

ESCOLA DE HANDEBOL

FARIA JÚNIOR, Hernane Marcos de¹; ANJOS, Luiza Aguiar dos²

¹Estudante do curso de Ciência da Computação do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Minas Gerais (IFMG) – *Campus* Formiga, bolsista (PIBEX/PIEL). E-mail: fariahernane99@gmail.com

²Professor orientador do IFMG – *Campus* Formiga. E-mail: luiza.aguiar@ifmg.edu.br

Resumo: “Escola de Handebol” é um projeto de extensão que pertence ao IFMG – *Campus* Formiga e tem o objetivo de proporcionar o aprendizado e a prática de handebol aos alunos da Instituição. A rotina cansativa é algo que pode ser superado quando há a realização de atividades de lazer. Dessa forma, pretende-se que os alunos participantes consigam deixar o estresse de lado e trabalhem em equipe a fim de praticar o handebol. Os treinos acontecem semanalmente, são conduzidos pelo bolsista do projeto e são acompanhados pela coordenadora e professora na área de Educação Física do *Campus*. O projeto vem impactando na vida dos participantes de forma positiva, como mostram os resultados, e retrata a importância da prática de esportes para o desenvolvimento humano.

Palavras-chave: Handebol. Esporte. Projeto de extensão.

1 INTRODUÇÃO

O esporte tem um papel fundamental no desenvolvimento de uma pessoa. Existem inúmeros tipos de esportes, jogos e brincadeiras que podem estar presentes desde a infância até à terceira idade. Sabe-se da enorme quantidade de benefícios que essas atividades podem trazer para o ser humano.

Um esporte que vem crescendo muito no Brasil é o handebol, criado em 1919 pelo professor de educação física Karl Schelenz (1890-1956). O handebol é um esporte no qual é permitido tocar na bola com as mãos e tem como objetivo fazer o maior número de gols possível.

Os benefícios do handebol, especificamente, podem ser: melhor condição física, trabalho em equipe, disciplina, coordenação motora, reflexos e outros. É um esporte que abrange tanto homens quanto mulheres. As seleções brasileiras de handebol feminina e masculina vêm ganhando espaço no mundo, com destaque para a seleção feminina, que já venceu o mundial e ganhou medalha de ouro nos jogos pan-americanos.

Levando em consideração a carga horária pesada dos alunos dos cursos técnicos do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Minas Gerais (IFMG) – *Campus* Formiga, a iniciativa de oferecer a oportunidade de praticar algum esporte é muito importante,

uma vez que, dessa forma, os alunos têm a oportunidade de se distraírem e sair um pouco da rotina de estudos.

Diante do que foi exposto, o objetivo do projeto foi proporcionar uma atividade esportiva para os alunos do IFMG – *Campus* Formiga, preparar os atletas para competições em que o *Campus* possa vir a participar futuramente, o que é comum, estimular a prática de esportes, valorizar o lazer e enriquecer a integração e socialização dos participantes, visando o respeito e a cooperação.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia do projeto “Escola de Handebol” acontece da seguinte forma: o bolsista ministra os treinos de handebol semanalmente para as modalidades masculino e feminino. Os treinamentos acontecem toda quarta-feira, sendo o feminino das 17h às 18h30min e o masculino das 18h30min às 20h. Quando não há um número suficiente de pessoas para as respectivas modalidades, acontece um treino misto, no qual as equipes são formadas de maneira balanceada.

Os treinos acontecem na quadra de esportes do Centro Municipal de Educação Infantil Professor José Juvêncio Fernandes (CEMEI), localizado na Rua Padre Alberico, nº 523, Bairro São Luiz, Formiga/MG. O IFMG – *Campus* Formiga possui uma parceria com a escola citada, o que permite que os treinos sejam realizados no espaço cedido por eles.

O projeto é realizado com uma autonomia por parte do bolsista, porém todas as atividades são supervisionadas pela coordenadora do projeto.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na seletiva de handebol feminino, 13 pessoas compareceram para serem avaliadas. Já na seletiva de handebol masculino, houve a participação de 17 pessoas. O resultado foi positivo, pois na edição anterior do projeto, um pequeno número de pessoas continuou participando até o fim. Segundo as informações coletadas, 10 mulheres e 8 homens que participaram da seletiva ou em pelo menos um dos treinos ingressaram no IFMG – *Campus* Formiga no ano de 2019.

Dessa forma, destaca-se a socialização dos novos alunos, permitindo que eles tenham contato direto com os alunos veteranos. Outro ponto positivo é que a maioria dos treinos

contou com a participação de mais de 10 atletas, indicando o interesse dos participantes em praticar o esporte.

A média de participantes nos treinos é de 10 mulheres e 12 homens por treino. Já foram realizados jogos amistosos com o Colégio Losango e com a Escola Estadual Dr. Abílio Machado (Polivalente). Foi uma experiência incrível para os alunos, pois permitiu que eles mostrassem as habilidades desenvolvidas e as experiências adquiridas.

O projeto “Escola de Handebol” organizou um torneio interclasse dos cursos técnicos do IFMG – *Campus* Formiga que contou com a participação de vários alunos. Foi preciso adaptar as equipes de acordo com o número de participantes, mas foi possível realizar o torneio.



Figura 1 – Participantes do Torneio Interclasse
Fonte: Autores (2019).



Figura 2 – participantes do Torneio Interclasse
Fonte: Autores (2019).

4 CONCLUSÃO

O projeto “Escola de Handebol” tem uma importância enorme na socialização dos alunos, na divulgação do esporte e na oferta de lazer. Diversos alunos que ingressaram no IFMG – *Campus* Formiga neste ano tiveram a oportunidade de conhecer e conviver com os alunos veteranos, incentivando a integração dos calouros na sociedade acadêmica.

Destaca-se também a satisfação de muitas pessoas em praticar o handebol. Diversos participantes não tinham muita experiência com o esporte, mas tiveram a coragem de tentar passar por cima destes obstáculos e mostraram um ganho enorme de desempenho e *performance*.

Ainda, é importante ressaltar sobre como o projeto proporcionou momentos de lazer aos participantes. Os alunos dos cursos técnicos possuem uma grande carga horária a ser cumprida. Diante disso, muitas vezes, queixam-se de estarem cansados e estressados. Com isso, a “Escola de Handebol”, além de proporcionar o aprendizado e a prática do esporte, permite que os treinos sejam momentos descontraídos para os alunos.

AGRADECIMENTOS

A todos os envolvidos no projeto, que sempre me trataram com muito respeito.

Como citar este trabalho:

FARIA JUNIOR, H. M. de; ANJOS, L. A. dos. Escola de handebol. *In*: SEMINÁRIO DE EXTENSÃO (SemEx), III., 2019. Formiga. **Anais eletrônicos** [...]. Formiga: IFMG – *Campus* Formiga, 2019. ISSN - 2674-7111.