

VAMOS ENSINAR HAND-BALL AOS SOLDADOS?

Cap VICENTE LEITÃO DA ROCHA

Quando lêste o título deste artigo por certo algumas perguntas fizeste a ti mesmo: Mas que é Hand-Ball? Quais as suas regras? Como pode ser praticado nos quartéis? Que posso fazer para sua difusão?

Sem dúvida, as perguntas procedem, e propomo-nos a responder no decorrer deste artigo.

Nosso propósito é o de possibilitar a difusão e a prática deste desporto que, embora olimpico, não teve ainda a difusão que merece em nossos quartéis.

Em, vamos galgar nosso primeiro degrau.

Quantos elementos possues? Quinze, vinte, cinqüenta? O número pouco importa. Deves apenas tê-los ao teu dispor por algum tempo, alguns pedaços de giz, uma massa de ginástica (garrafa de madeira) ou qualquer pedaço de madeira um pequeno tóco de dois palmos de altura que fique facilmente em pé, e mais uma bola de hand-ball, que pode ser substituída, embora com algumas desvantagens, pela bola de voleibol.

Tira agora, com o giz, numa quadra de basquetebol, dois círculos concêntricos tendo um seis e o outro, nove metros de raio.

Copca a massa de pé no centro do círculo.

Divide os teus homens em dois grupos de modo que se defrontem indivíduos de mesma aptidão.

Distribue um dos grupos (cobaias) ao longo e por fora do círculo interno, em seguida manda que os pertencentes ao outro grupo se coloquem defronte, e a uns três passos, de seus respectivos cobaias.

Estamos assim com nosso dispositivo pronto para o primeiro jogo de adaptação ao «hand-ball».

Vamos às regras do mesmo.

O jogo consiste no grupo de fora, arremessando a bola, tentar derrubar a massa colocada no centro do círculo, no que deve ser impedido pelo grupo de dentro que faz a proteção da mesma. Cada vez que o grupo externo derrubar a massa faz três pontos e cada vez que o grupo interno interceptar a bola faz um. Ambos os grupos não podem pisar no interior do círculo interno, sob pena de perderem todos os pontos, bem como não pode haver contato pessoal, nem troca de posições dentro do dispositivo. Os jogadores podem deslocar-se lateralmente, mas sem ultrapassar seus companheiros da direita e da esquerda.

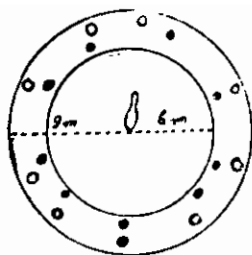
O grupo externo deve movimentar a bola rapidamente e em todas as direções, trocando passes entre seus componentes, procurando uma brecha para arremessar a bola e derrubar a massa. Para esse mister pode afastar-se

do círculo externo o que não é permitido ao grupo de dentro que tem como área restritiva a compreendida pelos dois círculos.

Quando o grupo que defende, intercepta um passe, o jogador que o fez levanta a bola para mostrar ao juiz que fez um ponto e a devolve ao

grupo externo para de novo movimentá-la.

Na metade do tempo previsto para este jogo os dois grupos alternam suas posições, isto é, quem atacava passa a defender e vice-versa.



Como um jogo variante, podemos, mantendo a mesma regra do anterior, permitir que os defensores saiam da sua área restritiva, bem como a troca de posições entre os jogadores.

Desta forma o jogo se apresenta mais versátil, pois favorece as trocas e permite as penetrações nas brechas que se abrem no paredão defensivo.

Este jogo preliminar se presta para iniciação do hand-ball porque permite aos praticantes que atacam, o manuseio da bola, o treinamento do passe, a prática dos chutes, bem como a elaboração de fintas, dribles e pequenas táticas de envolvimento dos defensores.

Por sua vez os do grupo interno treinam a marcação, a proteção ao gol, e a interceptação de passes.

