPERAÇÃO DE DESAFIOS 	 RESPEITO E EMPATIA 	 CONVIVÊNCIA E CIDADANIA 
--	--	---	--	---

O HANDEBOL VAI ALÉM DO JOGO: ELE EDUCA, TRANSFORMA E CONECTA! APRENDER JUNTOS É O NOSSO MAIOR GOL!

BLOCO 1 — CONHECENDO A BOLA E O JOGO

Atividades 1 a 5

Uma das principais preocupações dos professores de Educação Física está relacionada à disponibilidade de materiais para o desenvolvimento das aulas. A criatividade docente e o envolvimento dos estudantes podem transformar recursos simples em ferramentas valiosas para o ensino.

Materiais alternativos sugeridos:

- Garrafas PET para demarcação de espaços;
- Bolas confeccionadas com jornal, fita adesiva ou meias;
- Bamboles para criação de alvos;
- Caixas de papelão para desafios de precisão;
- Cordas para delimitação de áreas de jogo;
- Coletes confeccionados com TNT.

MATERIAIS ALTERNATIVOS

A criatividade e a participação dos alunos transformam materiais simples em grandes ferramentas para o ensino do handebol. Com recursos acessíveis e o envolvimento de todos, é possível criar atividades significativas, inclusivas e cheias de aprendizado.

Materiais alternativos sugeridos:

-  Garrafas PET para demarcação de espaços
-  Bolas confeccionadas com jornal, fita adesiva ou meias
-  Bamboles para criação de alvos
-  Caixas de papelão para desafios de precisão
-  Cordas para delimitação de áreas de jogo
-  Coletes confeccionados com TNT

VOCÊ SABIA?
Materiais do dia a dia podem virar excelentes ferramentas de ensino para o handebol!

RESPEITO
COOPERAÇÃO
PARTICIPAÇÃO
APRENDIZAGEM

MATERIAIS ALTERNATIVOS

CONVERSA DE PROFESSOR
Valorizar o que temos à nossa volta é ensinar muito mais do que o jogo: é formar alunos criativos, colaboradores e conscientes de que todos podem aprender e transformar realidades.



ATIVIDADE 1 — ROUBA BOLA

Proteja sua bola e tente roubar a dos colegas!

Objetivo: Desenvolver o controle da bola, a percepção espacial e a proteção da posse durante situações de jogo.

Materiais: Uma bola para cada estudante ou dupla; cones ou marcadores para delimitação do espaço.

Organização: Delimite uma área de jogo adequada ao número de participantes. Cada estudante inicia com uma bola.

Desenvolvimento

Ao sinal do professor, os estudantes deslocam-se livremente pelo espaço conduzindo suas bolas. Enquanto protegem a própria posse, os participantes procuram retirar a bola dos colegas sem utilizar empurrões ou contato físico inadequado. Quando um estudante perde sua bola, realiza uma tarefa previamente combinada e retorna imediatamente ao jogo.

ATIVIDADE 1



BLOCO 1 – DESCOBRINDO O HANDEBOL

ROUBA BOLA



OBJETIVO

Desenvolver noção espacial, agilidade e tentativa de recuperação da bola.



MATERIAIS

- 1 bola de handebol



ORGANIZAÇÃO

Alunos espalhados pelo espaço.



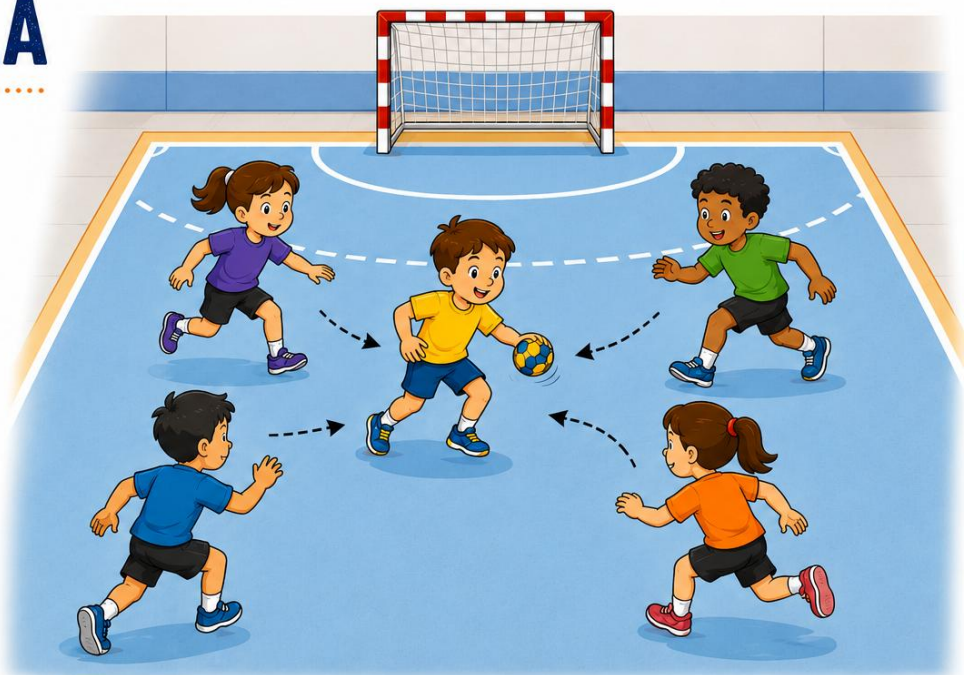
DESENVOLVIMENTO

Um aluno com a bola tenta se deslocar pelo espaço driblando os colegas. Os demais tentam tirá-la. Quem roubar a bola passa a ser o novo portador.



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Definir limites para o espaço.
- Combinar formas de locomoção (correr, saltar, andar rápido).



LEGENDA



Portador da bola



Colegas (defesa)



Deslocamento

ATIVIDADE 2 — CAÇADORES DE PASSE

Troque passes e não deixe o defensor interceptar!

Objetivo: Realizar passes com segurança e manter a posse da bola.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 4 atacantes com bola contra 1 defensor em espaço delimitado.

Desenvolvimento

Os atacantes trocam passes entre si. O defensor tenta interceptar a bola. Se conseguir, troca de lugar com o atacante que errou. A equipe deve manter a posse pelo maior número de passes consecutivos possível.

ATIVIDADE 2

CAÇADORES DE PASSE

Troque passes e não deixe o defensor interceptar!



OBJETIVO

Realizar passes com segurança e manter a posse da bola.



MATERIAIS

Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.



ORGANIZAÇÃO

4 atacantes com bola contra 1 defensor em espaço delimitado.



