



NOME: _____

DATA: ____ / ____ /2020

Trabalho 23/03

ANO: 7º

TURMA: _____

TURNO: Matutino Vespertino

PROFESSOR (A): Cássio Leite

NOTA: _____

Assinatura do Responsável: _____

ORIENTAÇÕES IMPORTANTES:

Você poderá realizar a impressão deste material e resolvê-lo de forma manuscrita. Assim que terminar de respondê-lo, você deverá fotografá-lo e enviá-lo por e-mail.

Caso faça a opção pela resolução digital, salve o mesmo, para que, após o término, possa encaminhar para a correção.

Meu e-mail: cassimedfisica@hotmail.com. O trabalho deverá ser enviado até o dia 30/03.

Qualquer dúvida, estou a disposição!

Todas as questões a seguir são referente à modalidade esportiva – HANDEBOL

1) O que é e quais são os Fundamentos do Handebol?

2) Como é feita empunhadura correta no handebol?

3) O Arremesso é também um dos principais Fundamentos Técnicos do Handebol, é através do arremesso que se marca os gols em um jogo de Handebol. O Arremesso é o ato de lançar a bola em direção ao gol (meta) da equipe adversária. Sabendo que existem vários tipos de arremessos, enumere a segunda coluna de acordo com a primeira.

- | | |
|--|-----------------------------|
| 1) É o tipo de arremesso no Handebol onde um ou os dois pés estão em contato com o solo no momento da execução do arremesso. | () Arremesso em suspensão |
| 2) Nesse tipo de Arremesso o jogador de Handebol realiza um salto e executa o arremesso antes de cair no solo. | () Arremesso com apoio |
| 3) É o tipo de Arremesso no Handebol onde o jogador projeta uma queda após o arremesso. | () Arremesso com rolamento |
| 4) É o tipo de Arremesso onde após o jogador lançar a bola, é realizado um rolamento, normalmente um rolamento de ombro. | () Arremesso com queda |

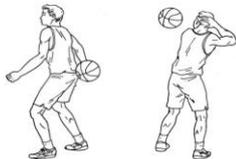
- 4) O Passe é um dos principais Fundamentos técnicos do Handebol, é o ato de lançar a bola entre os jogadores de uma mesma equipe. Com a ajuda da imagem, explique como são feito os diferentes tipos de passe.

Passe acima do ombro:

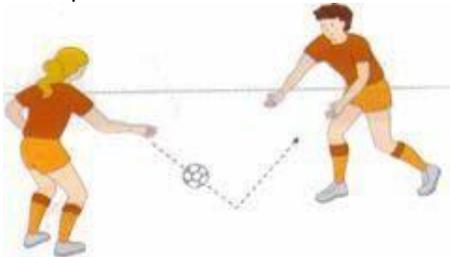


Passe por trás da cabeça:

Fase de Execução dos Passes por trás das Costas e por trás da Cabeça



Passe picado:



- 5) São Características Técnicas da Finta no Handebol, EXCETO
- a) () Deslocamento (mudar de um ponto para o outro da quadra)
 - b) () Mudança de direção (se deslocar em direções diferentes)
 - c) () Troca de Ritmo (do lento para o rápido e do rápido para o lento)
 - d) () passe para tracionado.