Nêste estágio galgamos nosso primeiro degrau.

Passemos a seguir a um novo jogo que deve se seguir no processo de adaptação dos homens.

Dividir o efetivo que tiver em dois grupos; o dos com camisas, por exemplo, e os dos sem camisas, de modo a ter duas equipes equilibradas.

Utilizando uma quadra de basquete, divida estes dois grupos ao meio de modo a ter de um lado da quadra dois grupos, um com camisa e um sem camisa, do outro lado da quadra dois grupos semelhantes.

Com este dispositivo e uma bola de hand-ball ou voleibol estamos em condições de fazer nosso segundo jogo.

Vamos às regras do mesmo.

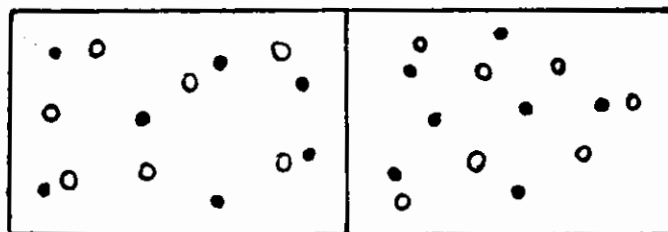
Aos dois grupos que se defrontam em uma metade da quadra não é permitido pisar na outra metade, sob pena de perder todos os pontos.

Os pontos são feitos na proporção que elementos de camisa de um lado da quadra conseguem passar a bola a seus companheiros do outro lado.

O mesmo procedimento devem ter os sem camisa.

A troca de passes de um mesmo lado da quadra é permitida e deve ser explorada, entretanto, os pontos só são marcados quando houver um passe que seja recebido na outra metade da quadra.

Cada recebedor que fizer um ponto deve contá-lo em voz alta e, não o fazendo, perde todos os pontos de sua equipe.



Este processo permite o treinamento do passe, da marcação, do drible e dos deslocamentos com a bola.

Temos agora nossos elementos com alguma habilidade no manuseio da bola.

Dividamos como no caso anterior nosso efetivo em duas frações que devem se equilibrar individualmente.

Coloquemos como mostra nossa figura 3, um grupo em coluna por um e o outro ao longo e por fora de um círculo de 6 metros de raio. Tomemos duas bolas de hand-ball ou voleibol. Uma delas fica com um elemento do círculo enquanto outra, com o primeiro homem da coluna (homem testa).

A um sinal do juiz, o grupo integrante do círculo, faz a bola mover-se em tórno do mesmo, de modo que a bola passe por todos elementos.

A cada volta completa que a bola der, é contado um ponto pelo elemento base, em voz alta.

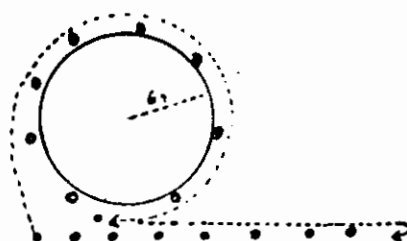
Simultaneamente, ao sinal do juiz para iniciar, o primeiro elemento do grupo coluna, desloca-se quicando a bola em tórno do círculo para entregá-la ao segundo, que procedendo de modo análogo, entrega ao terceiro e assim sucessivamente até que todos cumpram o percurso.

Terminado o percurso pelos elementos do grupo coluna, conta-se quantas voltas a bola deu em tórno do grupo círculo.

Alternam-se a seguir os grupos de modo que o grupo coluna passe a ser círculo e vice-versa.

Vence o jogo o grupo que der, quando em círculo, o maior número de voltas com a bola entre seus elementos.

Este processo se presta ao treinamento de passes e deslocamentos com a bola.



