

TIPOS DE IMPULSÕES UTILIZADAS NO ARREMESSO EM SUSPENSÃO NO HANDEBOL

Marcio José Bechis¹, Rodrigo Siqueira¹, Eder Fabio de Carvalho¹, Lucélia Benedito¹, Robson Alexandre Bonvechio¹, Saulo Biancarelli¹, Anderson Marques de Moraes²

1-Graduandos em Ed. Física da Faculdade de Americana –SP, 2-Prof. Ms.c. das Faculdades de Ed. Física de Americana-SP (FAM) e PUCC-Campinas-SP; Grupo de Estudo de Ciências do Esporte – PUCC, ander_marques@ig.com.br

Introdução: O arremesso no Handebol é um dos fundamentos de maior importância dentro do jogo, pois através da execução dele é que o atleta consegue o gol, para tanto, são utilizados vários tipos de arremessos como: com queda, com salto (suspensão), de reversão, arremesso vaselina, e dentre esses, os arremessos em suspensão são um dos mais utilizados. Esse tipo de arremesso exige do atleta o desenvolvimento de algumas capacidades físicas que formam a base para sustentação do nível desse fundamento durante todo o jogo. Os tipos saltos utilizados nos arremessos em suspensão são o horizontal (SH) e o vertical (SV), variando conforme a situação de jogo, o que influenciará na definição de qual será utilizado e sua quantidade, a técnica do jogador e suas capacidades físicas. O objetivo desse estudo foi o de verificar o número de arremessos em suspensão utilizados em jogos de handebol e qual o tipo de impulsão mais utilizada para sua execução. A pesquisa foi feita em quatro jogos da equipe de handebol de Americana durante o Campeonato Paulista Divisão Especial de 2004. Foram utilizados os recursos de áudio-visual e de scout, para quantificar os arremessos em suspensão com exatidão. Para definição do tipo de salto utilizado nos arremessos adotaram-se os seguintes critérios: salto horizontal – o jogador executava o salto visando ganhar distância em relação ao ponto de último contato dos pés com o solo; salto vertical – o jogador executava um salto com o objetivo de obter maior altura em relação ao solo porém, sem pousar distante do último ponto de contato dos pés com o solo. Os resultados obtidos mostram que o número de SH foi superior ao número de SV 57,42% e 42,58% respectivamente. Porém esse resultado foi obtido com a somatória de todos os jogos. Analisando os resultados, esses sugerem que o número de SH e SV executados durante o jogo depende das características físicas e táticas da equipe e também o tipo de sistema defensivo utilizado pelo adversário.

Palavras Chave: Handebol, arremesso, saltos.