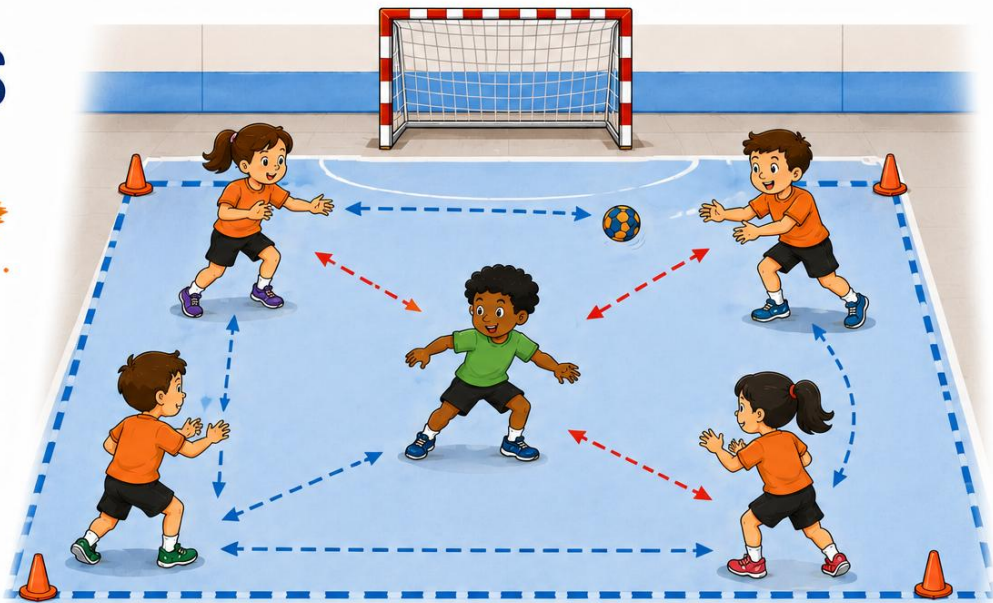
DESENVOLVIMENTO

Os atacantes trocam passes entre si. O defensor tenta interceptar a bola. Se conseguir, troca de lugar com o atacante que errou. A equipe deve manter a posse pelo maior número de passes consecutivos possível.



CONVERSA DE PROFESSOR

Quem se movimenta sem a bola ainda ajuda a equipe a chegar ao gol!



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Reduzir ou aumentar o espaço.
- Alterar o número de defensores (2 ou 3).
- Limitar o número de toques na bola.
- Contar pontos por número de passes consecutivos.



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Jogar com bola de diferentes tamanhos.
- Incluir dribles antes do passe.
- Definir zonas de segurança para os atacantes.

LEGENDA

---> Passe

---> Tentativa de interceptação

--- Espaço delimitado

Conversa de Professor: Quem se movimenta sem a bola ainda ajuda a equipe a chegar ao gol!

ATIVIDADE 3 — BOLA AO CAPITÃO

Passe para o capitão e marque ponto!

Objetivo: Conduzir a bola e realizar passes para o capitão.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 5 a 6 jogadores + 1 capitão em uma zona de pontuação.

Desenvolvimento

A equipe troca passes para levar a bola até uma zona denominada. Cada passe ao capitão vale 1 ponto; passe para a zona vale 2 pontos. Variações: mudar a posição do capitão, aumentar a distância do passe e limitar o tempo para marcar.

ATIVIDADE 3

BOLA AO CAPITÃO

Passe para o capitão e marque ponto!



OBJETIVO

Conduzir a bola e realizar passes para o capitão.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação



ORGANIZAÇÃO

5 a 6 jogadores + 1 capitão em uma zona de pontuação.



DESENVOLVIMENTO

A equipe troca passes para levar a bola até uma zona denominada. Cada passe ao capitão vale 1 ponto; passe para a zona vale 2 pontos.



CONVERSA DE PROFESSOR

Quem se movimenta sem a bola ainda ajuda a equipe a chegar ao gol!



BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Mudar a posição do capitão.
- Aumentar a distância do passe.
- Limitar o tempo para marcar.



DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule comunicação e movimentação.
- Valorize passes seguros e decisões rápidas.
- Adapte o tamanho do espaço conforme a turma.

LEGENDA

---> Passe

---> Passe para a zona (2 pontos)

● Zona do capitão (1 ponto)

■ Zona de pontuação (2 pontos)

ATIVIDADE 4 — DEZ PASSES

Conseguimos completar 10 passes?

Objetivo: Trocar passes para alcançar o número combinado.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 5 a 6 jogadores em um espaço delimitado.

Desenvolvimento

A equipe troca passes entre si tentando completar 10 passes sem que a bola caia. A contagem começa do zero se errar. Pode-se incluir um defensor, aumentar o número de passes ou limitar o tempo.

ATIVIDADE 4



BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

DEZ PASSES

Conseguimos completar 10 passes?



OBJETIVO

Trocar passes para alcançar o número combinado.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação



ORGANIZAÇÃO

5 a 6 jogadores em um espaço delimitado.



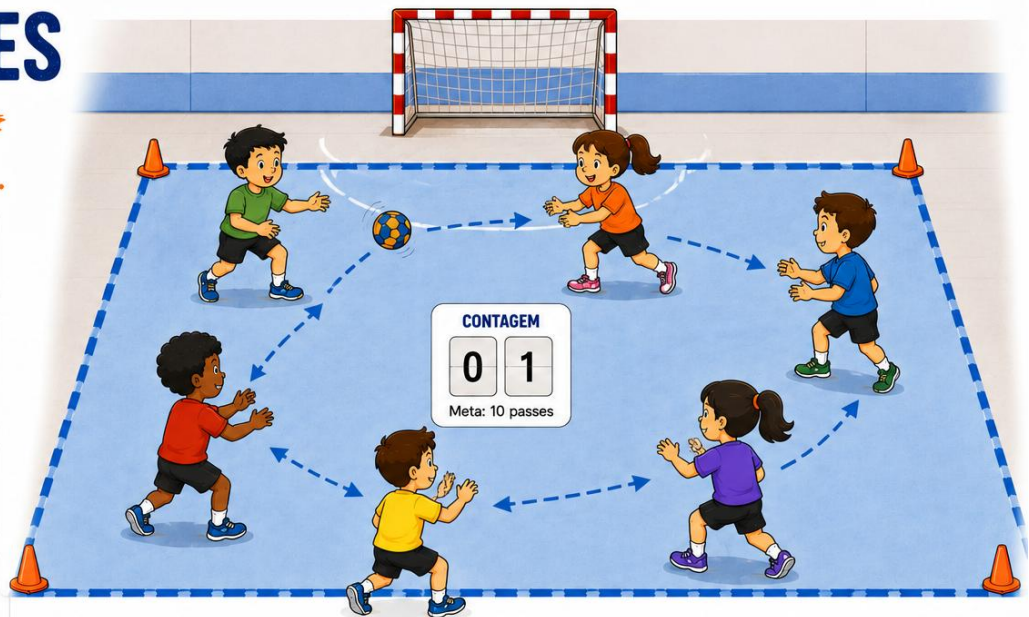
DESENVOLVIMENTO

A equipe troca passes entre si tentando completar 10 passes sem que a bola caia. A contagem começa do zero se errar. Pode-se incluir um defensor, aumentar o número de passes ou limitar o tempo.



CONVERSA DE PROFESSOR

As vitórias, o desafio e a posse da bola fazem os alunos se engajarem mais!



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Incluir um defensor para dificultar os passes.
- Aumentar o número de passes (15, 20...).
- Limitar o tempo para completar os 10 passes.
- Reduzir ou aumentar o espaço de jogo.



DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule a comunicação entre os jogadores.
- Valorize cada passe bem realizado.
- Proponha desafios progressivos.
- Adapte o número de jogadores conforme a turma.

LEGENDA



Passe



Espaço delimitado



Cone ou garrafa PET



Conversa de Professor: As vitórias, o desafio e a posse da bola fazem os alunos se engajarem mais!

