ANDEBOL

HISTÓRIA DO ANDEBOL

TERRENO DE JOGO

WEBGRAFIA

JOGADORES

REGRAS

GESTOS TÉCNICOS

DURAÇÃO DO JOGO, NOS DIVERSOS ESCALÕES

EDUCAÇÃO FÍSICA

MATILDE SANTOS,
Nº 19 7ºA

HISTÓRIA DO ANDEBOL

Atribui-se a invenção do andebol ao professor Karl Schelenz, da Escola Normal de Educação Física de Berlim, durante a Primeira Guerra Mundial. No início, o andebol era praticado apenas por meninas e as primeiras partidas foram realizadas nos arredores de Berlim. Os campos tinham 40 x 20 m, e eram ao ar livre.

Pouco depois, em campos de dimensões maiores, o desporto passou a ser praticado por homens e logo se espalhou por toda a Europa.

HISTÓRIA DO ANDEBOL

Em 1927, foi criada a Federação Internacional de Andebol Amador (FIHA), porém, em 1946, durante o congresso de Copenhaga, os suecos oficializaram o seu andebol de salão para apenas 7 jogadores por equipe, passando a FIHA a denominar-se Federação Internacional de Andebol (FIH), e o jogo de 11 jogadores passou para segundo plano.

HISTÓRIA DO ANDEBOL

PROFESSOR KARL SCHELENZ

HISTÓRIA DO ANDEBOL

Em 1933 foi criada a federação alemã que, três anos depois, introduzia o andebol nos Jogos Olímpicos de Berlim. Em 1954, a FIH contava com 25 nações. No dia 26 de fevereiro de 1940, foi fundada, em São Paulo, a Federação Paulista de Handebol, mas o desporto já era praticado no Brasil desde 1930. Até 1950, a sede da FIH era na Suécia. Transferiu-se no ano seguinte para a Suíça.

TERRENO DE JOGO

Campo de andebol.

TERRENO DE JOGO

O campo de Andebol tem 40 metros de comprimento e 20 metros de largura.
Este campo tem várias linhas que são:

– Linhas de 9 metros servem, para se as faltas forem praticadas entre a linha de 6 e a de 9 metros, os livres são executados sobre a linha de 9 metros, e os jogadores contrários devem formar uma barreira em cima da linha da baliza;

TERRENO DE JOGO

-Linha de 7 metros serve para o praticante executar um lançamento livre (só o jogador em frente do guarda-redes rematando a baliza);

-Linha de 4 metros é onde o guarda-redes tem de estar quando esta a defender um lançamento livre;

-Por fim temos a linha de meio-campo é onde se segue o jogo e a linha lateral. A baliza tem 3 metros de largura por 2 metros altura.

JOGADORES

-Cada equipa de andebol é composta por 7 jogadores, um guarda-redes e seis outros jogadores respetivamente.

-No banco, à disposição do treinador, podem existir entre 5 a 9 suplentes, um dos quais pode ser guarda-redes.

-Também no andebol não há limite para o número de substituições por jogo e as mesmas também não necessitam de qualquer autorização por parte do árbitro.

DURAÇÃO DO JOGO, NOS DIVERSOS ESCALÕES

ANOS	TEMPO DE JOGO
8 - 7	---
10 - 9	2 x 20 MIN + 10 MIN
12 - 11	2 x 25 MIN + 10 MIN
14 -13	2 x 30 MIN. + 10 MIN
17 - 16 - 15	2 x 30 MIN. + 10 MIN
16 - 15	
20 - 19 - 18	2 x 30 MIN. + 10 MIN
18 - 17	
21	2 x 30 MIN. + 10 MIN
19	

GESTOS TÉCNICOS

Receção

- Orientar-se na direção do passador da bola;
- Colocar os dedos afastados, com as mãos em concha;
- Receber a bola com as duas mãos;
- Fletir os Membros Superiores (MS) para amortecer a bola.

