



ESTADO DE SANTA CATARINA  
MUNICÍPIO DE JABORÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DESPORTO  
ESCOLA BÁSICA MUNICIPAL ALBERTO BORDIN  
PROFESSOR (A): EBERTON ROVER

ALUNO: \_\_\_\_\_ ANO \_\_\_\_\_

11ª ETAPA DE ATIVIDADES PEDAGÓGICAS NÃO PRESENCIAIS E/OU PRESENCIAIS  
DO ENSINO FUNDAMENTAL, DE EDUCAÇÃO FÍSICA DATA: 12/07/2021 a 21/07/2021.

PLANO DE AULA REMOTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA 6º ano

CONTINUANDO COM O HANDEBOL.

NESTA ETAPA IREMOS APRENDER SOBRE OS PRINCIPAIS FUNDAMENTOS DO HANDEBOL

**EMPUNHADURA**

É um dos fundamentos mais básicos no handebol. Consiste no ato de segurar a bola de maneira correta com uma das mãos.

**RECEPÇÃO**

Também fundamento básico, mas não menos importante, a recepção é o ato de receber a bola e conseguir dominá-la. Normalmente, é realizada com as duas mãos, porém, dependendo do nível técnico do atleta e da situação da partida, essa recepção também pode ser feita com apenas uma das mãos.

**PASSE**

Normalmente treinado em conjunto com o fundamento anterior, o passe é um dos fundamentos mais importantes da modalidade. É a ação de lançar a bola para um companheiro de equipe sem deixar que o adversário faça a interceptação.

**ARREMESSO**

É a ação que finaliza a jogada criada pela equipe e tem como intuito atingir a baliza adversária para marcar o gol.

**FINTA**

Ação feita com a bola na mão, a finta consiste em realizar movimentos e mudança de ritmo rapidamente, com a intenção de confundir a defesa adversária e, assim, conseguir espaços para avançar em direção ao gol.

**DRIBLE**

Resume-se ao ato de quicar a bola no chão, em progressão, sem perder o domínio dela. O drible tem como objetivo ludibriar a marcação adversária seja nas ações coletivas, seja nas individuais. É também uma forma de tentar encontrar o melhor ângulo para o arremesso.

**LOGO APÓS O ESTUDO REESCREVA RESUMIDAMENTE O QUE SIGNIFICA CADA FUNDAMENTO.**

OBS: ENVIAR PARA ESCOLA PARA CORREÇÃO!

**BOM TRABALHO!**