ATIVIDADE 5 — CORREDORES LIVRES

Passa pelos corredores para levar a bola até o gol!

Objetivo: Usar os corredores laterais para avançar e finalizar ou passar.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: Equipes de 5 a 6 jogadores + goleiro (opcional). Corredores laterais livres.

Desenvolvimento

A bola deve ser conduzida pelos corredores laterais antes de finalizar ou passar para um colega no centro.

Variações: limitar o número de toques, exigir número mínimo de passes pelos corredores.

ATIVIDADE 5



BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

CORREDORES LIVRES

Passa pelos corredores para levar a bola até o gol!



OBJETIVO

Usar os corredores laterais para avançar e finalizar ou passar.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação



ORGANIZAÇÃO

Equipes de 5 a 6 jogadores + goleiro (opcional). Corredores laterais livres.



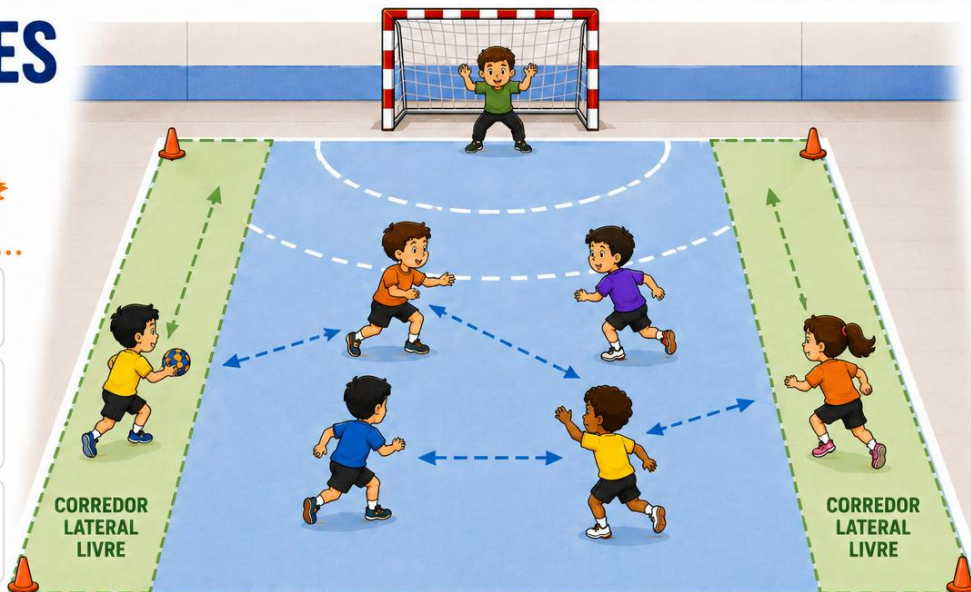
DESENVOLVIMENTO

A bola deve ser conduzida pelos corredores laterais antes de finalizar ou passar para um colega no centro.



CONVERSA DE PROFESSOR

Explique que o espaço lateral é o mais fácil de usar e ajuda a equipe a avançar!



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Limitar o número de toques na bola.
- Exigir número mínimo de passes pelos corredores.
- Alterar a largura dos corredores.
- Jogar com ou sem goleiro.



DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule o uso dos espaços laterais.
- Valorize passes rápidos e movimentação.
- Oriente a equipe a sempre procurar espaço.
- Adapte a atividade para o nível da turma.

LEGENDA



Passa



Condução / Avanço



Corredor lateral livre



Gol

Conversa de Professor: Explique que o espaço lateral é o mais fácil de usar e ajuda a equipe a avançar!

BLOCO 2 — COMPREENDENDO O JOGO

Atividades 6 a 10

ATIVIDADE 6 — INVADIR E VOLTAR

Transição rápida entre ataque e defesa.

Objetivo: Atacar o espaço e voltar rápido para defender.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 2 equipes com número equilibrado. Espaço delimitado com um gol em cada lado.

Como Acontece

A equipe em posse da bola tenta invadir o espaço e arremessar. Após o ataque, todos devem voltar rapidamente para defender o gol do outro lado.

ATIVIDADE 6

INVADIR E VOLTAR

Transição rápida entre ataque e defesa.

OBJETIVO
Atacar o espaço e voltar rápido para defender.

MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação.

ORGANIZAÇÃO
2 equipes com número equilibrado. Espaço delimitado com um gol em cada lado.

COMO ACONTECE
A equipe em posse da bola tenta invadir o espaço e arremessar. Após o ataque, todos devem voltar rapidamente para defender o gol do outro lado.

CONVERSA DE PROFESSOR
Voltar rápido é tão importante quanto atacar. Sem retorno, o time fica desorganizado e dá espaço para o adversário!

BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

ATAQUE / AVANÇO

VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Alterar o número de jogadores.
- Definir limite de tempo para finalizar.
- Exigir número mínimo de passes antes do arremesso.
- Reduzir ou aumentar o espaço.

DICAS PARA O PROFESSOR

- Reforce a importância da transição rápida.
- Oriente a equipe a manter comunicação.
- Valorize esforço e organização defensiva.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

- > Ataque / Avanço
- > Volta para defender
- Cone ou garrafa PET
- Gol

Conversa de Professor: Voltar rápido é tão importante quanto atacar. Sem retorno, o time fica desorganizado e dá espaço para o adversário!

ATIVIDADE 7 — MINI-HANDEBOL 3x3

Participação e diversão no jogo formal.

Objetivo: Vivenciar o jogo com menos jogadores, mais toques na bola e mais decisões.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 2 equipes com 3 jogadores cada. 1 gol em cada lado.

Como Acontece

Jogo 3x3. A equipe tenta passar a bola entre os colegas e finalizar no gol adversário. Após o gol ou saída de bola, o jogo recomeça.

ATIVIDADE 7



BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

MINI-HANDEBOL 3x3

Participação e diversão no jogo formal.



OBJETIVO

Vivenciar o jogo com menos jogadores, mais toques na bola e mais decisões.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação.



ORGANIZAÇÃO

2 equipes com 3 jogadores cada.
1 gol em cada lado.



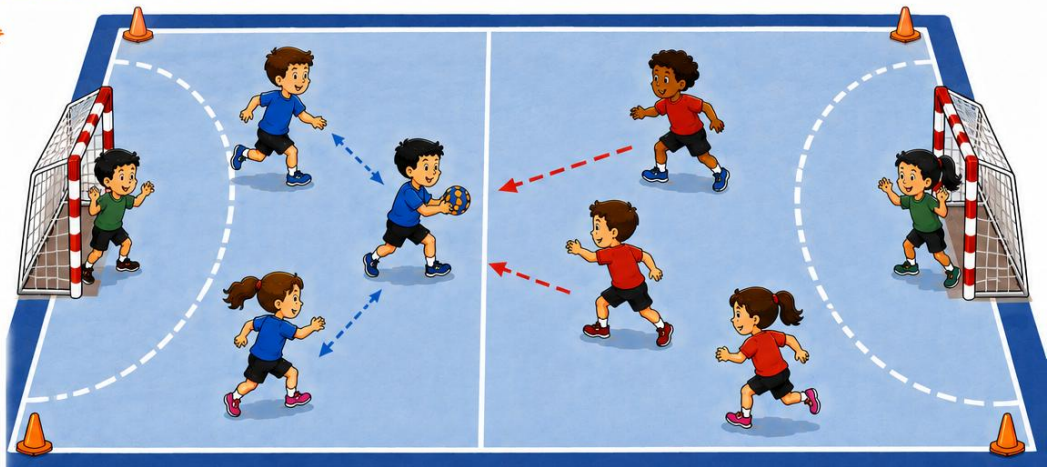
COMO ACONTECE

Jogo 3x3. A equipe tenta passar a bola entre os colegas e finalizar no gol adversário. Após o gol ou saída de bola, o jogo recomeça.