Passes

GESTOS TÉCNICOS

Passes de Ombro:

- Colocar a bola acima do nível da cabeça;
- Colocar o cotovelo à altura do ombro, fazendo um ângulo reto entre o braço e antebraço;
- Colocar o Membro Inferior (MI) contrário à mão que executa o passe ligeiramente afastado e à frente;
- Realizar o passe com a extensão do MS (com bola) e rotação do tronco.

GESTOS TÉCNICOS

Passe de pulso

- Agarrar a bola com a mão aberta e por cima da bola;
- Colocar a palma da mão direcionada para trás e para fora;
- Passar a bola com rotação interna do MS.

GESTOS TÉCNICOS

Passe picado

- Colocar a bola acima do nível da cabeça;
- Colocar o cotovelo à altura do ombro, fazendo um ângulo reto entre o braço e antebraço;
- Colocar o Membro Inferior (MI) contrário à mão que executa o passe ligeiramente afastado e à frente;
- Fazer ressaltar a bola no solo próximo do recetor.

GESTOS TÉCNICOS

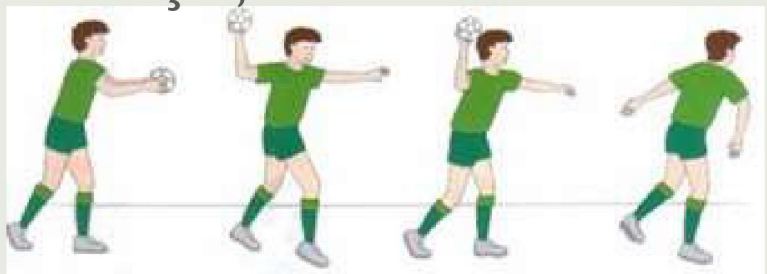
Drible

- Não olhar para a bola, de modo a ter o controlo visual dos restantes elementos do jogo;
- Contactar a bola com a mão aberta e a palma da mão orientada para o solo;
- Empurrar e amortecer a bola com os dedos;
- Impulsionar a bola através da flexão / extensão do antebraço e pulso.

GESTOS TÉCNICOS

Remate

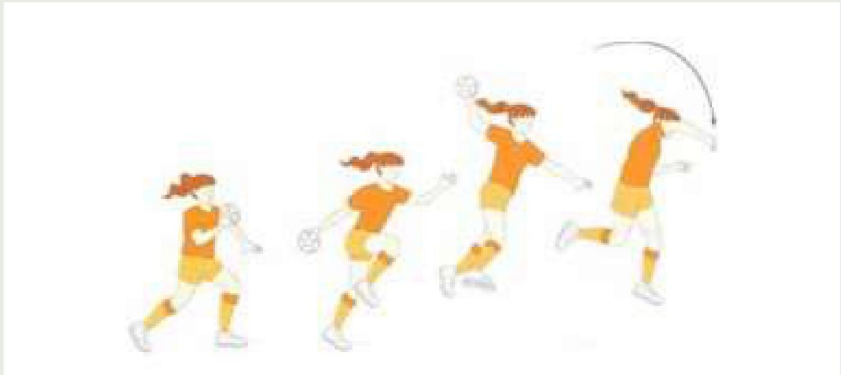
- Executar os passos / apoios no solo com a bola na mão, num máximo de 3 passos;
- Para os destros apoiar o pé esquerdo, pé direito e pé esquerdo, e para os esquerdinos apoiar o pé direito, pé esquerdo e pé direito;
- Colocar o último apoio ligeiramente à frente com o pé contrário ao MS que vai rematar;
- Colocar o cotovelo à altura do ombro, fazendo um ângulo reto entre o braço e antebraço;