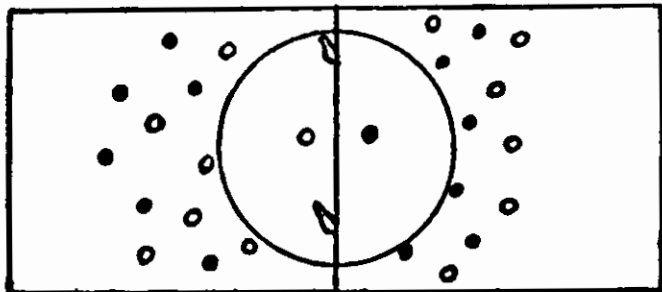
Uma variante deste jogo consiste em colocar o grupo em coluna por dois e fazer com que em vez de deslocarem-se quicando a bola, o façam trocando passes.

Aprendidos e praticados os processos preliminares e suas variantes, acham-se os elementos em condições de iniciar os processos que chamamos preparatórios.

Como primeiro processo, divida o efetivo que possui em dois grupos.

Trace no chão, e no centro da quadra de basquete, um círculo de seis metros de raio.

Faça um gol de 3 metros sobre a linha do centro da quadra que coincide com o diâmetro do círculo, como na figura 4.



Desta forma temos elementos com camisa de um lado da quadra, defendendo um gol, que é guarnecido por um goleiro, contra elementos sem camisa que tentam fazer gols.

Aos goleiros somente se permite passarem a bola a seus defensores, que por sua vez o fazem a seus atacantes do outro lado da meia quadra.

Não é permitida a troca de meias quadras entre os jogadores bem como pisarem dentro das áreas que são restritivas dos goleiros.

Os atacantes deslocam-se a vontade em suas meias quadras trocando passes tentando fazer gols. Os defensores procuram marcá-los e apossarem-se da bola para passarem aos seus atacantes do outro lado.

Só se permite três passos sem quicar a bola.

As infrações às regras são punidas com uma penalidade máxima cobrada a 9 metros do gol.

Trocas entre defensores e atacantes devem ser feitas, para que se habituem tanto a defender o gol, como a buscá-lo.

Este processo já permite a lapidação de todos os elementos necessários à prática do «Hand-Ball».

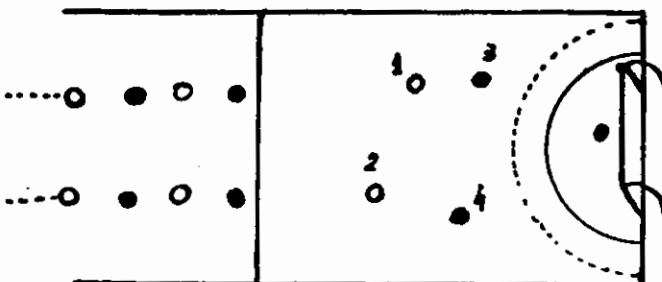
Nesta altura, nosso grupo que mal sabia manusear a bola, já se mostra mais hábil e descontraindo na sua condução, já faz passes precisos, já arremessa com violência e oportunidade, pode, pois, passar ao próximo estágio.

Neste processo torna-se necessário um gol de três metros de largura por dois de altura, como existe para prática do futebol de salão.

Utilizemos meia quadra e tracemos uma área de 6 metros de raio (semi-círculo) e um outro semi-círculo envolvente do primeiro com 9 metros de raio.

O primeiro círculo, o de 6 metros, é a área restritiva do goleiro, o segundo, o de 9 metros, marca a área de lance livre cuja finalidade é a de fazer com que penalidades sejam cobradas a uma distância no mínimo de 9 metros.

Dividamos nosso efetivo em dois grupos, e coloque-se na meta um goleiro. Disponha-se os grupos conforme a figura 5.



O jogo é iniciado com a bola movimentada entre 1 e 2 sem camisa que tentam envolver os defensores 3 e 4 com camisa que guarnecem o gol.

O goleiro é neutro.

Quando os atacantes perdem a posse da bola por arremesso à linha de fundo ou lateral, por gol ou por defesa, do goleiro transformam-se em defensores.