CONVERSA DE PROFESSOR

Dê espaço para todos tocarem na bola. Assim o jogo fica mais divertido e mais educativo!



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Limitar o número de toques na bola (ex.: máximo 3 toques).
- Exigir número mínimo de passes antes de finalizar (ex.: 3 passes).
- Mudar o tamanho do espaço.
- Inverter o papel dos jogadores (goleiro vira jogador e vice-versa).



DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule passes e movimentação constante.
- Oriente os alunos a observar espaços livres.
- Valorize a cooperação e o respeito.
- Intervenha com perguntas: "O que podemos fazer para criar espaço?" "Para quem posso passar agora?"
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA



Passes



Movimentação



Cone ou garrafa PET



Gol

Conversa de Professor: Dê espaço para todos tocarem na bola. Assim o jogo fica mais divertido e mais educativo!

ATIVIDADE 8 — GOL EM ZONAS

Precisão para fazer mais pontos!

Objetivo: Estimular a escolha do alvo e a precisão nos arremessos.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones; fitas para demarcação.

Organização: 2 equipes. Cada gol é dividido em 4 zonas com pontuação diferente.

Como Acontece

As equipes finalizam no gol adversário escolhendo as zonas. Zona 1 = 1 ponto · Zona 2 = 2 pontos · Zona 3 = 3 pontos · Zona 4 = 4 pontos. Vence a equipe que somar mais pontos.

ATIVIDADE 8

BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

GOL EM ZONAS

Precisão para fazer mais pontos!



OBJETIVO

Estimular a escolha do alvo e a precisão nos arremessos.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones
- Fitas para demarcação.



ORGANIZAÇÃO

2 equipes.
Cada gol é dividido em 4 zonas com pontuação diferente.



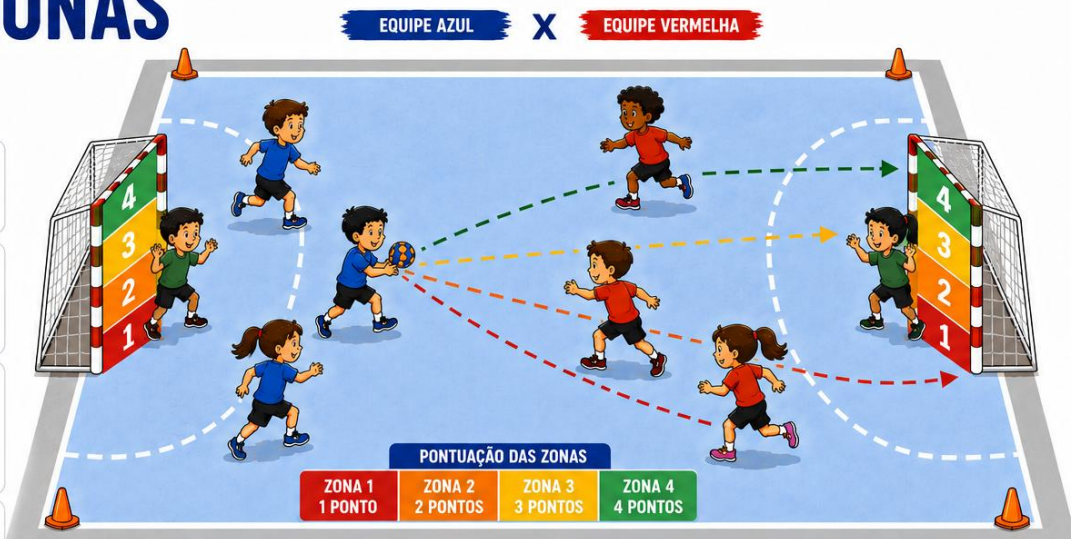
COMO ACONTECE

As equipes finalizam no gol adversário escolhendo as zonas.
Zona 1 = 1 ponto · Zona 2 = 2 pontos
Zona 3 = 3 pontos · Zona 4 = 4 pontos.
Vence a equipe que somar mais pontos.



CONVERSA DE PROFESSOR

Pense antes de finalizar!
Nem sempre a zona mais fácil vale mais pontos.



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Alterar a pontuação das zonas.
- Definir limite de tempo para finalizar.
- Exigir número mínimo de passes antes do arremesso.
- Permitir apenas arremessos após drible.



DICAS PARA O PROFESSOR

- Oriente os alunos a observar o gol e escolher o alvo.
- Estimule diferentes tipos de arremesso e ângulos.
- Valorize a tomada de decisão e não apenas o gol.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

---> Passe

---> Movimentação

Cone

Gol

Conversa de Professor: Pense antes de finalizar! Nem sempre a zona mais fácil vale mais pontos.

ATIVIDADE 9 — DERRUBA CONE

Alvos para treinar precisão e foco.

Objetivo: Desenvolver precisão no arremesso e cooperação.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET.

Organização: Espalhar cones no espaço. As equipes tentam derrubar os cones da outra.

Como Acontece

As equipes tentam derrubar os cones da equipe adversária com arremessos. Vence a equipe que derrubar mais cones.

ATIVIDADE 9

BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

DERRUBA CONE

Alvos para treinar
precisão e foco.



OBJETIVO

Desenvolver precisão no arremesso e cooperação.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET



ORGANIZAÇÃO

Espalhar cones no espaço. As equipes tentam derrubar os cones da outra.



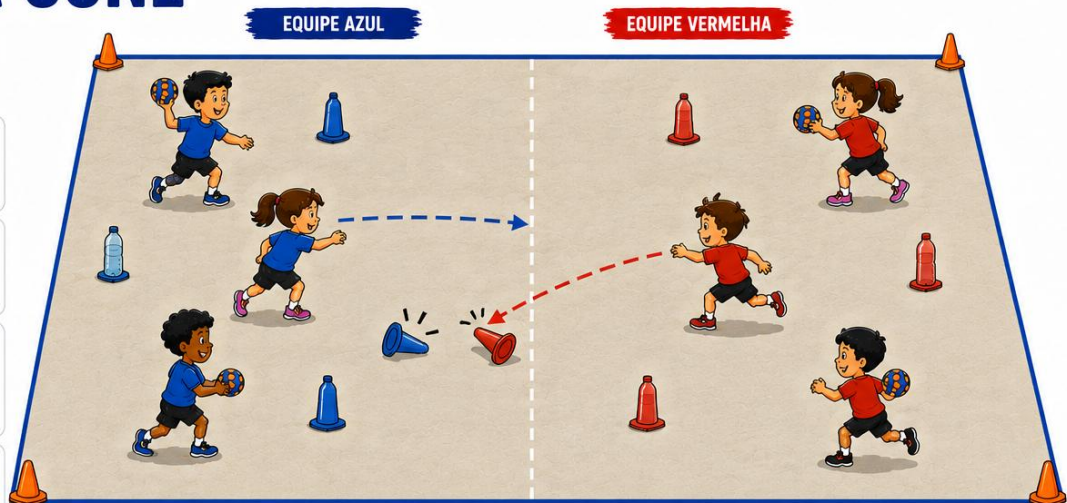
COMO ACONTECE

As equipes tentam derrubar os cones da equipe adversária com arremessos. Vence a equipe que derrubar mais cones.