Remate em suspensão

GESTOS TÉCNICOS

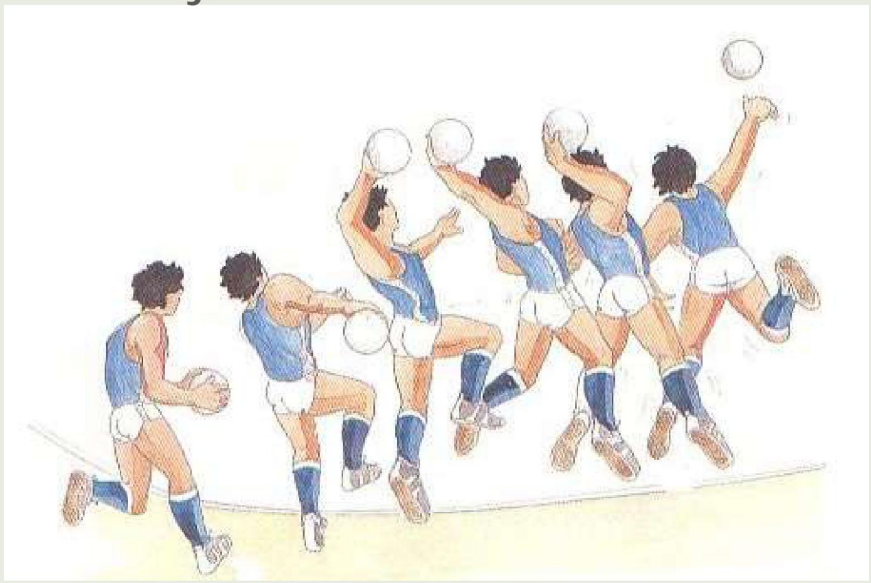
- Executar máximo 3 passos de corrida (esquerdo-direito-esquerdo para os destros, direito-esquerdo- direito para os esquerdinos);
- Fazer o último apoio e impulsão com o pé contrário ao braço que vai rematar;
- Armar o MS com bola ao mesmo tempo que coloca o último apoio;



Remate em suspensão

GESTOS TÉCNICOS

- Elevar o MI contrário ao MI que faz a impulsão rematar no ponto mais alto da suspensão;
- Fazer a receção ao solo com o pé da impulsão.



GESTOS TÉCNICOS

Fintas

- Ação realizada com ou sem bola que pretende enganar o adversário;
- Realizar uma simulação próximo do defensor para um dos lados (esquerdo ou direito);
- Observar se o defesa ficou em desequilíbrio para o lado da simulação;
- Mudar de direção e ultrapassar o adversário pelo lado contrário.

Desmarcação

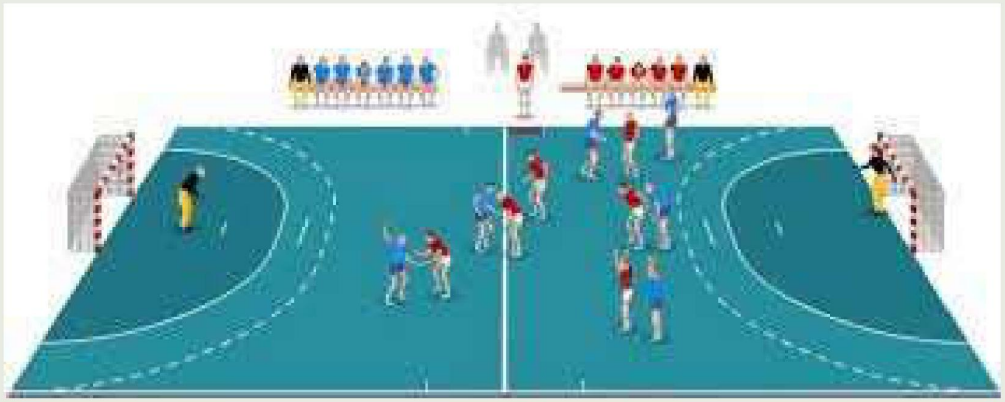
GESTOS TÉCNICOS

Sem posse de bola em ação ofensiva realiza deslocamentos rápidos e inesperados de forma a ultrapassar o adversário direto e criar linhas de passe mais ofensivas.

