



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	2022 - 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- Visitas técnicas em escolas.
- 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 e outras mídias;
- Quadro branco e pincel colorido; Projetor multimídia; Bolas de Voleibol; Rede de Voleibol; Cones; Bolas de papel.

### **AValiação DISCENTE**

- Avaliação teórica (10pts) – Nota 01
- Avaliação Oral/Prática (10pts) – Nota 02

**CRONOGRAMA DE ATIVIDADES – VOLEIBOL/2022-2**

DATA	CONTEÚDOS	ESTRATÉGIAS E LOCAL
01/02 – Q	Apresentação da disciplina; História e evolução do Voleibol;	Aula expositiva – Sala de aula
<b>04/02 – S</b>	<b>História do Voleibol/ Características das principais escolas de Voleibol.</b>	<b>Leitura de texto, resumir e enviar até dia 06/02.</b>
08/02 – Q	Regras básicas aplicadas à iniciação da modalidade Voleibol.	Aula expositiva/Prática – Sala de aula/Quadra
<b>08/02 –T/N</b>	<b>Regras básicas aplicadas à iniciação da modalidade Voleibol</b>	<b>Assistir e analisar vídeo – Mini-Voleibol.</b>
15/02 – Q	Metodologia de ensino do Voleibol na escola/atividade sobre os vídeos assistidos.	Aula expositiva/prática
01/03 – Q	Metodologia de ensino do Voleibol na escola	Visita técnica na escola
08/03 – Q	Metodologia de ensino do Voleibol na escola	Visita técnica na escola
<b>11/03 – S/T</b>	<b>Metodologia de ensino do Voleibol na escola – Resultados</b>	<b>Aula prática/teórica – Sala de aula/quadra.</b>
15/03 – Q	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
22/03 – Q	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 – Sala de aula/Quadra
25/03 - S	Processo Metodológico para o Ensino dos Fundamentos do Voleibol; Apresentação do Fundamento/Sequência Pedagógica/Exercícios Educativos/Formativos/Automatização e Aplicação ao jogo.	<b>Assistir e analisar vídeo</b>
29/03 – Q	Avaliação teórica e apresentação da Posição básica e toque por cima.	Sala de aula/quadra
05/04 – Q	Posição Básica/Movimentação e Toque por cima	Aula expositiva/Prática – Quadra
12/04 – Q	Manchete e Saque por Baixo	Aula expositiva/Prática – Quadra
<b>12/04 – T/N</b>	<b>Revisão dos fundamentos estudados</b>	<b>Assistir e analisar vídeo</b>
19/04 – Q	Elaboração e aplicação de plano de aula	Aula prática – Quadra
26/04 – Q	Elaboração e aplicação de plano de aula	Aula prática – Quadra
03/05 – Q	Saque por Cima e Cortada	Aula expositiva/Prática – Quadra
<b>03/05 – T/N</b>	<b>Saque por Cima e Cortada</b>	<b>Assistir e analisar vídeo</b>
10/05 – Q	Elaboração e aplicação de plano de aula	Aula prática - quadra
17/05 – Q	Avaliação oral/prática e aplicação de plano de aula	Sala de aula e quadra
20/05 – S	Bloqueio, revisão e aplicação dos fundamentos - aprendidos.	Aula expositiva/Prática – Quadra
31/05 – Q	Avaliação geral da disciplina	Sala de aula

**Q – Quarta feira; S – Sábado; T/N – Tarde/noite; S/T – Sábado tarde. 68 aulas normais e 28 aulas extras – total= 96hs.**

## **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.

Porto Velho, 30 de janeiro de 2023

---

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