CONVERSA DE PROFESSOR

Atividades com alvos costumam aumentar a motivação dos estudantes!



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Aumentar ou diminuir a distância dos arremessos.
- Definir limite de tempo para a partida.
- Limitar o número de bolas por equipe.
- Usar diferentes tipos de alvos (cones altos, baixos, garrafas PET, etc.).



DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule o foco e a concentração.
- Oriente os alunos a mirarem antes de arremessar.
- Valorize a cooperação e o respeito entre as equipes.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

---> Arremesso da equipe azul

---> Arremesso da equipe vermelha

Cone

Garrafa PET

Conversa de Professor: Atividades com alvos costumam aumentar a motivação dos estudantes!

ATIVIDADE 10 — ESCOLHA DO ALVO

Cada decisão pode mudar o resultado!

Objetivo: Tomar decisões rápidas e executar bem o arremesso para marcar mais pontos.

Materiais: Bola (meia ou borracha); alvos variados (cones, caixas, bambolês, gol); fitas para demarcação.

Organização: Distribuir alvos com diferentes pontuações pelo espaço. As equipes alternam os ataques.

Como Acontece

Os estudantes escolhem o alvo que desejam acertar. Cada alvo tem uma pontuação diferente. Vence a equipe que somar mais pontos.

ATIVIDADE 10

ESCOLHA DO ALVO

Cada decisão pode mudar o resultado!

OBJETIVO
Tomar decisões rápidas e executar bem o arremesso para marcar mais pontos.

MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Alvos variados (cones, caixas, bambolês, gol)
- Fitas para demarcação.

ORGANIZAÇÃO
Distribuir alvos com diferentes pontuações pelo espaço. As equipes alternam os ataques.

COMO ACONTECE
Os estudantes escolhem o alvo que desejam acertar. Cada alvo tem uma pontuação diferente. Vence a equipe que somar mais pontos.

CONVERSA DE PROFESSOR
Observar o jogo, escolher o alvo e executar bem o arremesso fazem parte do aprendizado!

BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

PONTUAÇÃO DOS ALVOS

CONE 1 PONTO	BAMBOLÊ 2 PONTOS	CAIXA 3 PONTOS	GOL 5 PONTOS
-----------------	---------------------	-------------------	-----------------

VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Alterar a pontuação dos alvos.
- Definir limite de tempo para cada ataque.
- Limitar o número de arremessos por jogador.
- Incluir mais alvos ou mudar suas posições.
- Usar diferentes tipos e tamanhos de alvos.

DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule a observação do espaço antes de decidir.
- Incentive a escolha de alvos mais difíceis para arriscar mais pontos.
- Valorize boas decisões, esforço e cooperação.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

---> Arremesso da equipe azul ---> Arremesso da equipe vermelha Cone Bambolê Caixa Gol

Conversa de Professor: Observar o jogo, escolher o alvo e executar bem o arremesso fazem parte do aprendizado!

EIXO 2: COMPREENDENDO O JOGO

Neste conjunto de atividades, os estudantes aprendem a perceber o jogo, tomar decisões e trabalhar juntos para alcançar objetivos comuns.

Competências: Percepção Espacial Tomada de
Decisão · Cooperação · Comunicação · Precisão · Transição

BLOCO 3 — FINALIZAÇÃO, DEFESA E COOPERAÇÃO

Atividades 11 a 15

ATIVIDADE 11 — REI DO GOL

Finalize com inteligência!

Objetivo: Aprimorar a finalização escolhendo o melhor momento e lugar para o arremesso.

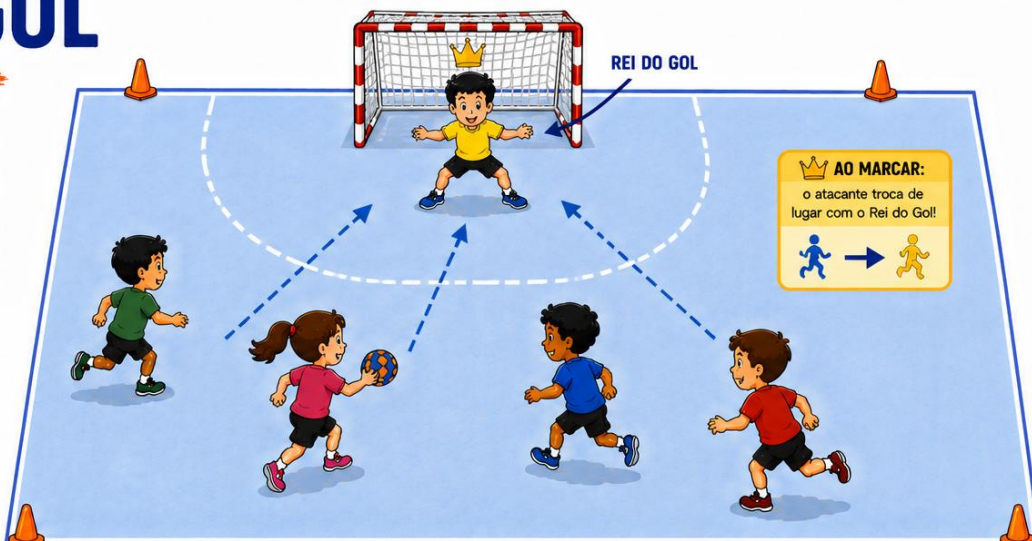
Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 1 jogador é o 'Rei do Gol' na área de finalização. Os demais atacam e tentam marcar gols.

Como Acontece

O Rei do Gol tenta defender a meta. Ao marcar, o atacante troca de lugar com o Rei do Gol. Valorize a escolha do momento e da posição para finalizar.

ATIVIDADE 11
REI DO GOL
Finalize com inteligência!



OBJETIVO
Aprimorar a finalização escolhendo o melhor momento e lugar para o arremesso.

MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação.

ORGANIZAÇÃO
1 jogador é o "Rei do Gol" na área de finalização. Os demais atacam e tentam marcar gols.

COMO ACONTECE
O Rei do Gol tenta defender a meta. Ao marcar, o atacante troca de lugar com o Rei do Gol. Valorize a escolha do momento e da posição para finalizar.

CONVERSA DE PROFESSOR
Nem sempre o melhor arremesso é o mais forte. Muitas vezes é o mais inteligente.

VARIÁÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Limitar o número de toques antes da finalização.
- Definir tempo para cada rodada.
- O Rei do Gol pode usar apenas 1 passo dentro da área.
- Alterar o tamanho da área de finalização.