Início do jogo:

REGRAS

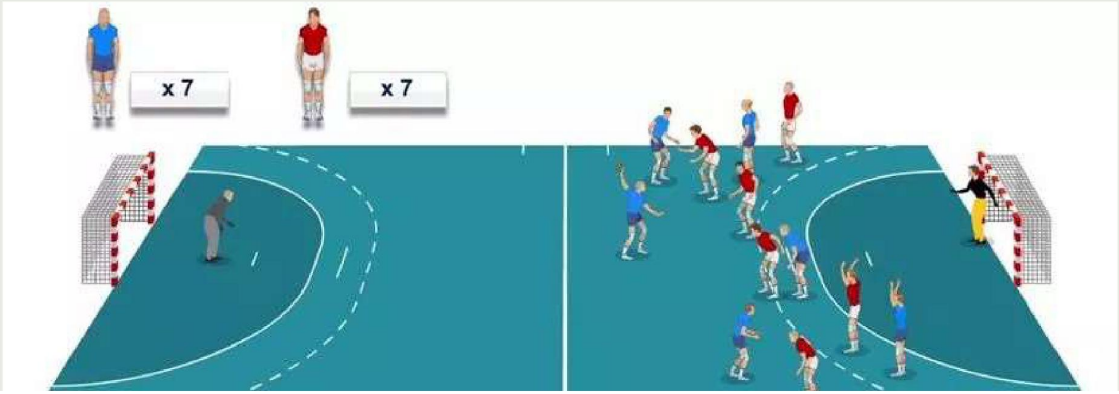
A posse da bola ou escolha do campo faz-se por sorteio do árbitro entre os dois capitães de equipa. O início do jogo é dado após o apito do árbitro, com o jogador possuidor da bola a pisar a linha de meio-campo. Cada equipa está situada no seu meio-campo, com o jogador adversário mais próximo a uma distância mínima de três metros.



REGRAS

Recomeço do jogo:

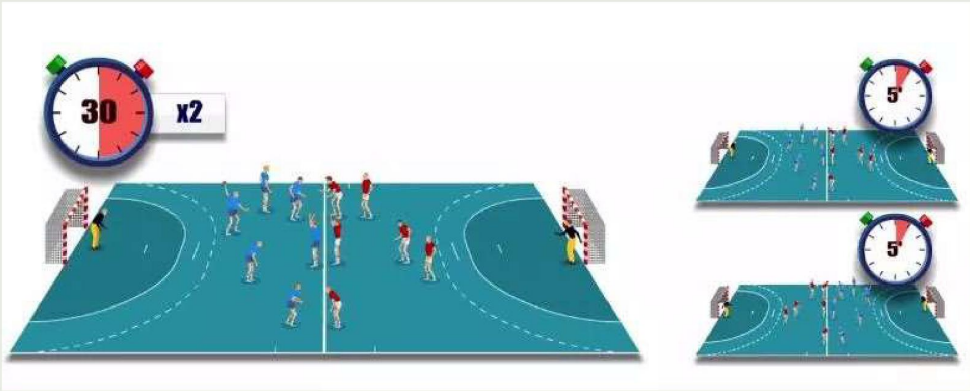
- Após o intervalo, o recomeço do jogo é efetuado pela equipa que não o fez no início do encontro. Após cada golo, o jogo recomeça na marca de meio-campo, mas nesta situação os jogadores de cada equipa não têm de estar no seu meio-campo nem o árbitro tem de apitar.



REGRAS

Duração:

A duração dos jogos é variável em função do escalão etário. Os jogos em escalões de idade superior a 16 anos têm a duração de 60 minutos (duas partes de 30 minutos cada, com um máximo de 10 minutos de intervalo). No escalão correspondente aos 12-16 anos, a duração de um jogo é de 50 minutos (2×25).



REGRAS

Sistema de Pontuação:

A equipa pontua (marca golo) quando consegue que a bola transponha completamente a linha de baliza numa jogada regulamentar.

