



FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DE RONDÔNIA - UNIR  
NÚCLEO DE SAÚDE - NUSAU  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - DEF



#### PLANO DE CURSO

DISCIPLINA	CH	CR	SEMESTRE	PROFESSOR	TÍTULO
Voleibol	80	04	2021 - 2	Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves	Mestre

#### APRESENTAÇÃO

Os resultados do Voleibol Brasileiro em competições internacionais nas últimas décadas vêm proporcionando um aumento de sua prática nos mais variados locais do Brasil. E, por ser uma modalidade coletiva favorece em muitos aspectos o desenvolvimento das pessoas que o pratica. Neste contexto, quando utilizada na busca ou manutenção da saúde, a prática esportiva visa proporcionar um bem – estar físico através do crescimento harmonioso de crianças e adolescentes, e um condicionamento físico que permita às pessoas sentirem-se mais aptas e dispostas para suas atividades cotidianas. Vale lembrar que somente com uma prática esportiva bem orientada e planejada, pode-se chegar aos objetivos apresentados acima. Então, a compreensão sobre a modalidade Voleibol desenvolvida no ambiente escolar, com seu amplo repertório motor, tende a aumentar as possibilidades das pessoas desenvolverem suas habilidades nos aspectos conceituais, procedimentais e atitudinais. Assim, o profissional de Educação Física que trabalham em Instituições de Ensino Básico tem na modalidade Voleibol, um instrumento rico em conteúdo, para contribuir no desenvolvimento, principalmente, da Educação Física Escolar.

#### EMENTA

Aquisição de conhecimentos e a compreensão dos conceitos associados à metodologia de ensino da modalidade voleibol relacionada à educação física escolar e ao voleibol escolar. Aprendizagem dos fundamentos básicos do Voleibol; Sistemas básicos de jogos; Regras básicas e adaptadas; Processos iniciais para montagem de equipes escolares.

## OBJETIVOS

### 1- Geral:

- Desenvolver no acadêmico competências e habilidades que favoreçam uma compreensão científica para o desenvolvimento da modalidade Voleibol no Ambiente Escolar e não escolar.

### 2- Específicos:

- Proporcionar aos discentes:

1 - Uma discussão sobre os aspectos metodológicos do aprendizado dos fundamentos da modalidade Voleibol nas aulas de Educação Física;

2 - Uma compreensão das possibilidades de exploração dos movimentos específicos da modalidade para o desenvolvimento geral de crianças e adolescentes;

3 - Conhecimentos específicos para desenvolver trabalho de formação adequada, relacionado com equipes escolares, na modalidade Voleibol;

4 - Conhecimentos básicos para que possam tornar o Voleibol uma modalidade de fácil acesso, dentro e fora do Ambiente Escolar, contribuindo para um lazer saudável de todos que o pratica.

## **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

### **UNIDADE 1: PRESUPOSTOS GERAIS DO VOLEIBOL.**

- História e evolução do Voleibol.
- Regras básicas aplicadas à iniciação da modalidade Voleibol.
- Características das principais escolas de Voleibol.

### **UNIDADE 2: VOLEIBOL ESCOLAR.**

- Características do Voleibol Curricular.
- Características do Voleibol Extracurricular.
- Características gerais do Voleibol de Areia

### **UNIDADE 3: JOGOS DE ADAPTAÇÃO.**

- Conceitos e Aplicabilidade.
- Pequenos e Grandes Jogos.
- Mini-Voleibol

### **UNIDADE 4: FUNDAMENTOS BÁSICOS DO VOLEIBOL E SUAS APLICABILIDADES.**

- Posição Básica.
- Toque por Cima.
- Manchete.
- Saque por Baixo e por Cima.
- Cortada.
- Bloqueio.

### **UNIDADE 5: ENSINO DO VOLEIBOL NA ESCOLA.**

- Na educação física escolar.
- Para equipes escolares.
- Sistemas básicos de jogos e suas aplicabilidades.
- Regras oficiais.