DICAS PARA O PROFESSOR

- Oriente os alunos a observar o Rei do Gol antes de decidir.
- Estimule fintas, deslocamentos e arremessos variados.
- Valorize a cooperação e o respeito entre os jogadores.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

- > Ataque / arremesso
- Rei do Gol
- Cone ou garrafa PET
- Gol

Conversa de Professor: Nem sempre o melhor arremesso é o mais forte. Muitas vezes é o mais inteligente.

ATIVIDADE 12 — ALVOS MÓVEIS

Precisão em movimento!

Objetivo: Desenvolver precisão, observação e ajuste de trajetória.

Materiais: Bola (meia ou borracha); alvos móveis (discos, caixas ou placas); cones para marcação.

Organização: 2 a 3 jogadores são os alvos móveis. Os demais tentam acertá-los.

Como Acontece

Alguns jogadores transportam alvos móveis. Os colegas tentam acertar os alvos enquanto eles se movem. Troquem os papéis ao longo da atividade.

ATIVIDADE 12
ALVOS MÓVEIS
Precisão em movimento!

BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

OBJETIVO
Desenvolver precisão, observação e ajuste de trajetória.

MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Alvos móveis (discos, caixas ou placas)
- Cones para marcação.

ORGANIZAÇÃO
2 a 3 jogadores são os alvos móveis. Os demais tentam acertá-los.

COMO ACONTECE
Alguns jogadores transportam alvos móveis. Os colegas tentam acertar os alvos enquanto eles se movem. Troquem os papéis ao longo da atividade.

CONVERSA DE PROFESSOR
Alvos em movimento aumentam a necessidade de antecipação e tomada de decisão.

VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Alterar o tamanho e o tipo dos alvos.
- Definir limites de tempo para os acertos.
- Usar diferentes tipos de bolas.
- Aumentar ou diminuir o número de alvos móveis.
- Determinar áreas específicas para movimentação dos alvos.

DICAS PARA O PROFESSOR

- Oriente os alunos a observar os movimentos dos alvos antes de arremessar.
- Estimule arremessos controlados e precisos.
- Valorize a cooperação e o respeito entre os colegas.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

- > Trajetória do arremesso
- > Movimentação dos alvos
- Cone
- Alvo (disco)
- Alvo (placa)
- Alvo (caixa)
- Bola

Conversa de Professor: Alvos em movimento aumentam a necessidade de antecipação e tomada de decisão.

ATIVIDADE 13 — MURALHA HUMANA

Defesa forte é defesa em equipe!

Objetivo: Trabalhar a defesa coletiva, o posicionamento e a comunicação.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 1 equipe forma a muralha. A outra equipe ataca e tenta marcar gols.

Como Acontece

A equipe defensora forma uma linha (muralha) para proteger a meta. A equipe atacante tenta encontrar espaços para finalizar. Troquem as funções após cada rodada.

ATIVIDADE 13

BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

MURALHA HUMANA

Defesa forte é defesa em equipe!

OBJETIVO

Trabalhar a defesa coletiva, o posicionamento e a comunicação.

MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação.

ORGANIZAÇÃO

1 equipe forma a muralha. A outra equipe ataca e tenta marcar gols.

COMO ACONTECE

A equipe defensora forma uma linha (muralha) para proteger a meta. A equipe atacante tenta encontrar espaços para finalizar. Troquem as funções após cada rodada.

CONVERSA DE PROFESSOR

Defender não é apenas impedir o gol. É ajudar os colegas a proteger o espaço coletivo.

EQUIPE DEFENSORA (MURALHA)

EQUIPE ATACANTE

Linha unida, braços abertos, olhos atentos e comunicação!

DICA PARA OS ATACANTES

Movimente-se, troque passes e procure espaços na muralha!

VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Alterar o número de defensores na muralha.
- Permitir que os defensores se movimentem um passo para os lados.
- Limitar o tempo de ataque da equipe.
- Criar zonas de finalização para o ataque.

DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule a comunicação e o posicionamento correto.
- Orienta a muralha a manter a linha e fechar espaços.
- Incentive o ataque a trocar passes e criar oportunidades.
- Valorize o esforço coletivo de defesa.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

---> Passe - - - -> Movimentação / ataque Cone Gol Bola

Conversa de Professor: Defender não é apenas impedir o gol. É ajudar os colegas a proteger o espaço coletivo.

ATIVIDADE 14 — CAÇA AO PASSADOR

Ler o jogo para interceptar!

Objetivo: Desenvolver leitura do jogo, antecipação e tomada de decisão.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou garrafas PET; fitas para demarcação.

Organização: 2 equipes. A atacante troca passes. A defensora tenta interceptar a bola.

Como Acontece

A equipe atacante troca passes tentando manter a posse. A equipe defensora tenta interceptar e ficar com a bola. Cada interceptação vale ponto.

ATIVIDADE 14

BLOCO 2 - JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

CAÇA AO PASSADOR

EQUIPE ATACANTE
(troca passes)

X

EQUIPE DEFENSORA
(tenta interceptar)

Ler o jogo para interceptar!



OBJETIVO

Desenvolver leitura do jogo, antecipação e tomada de decisão.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou garrafas PET
- Fitas para demarcação.



ORGANIZAÇÃO

2 equipes. A equipe atacante troca passes. A equipe defensora tenta interceptar a bola.



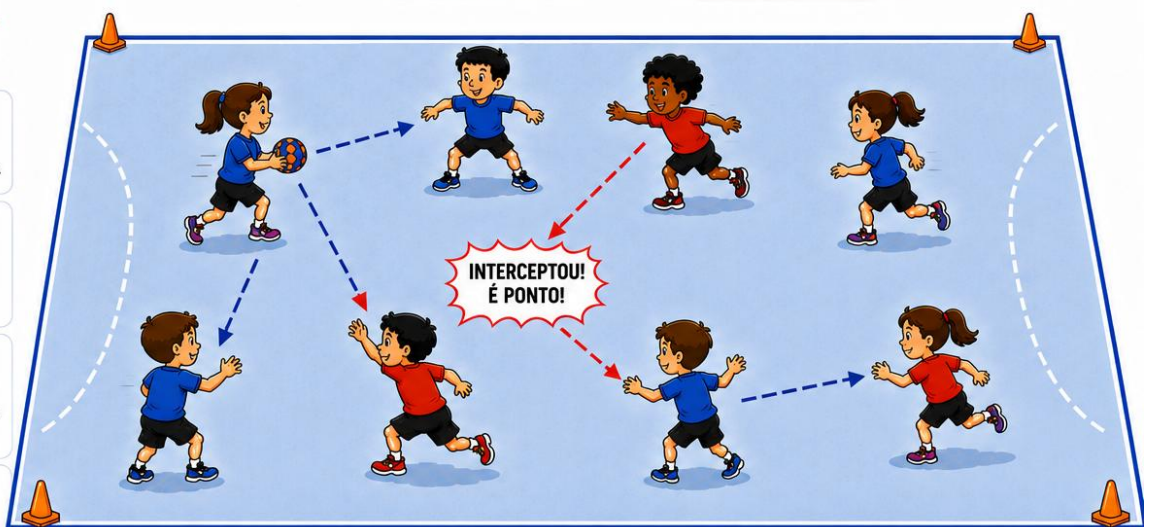
COMO ACONTECE

A equipe atacante troca passes tentando manter a posse. A equipe defensora tenta interceptar e ficar com a bola. Cada interceptação vale ponto.