REGRAS

Duração:

A duração dos jogos é variável em função do escalão etário. Os jogos em escalões de idade superior a 16 anos têm a duração de 60 minutos (duas partes de 30 minutos cada, com um máximo de 10 minutos de intervalo). No escalão correspondente aos 12-16 anos, a duração de um jogo é de 50 minutos (2×25).

Sistema de pontuação:

REGRAS

A equipa pontua (marca golo) quando consegue que a bola transponha completamente a linha de baliza numa jogada regulamentar.

REGRAS

Reposição da bola em jogo:

- A bola é considerada fora de jogo quando transpõe completamente as linhas laterais ou a linha de baliza. A reposição em jogo pode ser feita por:

  <u>Lançamento pela linha lateral:</u>

- Situação em que a bola sai pela linha lateral, sendo a reposição feita no local por onde a bola saiu. No ato do lançamento, o jogador deve colocar um dos pés sobre a linha lateral e o outro fora do terreno de jogo;

REGRAS

Lançamento de canto :

Situação em que a bola sai pela linha de baliza tendo sido tocada pela última vez por um defensor, exceto o guarda-redes. O jogador que efetua o lançamento deve ter um pé colocado no canto do lado mais próximo da linha lateral por onde a bola saiu;

Reposição da bola em jogo.

Lançamento de baliza :

REGRAS

Situação em que a bola sai pela linha de baliza, tendo sido tocada pela última vez por um atacante ou guarda-redes adversário. A bola só pode ser colocada em jogo pelo guarda-redes em qualquer parte da sua área de baliza, não sendo necessário o apito do árbitro.

REGRAS

Substituições:

- Não há limite para o número de substituições por jogo. O ato de substituição pode ocorrer com o jogo a decorrer, não sendo necessária a autorização prévia de qualquer membro da equipa de arbitragem. O jogador só pode entrar no terreno de jogo pela zona de substituição, situada até 4,5 metros para cada lado da linha lateral a partir da linha central. O jogador suplente só pode entrar após a saída do jogador a substituir.

REGRAS

Faltas e incorreções :

As ações consideradas faltas são sancionadas com lançamento livre. Para a marcação destes lançamentos livres, o jogador adversário mais próximo tem de estar a uma distância mínima de três metros. Se a falta ocorrer entre a linha dos 6 e 9 m, a distância de 3 metros continua a ser obrigatória, mas o lançamento livre á marcado fora da linha dos 9m, o mais próximo possível do local da falta.

REGRAS

Em qualquer caso, o lançamento é executado por um jogador que tem de ter obrigatoriamente uma parte do pé em apoio. Pode ser executado sem o apito do árbitro, sendo possível rematar diretamente à baliza e marcar golo.

REGRAS

Para assinalar uma falta sobre um jogador em situação manifesta de golo é assinalado um lançamento (livre) de sete metros. Nesta falta é assinalada uma interrupção do tempo de jogo. Todos os jogadores têm de estar atrás da linha dos 9m e o marcador tem de ter os apoios atrás da linha de 7m, não podendo mexer um dos apoios. O guarda-redes pode colocar-se em qualquer local da área de baliza, desde que não ultrapasse a marca dos quatro metros. Após o apito do árbitro, o marcador tem 3 m para rematar diretamente à baliza.

Limitações:

REGRAS

- Manter a posse de bola sem que haja intenção de rematar ou qualquer ação de ataque – jogo passivo;
- Após a execução do lançamento de baliza, o guarda-redes não pode jogar novamente a bola se esta não tiver sido tocada por qualquer outro jogador;

REGRAS

- A bola não pode tocar abaixo dos joelhos, exceto quando é lançada pelo adversário;
- O jogador não pode lançar-se sobre a bola que se encontra a rolar ou parada no solo.

