



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	2019 - 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.

### **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 expositivas dialogadas;
- 2- Leitura e discussão de textos;
- 3- Elaboração e aplicação de planos de aulas;
- 4- Aulas práticas;
- 5- Realização de estágio prático na escola.
- 6- Orientações sobre os conteúdos e trabalhos da disciplina em horários previamente marcados.

### **RECURSOS TÉCNICOS - DIDÁTICOS**

- Livros e textos disponibilizados aos acadêmicos no e-mail da turma, outras mídias e copiadora da UNIR;
- Quadro branco e pincel colorido; Projetor multimídia; Bolas de Voleibol; Rede de Voleibol; Cones; Bolas de papel.

### **AVALIAÇÃO DISCENTE**

- Avaliação teórica (50pts); Avaliação Oral/Prática (50pts) – Nota 01
  - Relatório da escola escrito (50pts); Apresentação (50pts) – Nota 02

## CRONOGRAMA DE ATIVIDADES – VOLEIBOL/2019-2

DATA	CONTEÚDOS	ESTRATÉGIAS E LOCAL
07/08	Apresentação da disciplina; História e evolução do Voleibol;	Aula expositiva – Sala de aula
14/08	Regras básicas aplicadas à iniciação da modalidade Voleibol.	Aula expositiva/Prática – Sala de aula/Quadra
21/08	Regras básicas aplicadas à iniciação da modalidade Voleibol.	Aula expositiva/Leitura de textos/Prática – Sala de aula/Quadra
28/08	Características das principais escolas de Voleibol. Características do Voleibol Curricular e extra – curricular; Conceitos e aplicabilidade dos pequenos e grandes jogos e do Mini - Voleibol.	Aula expositiva/Leitura de textos – Sala de aula
04/09	Características do Voleibol Curricular e extra – curricular; Conceitos e aplicabilidade dos pequenos e grandes jogos e do Mini – Voleibol; Sistemas Básicos de jogos e suas aplicações	Aula expositiva/Prática – Sala de aula/Quadra
11/09	Aplicabilidade dos pequenos e grandes jogos e do Mini – Voleibol.	Prática - Quadra
18/09	Processo Metodológico para o Ensino dos Fundamentos do Voleibol; Apresentação do Fundamento/Sequência Pedagógica/Exercícios Educativos/Formativos/Automatização e Aplicação ao jogo.	Aula expositiva/Prática – Quadra
25/09	Posição Básica/Movimentação e Toque por cima	Aula expositiva/Prática – Quadra
02/10	Manchete e Saque por Baixo	Aula expositiva/Prática – Quadra
09/10	Saque por Cima e Cortada	Aula expositiva/Prática – Quadra
16/10	Bloqueio, revisão e aplicação dos fundamentos aprendidos.	Aula expositiva/Prática – Quadra
23/10	Avaliação Teórica e orientação sobre o relatório do estágio na escola	Sala de aula
30/10	Avaliação Teórico/Prática	Sala de aula ou quadra
06/11	Estágio na escola	Escola
13/11	Estágio na escola	Escola
20/11	Estágio na escola	Escola
27/11	Apresentação do relatório	Sala de aula
30/11- sáb.	Apresentação do relatório	Sala de aula
04/12	Avaliação repositiva.	Sala de aula
11/12	Encerramento da disciplina	Sala de aula

### 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. Ensinando 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.