CONVERSA DE PROFESSOR

Bons defensores observam a bola, mas também os espaços e os movimentos dos adversários.



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Alterar o número de passes antes do ponto.
- Limitar o tempo de posse da equipe atacante.
- Definir zonas onde os passes podem ou não podem acontecer.
- Usar diferentes tipos de bola.
- Aumentar ou diminuir o número de jogadores.



DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule a observação e a antecipação.
- Oriente os defensores a fechar espaços de passe.
- Valorize a comunicação entre os defensores.
- Incentive trocas rápidas e mudança de direção.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA

---> Passe da equipe atacante

---> Movimentação da equipe defensora



Bola

Conversa de Professor: Bons defensores observam a bola, mas também os espaços e os movimentos dos adversários.

ATIVIDADE 15 — GUARDIÕES DO CASTELO

Cooperação para proteger o castelo!

Objetivo: Trabalhar cooperação, defesa coletiva e estratégia de grupo.

Materiais: Bola (meia ou borracha); cones ou caixas; fitas para demarcação.

Organização: 2 equipes. A defensora protege o castelo. A atacante tenta destruí-lo.

Como Acontece

A equipe defensora protege o castelo (cones/caixas). A equipe atacante tenta derrubar ou atingir o castelo com a bola. Ao final do tempo, somam-se os castelos preservados.

ATIVIDADE 15

GUARDIÕES DO CASTELO

BLOCO 2 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

Cooperação para
proteger o castelo!



OBJETIVO

Trabalhar cooperação, defesa coletiva e estratégia de grupo.



MATERIAIS

- Bola (meia ou borracha)
- Cones ou caixas
- Fitas para demarcação.



ORGANIZAÇÃO

2 equipes. A defensora protege o castelo. A atacante tenta destruí-lo.



COMO ACONTECE

A equipe defensora protege o castelo (cones/caixas). A equipe atacante tenta derrubar ou atingir o castelo com a bola. Ao final do tempo, somam-se os castelos preservados.



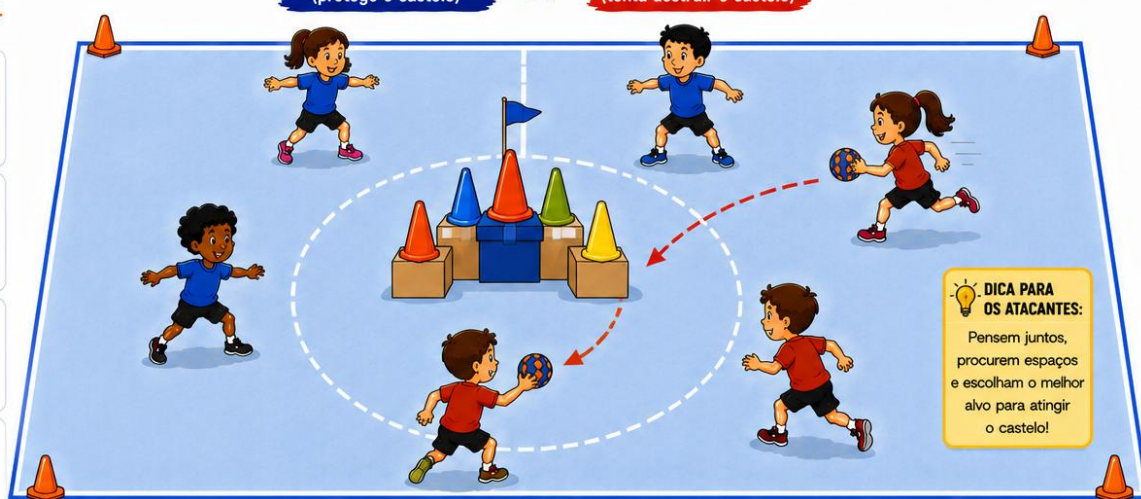
CONVERSA DE PROFESSOR

Quando todos ajudam a defender, o grupo fica mais forte.

EQUIPE DEFENSORA
(protege o castelo)

X

EQUIPE ATACANTE
(tenta destruir o castelo)



VARIAÇÕES / ADAPTAÇÕES

- Alterar o número de cones/caixas do castelo.
- Definir zonas por onde os atacantes podem (ou não) avançar.
- Usar alvos com diferentes pontuações (cones grandes = mais pontos).
- Variar o tempo da partida.



DICAS PARA O PROFESSOR

- Estimule a comunicação entre os defensores.
- Oriente os alunos a se posicionarem entre a bola e o castelo.
- Incentive a cooperação e o respeito entre as equipes.
- Adapte o nível de dificuldade conforme a turma.

LEGENDA



Movimentação defensora



Arremesso / ataque



Cone



Caixa



Castelo



Bola

Conversa de Professor: Quando todos ajudam a defender, o grupo fica mais forte.

O QUE APRENDEMOS NESTE BLOCO?

Finalizar com inteligência, defender em equipe e cooperar são atitudes que fazem a diferença em qualquer jogo!

Competências: Finalização · Defesa · Cooperação · Antecipação · Comunicação

BLOCO 4 — FESTIVAL HANDEBOL BRINCANTE

Celebrando as Aprendizagens

O Festival Handebol Brincante representa uma oportunidade para que os estudantes revisitem atividades, compartilhem aprendizagens e participem de desafios em um ambiente marcado pela cooperação e pela valorização da participação.

As atividades podem ser organizadas em formato de estações, permitindo que os grupos circulem por diferentes desafios ao longo da aula ou de um evento especial da escola.

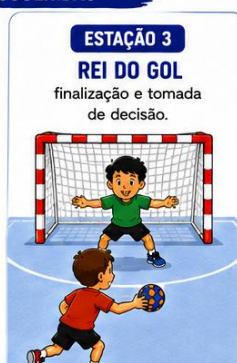
Estações Sugeridas

- Estação 1 — Rouba Bola: desafio de controle e proteção da posse.
- Estação 2 — Derruba Cone: precisão dos passes e arremessos.
- Estação 3 — Rei do Gol: finalização e tomada de decisão.
- Estação 4 — Guardiões do Castelo: cooperação e organização defensiva.
- Estação 5 — Mini-Handebol 3x3: aplicação dos princípios aprendidos.

BLOCO 4 – FESTIVAL HANDEBOL BRINCANTE

Celebrando as Aprendizagens

ESTAÇÕES SUGERIDAS



**QUANDO TODOS PARTICIPAM,
TODOS APRENDEM.**



O festival simboliza a celebração de um percurso construído coletivamente.



RESPEITO



COOPERAÇÃO



PARTICIPAÇÃO



DIVERSÃO



APRENDIZAGEM



**VAMOS CELEBRAR
NOSSAS CONQUISTAS!**



QUANDO TODOS PARTICIPAM, TODOS APRENDEM.

O festival simboliza a celebração de um percurso construído coletivamente.

AVALIAÇÃO FORMATIVA

A avaliação é entendida como um processo contínuo, realizado durante todas as etapas da aprendizagem. O foco não está apenas na execução de movimentos técnicos, mas também na participação, na cooperação, na tomada de decisão, no respeito aos colegas e na capacidade de resolver problemas durante o jogo.