Os que fizeram este papel abandonam a meia quadra o mais rapidamente possível indo colocarem-se no fundo da coluna por 2 e os dois elementos testa (os da frente) do grupo em coluna por dois entram no jogo cumprindo o seu papel de novos atacantes.

O goleiro, ou os defensores ao se apossarem da bola passam-na sempre aos elementos testa que neste momento entram no jogo como atacantes. Essa posse da bola pode ser: buscando um chute dos atacantes que se perdem pela linha de fundos, pela lateral, interceptando um passe ou defendendo um gol.

Quando os defensores perdem uma bola pela linha lateral, os atacantes procedem como na reposição do lateral.

Os gols vão sendo contados à proporção que se fazem os elementos com camisa ou sem camisa.

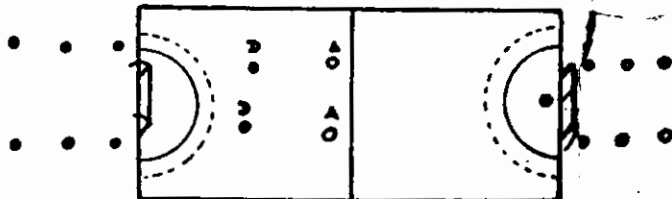
Neste processo em vez de se defrontarem os elementos dois a dois, o podem fazer três a três, quatro a quatro, etc, bastando que para isso se coloque o grupo em coluna por 3,4, etc, sempre com o cuidado de intercalar os elementos com camisa e sem camisa.

Como restrição, o contato pessoal não é permitido e somente três passos podem ser dados sem quicar a bola. Este processo deve ser aproveitado para ir introduzindo as regras do jogo no que for possível.

Depois de alguns treinos, utilizando-se este último processo, os praticantes já se acham em condições de entrar no seguinte, que os conduzirá à prática real do Hand-Ball.

Disponha-se de uma quadra de Futebol de Salão, e marque-se uma área do gol de seis metros de raio e uma área de nove metros, envolvendo a primeira.

Tomemos o efetivo e coloque-se em coluna por dois no dispositivo como na figura 6.



Dentro da quadra, os dois goleiros guarnecendo seus respectivos gols

e quatro outros elementos que irão se defrontar dois a dois.

A saída é dada por uma dupla, a sem camisa, por exemplo, que faz as vezes de atacantes, enquanto a outra defende sua meta.

Conseguida a posse da bola pelos elementos com camisa, por uma das maneiras do processo anterior, estes passam imediatamente a atacar a meta adversária; os sem camisa que eram os atacantes mas que perderam a bola, abandonam o mais rapidamente possível a quadra pelas laterais, indo colocar-se no fim das suas colunas atrás do gol, enquanto dois novos elementos sem camisa que se encontravam na testa da coluna, entram como defensores.

No momento que se apossarem da bola, os sem camisa passam a atacar a meta oposta, enquanto os com camisa que atacavam, abandonam a quadra pelas laterais, colocando-se na retaguarda de suas colunas, atrás do gol, e dois novos elementos com camisa penetram na quadra.

Esta troca é constante, rápida e sem intervenção do juiz, isto é, o lado que se descuidar do momento de entrar na quadra sofrerá fatalmente as conseqüências de um tento.

Este mesmo processo pode ser utilizado, 3 a 3, 4 a 4, 5 a 5 até 6 a 6, que é o efetivo para prática do «Hand-Ball»; e mais um goleiro, que do mesmo modo pode sofrer o processo de rodízio.

Uma vez despertado o interesse pela utilização adequada e gradativa dos processos preliminares e preparatórios, bem como burilada a habilidade dos homens, já as regras devem ser integralmente obedecidas e as equipes defrontar-se-ão como em qualquer outra prática coletiva.

Vamos ensinar «Hand-Ball» aos soldados, mas... utilizemos os processos gradativamente.