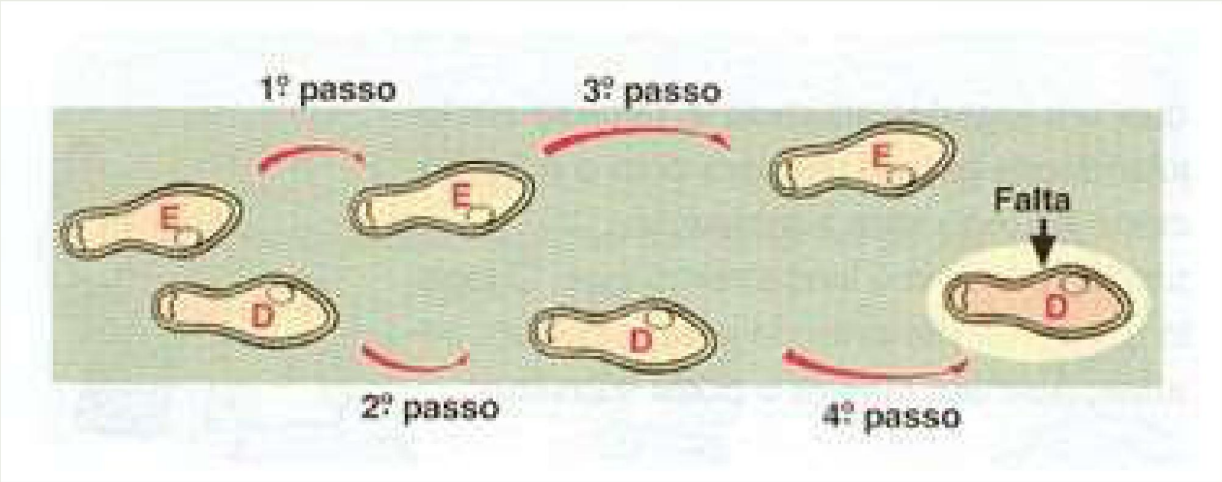
Contacto com a bola:

- A bola é jogada com as mãos, podendo ser lançada, batida, empurrada, parada com a ajuda de qualquer parte do corpo acima dos joelhos (inclusive). Não é permitido ficar com a bola na mão mais de 3 segundos consecutivos, mesmo que esta esteja parada no solo.

Passos:

REGRAS

Um jogador não pode dar mais de 3 passos com a bola na mão sem driblar.



REGRAS

Violações:

Nenhum jogador, quer esteja em posição defensiva quer ofensiva, pode pisar a linha da área de baliza dos 6 metros. De a violação for feita por um defensor, na situação de impedir o ataque adversário, é assinalado livre de 7 metros; no caso de um atacante, a ação consequente (por exemplo, um golo) é invalidada.

Sanções:

REGRAS

Advertência:

Situação em que um jogador tem uma conduta anti desportiva ou irregular (por exemplo, barrar o caminho do adversário com os braços).

REGRAS

- Penalização:

  Cartão amarelo e lançamento livre.

- Exclusão:

  Situação em que um jogador comete, por exemplo, irregularidades repetidas, substituição irregular, repetição de uma atitude antidesportiva, entre outras.

- Penalização:

  Lançamento livre e saída do jogador por um período de 2 minutos, não podendo ser substituído por nenhum colega.

REGRAS

Desqualificação:

- Situação em que um jogador acumula a terceira exclusão, comete irregularidades grosseiras para com o adversário ou entra no terreno de jogo sem autorização.
- Penalização: Cartão vermelho e lançamento livre. O jogador desqualificado sai definitivamente e, por um período de 2 minutos, nenhum colega o pode substituir.

REGRAS

Expulsão:

Situação em que qualquer elemento da equipa comete uma agressão.

Penalização: Lançamento livre. O jogador expulso sai definitivamente do jogo e a sua equipa joga o resto do jogo com menos um jogador.

WEBGRAFIA

- https://mignas70.wordpress.com/3%C2%BA-periodo/andebol/
- https://portal.fpa.pt/a-federacao/historia/
- https://banhadasandebol.blogspot.com/
- https://semanadesportiva.blogs.sapo.pt/tudo-sobre-o-andebol-1319

Obrigada pela atenção!