Instrumento de Observação do Professor

Turma: _____ Data: _____ Professor(a): _____

Participação nas Atividades

Critério	Sempre	Frequentemente	Às vezes	Necessita Apoio
Participa das atividades propostas	☐	☐	☐	☐
Demonstra interesse pelas tarefas	☐	☐	☐	☐
Mantém-se envolvido durante as aulas	☐	☐	☐	☐
Respeita os colegas	☐	☐	☐	☐
Coopera com a equipe	☐	☐	☐	☐
Cumpre regras e combinados	☐	☐	☐	☐
Ocupa espaços adequadamente	☐	☐	☐	☐
Toma decisões durante o jogo	☐	☐	☐	☐
Compreende situações de ataque e defesa	☐	☐	☐	☐

 **Conversa de Professor:** Avaliar é observar trajetórias de aprendizagem. Nem todos avançam no mesmo ritmo, mas todos podem aprender quando encontram oportunidades adequadas para participar.

DIÁRIO DE CAMPO DO PROFESSOR

O Diário de Campo é uma ferramenta importante para acompanhar o desenvolvimento das aulas e refletir sobre a prática pedagógica. Registrar observações permite identificar aspectos que favoreceram a aprendizagem e possibilidades de aprimoramento das atividades.

REGISTRO DA AULA

Data: _____ | Turma: _____ | Nº de estudantes presentes: _____

Conteúdo trabalhado: _____

Participação da Turma

☐ Excelente ☐ Boa ☐ Regular ☐ Necessita atenção

Aspectos Positivos Observados

Desafios Encontrados

Encaminhamentos para as Próximas Aulas

AUTOAVALIAÇÃO DOS ESTUDANTES

A autoavaliação permite que os estudantes reconheçam seus avanços, identifiquem desafios e assumam papel ativo no processo de aprendizagem.

Marque a alternativa que melhor representa sua participação:

Participei das atividades propostas.

 Sempre  Muitas vezes  Às vezes  Preciso melhorar

Respeitei meus colegas durante os jogos.

 Sempre  Muitas vezes  Às vezes  Preciso melhorar

Ajudei minha equipe quando necessário.

 Sempre  Muitas vezes  Às vezes  Preciso melhorar

Cuidei dos materiais utilizados.

 Sempre  Muitas vezes  Às vezes  Preciso melhorar

Apreendi algo novo durante as aulas.

 Sempre  Muitas vezes  Às vezes  Preciso melhorar

O que mais gostei nas aulas?

O que posso melhorar?

 **Conversa de Professor:** Quando refletimos sobre nossas ações, aprendemos a reconhecer conquistas e a construir novos caminhos para continuar aprendendo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O ensino do handebol na escola pode representar muito mais do que a aprendizagem de uma modalidade esportiva. Quando organizado a partir de experiências significativas, jogos, desafios e situações de cooperação, o handebol transforma-se em uma poderosa ferramenta para o desenvolvimento integral dos estudantes.

Ao longo desta cartilha, procuramos apresentar propostas acessíveis, adaptáveis e compatíveis com diferentes realidades escolares, valorizando a criatividade docente e a participação ativa dos estudantes.

Esperamos que este material contribua para ampliar as possibilidades pedagógicas dos professores de Educação Física e inspire novas formas de ensinar, aprender e vivenciar o handebol no contexto escolar.

**ENSINAR HANDEBOL É MUITO MAIS DO QUE ENSINAR A ARREMESSAR.
É CRIAR OPORTUNIDADES PARA QUE OS ESTUDANTES APRENDAM A COOPERAR,
DECIDIR, RESPEITAR E CRESCER JUNTOS.**

SOBRE OS AUTORES

SERGIO CAPURRO DA SILVA DOS SANTOS

Professor de Educação Física da Rede Municipal de Ensino de Palmas – Tocantins. Licenciado e Bacharel em Educação Física, especialista em Educação Física Escolar e Fisiologia do Exercício, atua há mais de dezoito anos na educação e no desenvolvimento de práticas corporais voltadas à formação integral dos estudantes.

Atualmente é mestrando do Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF), vinculado à Universidade Federal do Tocantins (UFT), desenvolvendo estudos relacionados à prática pedagógica, à promoção da saúde e às experiências corporais no contexto da escola pública.

Contato:

sergiocapurro@gmail.com



GILMAR DE MATOS SOUZA DE JESUS

Licenciado e Bacharel em Educação Física, especialista em Educação Física Escolar, professor de Educação Física efetivo da rede municipal de ensino de Palmas – Tocantins. Trabalha com iniciação ao atletismo desde 2012 e atualmente é mestrando do Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF), vinculado à Universidade Federal do Tocantins (UFT), desenvolvendo estudos relacionados à prática do atletismo educacional. Acredita que o esporte na escola deve ser menos sobre desempenho e mais sobre pertencimento, cooperação e alegria.

Contato:

professorgilmar.edf@gmail.com



VITOR ANTONIO CERIGNONI COELHO

Professor da Universidade Federal do Tocantins Graduado em Educação Física, Mestre em Educação Física e Doutor em Ciências do Movimento Humano pela Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP. Pós-Doutorado em Desenvolvimento Humano pela Escola de Educação Física e Esportes da Universidade de São Paulo USP. Professor do Mestrado Profissional em Educação Física Escolar – PROEF.

Contato:

vaccoelho@mail.uft.edu.br



Bruno Fernandes Antunez

Professor Adjunto no curso de Educação Física da Universidade Federal do Tocantins (UFT); Docente permanente do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF/UFT/UNESP); Doutor em Educação nas Ciências pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul; Mestre em Educação Física (UFPEL); Especialista em Educação Física Escolar (UFPEL); Bacharel e Licenciado em Educação Física (UFPEL).



REFERÊNCIAS

- BETTI, Mauro. Educação Física e Sociedade. São Paulo: Movimento, 2009.
- BRACHT, Valter. A Educação Física Escolar como campo de intervenção e conhecimento. Ijuí: Unijuí, 2019.
- BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018.
- COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do Ensino de Educação Física. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2012.

DARIDO, Suraya Cristina. Educação Física na Escola: conteúdos, suas dimensões e significados. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

FREIRE, João Batista. Educação de Corpo Inteiro: teoria e prática da Educação Física. 5. ed. São Paulo: Scipione, 2012.

FREIRE, Paulo. Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa. 67. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2021.

GALATTI, Larissa Rafaela; PAES, Roberto Rodrigues. Pedagogia do Esporte: contextos e perspectivas. Campinas: Unicamp, 2017.

GRECO, Pablo Juan; BENDA, Rodolfo Novellino. Iniciação Esportiva Universal. Belo Horizonte: UFMG, 1998.

GRECO, Pablo Juan; SILVA, Siomara Aparecida. Pedagogia do Esporte: conceitos e aplicações. Belo Horizonte: UFMG, 2005.

KUNZ, Elenor. Transformação Didático-Pedagógica do Esporte. 8. ed. Ijuí: Unijuí, 2014.

REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. Pedagogia do Esporte: jogos esportivos coletivos. São Paulo: Phorte, 2009.

SCAGLIA, Alcides José. O Futebol e os Jogos Esportivos Coletivos: princípios para o ensino. Campinas: Autores Associados, 2011.

TANI, Go. Educação Física Escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista. São Paulo: EPU, 1988.