## **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

- 1- Aulas presenciais;
- 2- Leitura e discussão de textos;
- 3- Elaboração e aplicação de planos de aulas;
- 4- Mesas redondas com atletas/técnicos e árbitros.

## **AVALIAÇÃO DISCENTE**

- Realização e entrega de tarefas pré-determinadas (100pts);
  - Avaliação Oral/Prática (100pts);
  - Presença e participação nas aulas;
- Nota final= média das avaliações

**CRONOGRAMA DE ATIVIDADES – VOLEIBOL/2021-2**

DATA	CONTEÚDOS	ESTRATÉGIAS E LOCAL
27/04	Apresentação da disciplina; História e evolução do Voleibol;	Teórica - Unir
04/05	Regras básicas aplicadas à iniciação da modalidade Voleibol.	Teórica - Unir
07/05 - Sáb	Regras básicas aplicadas à iniciação da modalidade Voleibol.	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
11/05	Características das principais escolas de Voleibol.	Teórica - Unir
14/05 - Sáb	Características do Voleibol Curricular e extra – curricular; Conceitos e aplicabilidade dos pequenos e grandes jogos e do Mini - Voleibol.	Teórica - Unir
18/05	Características do Voleibol Curricular e extra – curricular; Conceitos e aplicabilidade dos pequenos e grandes jogos e do Mini – Voleibol.	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
25//05	Processo Metodológico para o Ensino dos Fundamentos do Voleibol; Apresentação do Fundamento/Sequência Pedagógica/Exercícios Educativos/Formativos/Automatização e Aplicação ao jogo.	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
01/06	Processo Metodológico para o Ensino dos Fundamentos do Voleibol; Apresentação do Fundamento/Sequência Pedagógica/Exercícios Educativos/Formativos/Automatização e Aplicação ao jogo.	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
04/06 - Sáb	Posição Básica/Movimentação e Toque por cima	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
08/06	Avaliação teórica	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
11/06 - Sáb	Fundamentos Manchete e Saque por Baixo	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
15/06	Fundamentos Manchete e Saque por Baixo	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
22/06	Fundamentos Saque por Cima e Cortada	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
29/06	Fundamentos Saque por Cima e Cortada	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
06/07	Fundamento Bloqueio	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
09/07	Revisão dos fundamentos aplicados	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
13/07	Sistemas Básicos de jogos e suas aplicações	Teórica - Unir

16/07 - Sáb	Sistemas Básicos de jogos e suas aplicações	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
20/07	Sistemas Básicos de jogos e suas aplicações	Prática – Ginásio Cláudio Coutinho
27/07	Apresentação do relatório do estágio na escola - Avaliação	Unir
03/08	Apresentação do relatório do estágio na escola - Avaliação	Unir
08/08	Avaliação repositiva	Unir

### **BIBLIOGRAFIA**

MACHADO, Afonso Antônio – Voleibol: do aprender ao especializar; Ed. Guanabara Koogan, 2006.

DARIDO, Suraya, Cristina (organizadora) – São Paulo, Ed. Phorte, 2011.

GUILHERME, A. Voleibol à beira da quadra. São Paulo, Ed. Brasipal, 1979.

BARROS, J. Voleibol – Defesa. São Paulo, Ed. Palestra, 1994.

BOJIKIAN, J.C.M. Ensinar Voleibol. São Paulo, Ed. Phorte, 2005.

BORSARI, J.R. & SILVA, J.B. Manual de Educação Física – Voleibol. São Paulo, EDUSP, 1980.

CARVALHO, O.M. Caderno Técnico Didático do Voleibol Moderno. Brasília, SEED – MEC, 1978.

DURRAWACHTER, G. Treinar Jogando. Rio de Janeiro, ED. Ao livro Técnico, 1984.

SUVOROVY, Y. & GRISTIN, O.N. Voleibol: Iniciação. Rio de Janeiro, Ed. Sprint, 1990.

TEIXEIRA, H.V. Educação Física e Desporto. São Paulo, Ed. Saraiva, 1996.

Porto Velho, 06/04/2022

---

Prof. Me. Luis Gonzaga de Oliveira Gonçalves - DEF/UNIR