



DEPARTAMENTO DE JOGOS

Disciplina: VOLEIBOL III

Código: EFJ 600

Carga horária Total: 30 h

Número de créditos: 03 **Período: a partir do 5º**

Pré/Co-requisitos: (EFJ 615) Voleibol II

PLANO DE CURSO

EMENTA:

Estudo e prática reflexiva do treinamento desportivo, da preparação física, da técnica e da tática do voleibol.

OBJETIVOS GERAIS:

- . Avaliar a importância do voleibol no processo técnico-desportivo educacional e de competição, a nível nacional e internacional;
- . Dirigir, arbitrar e organizar eventos a nível escolar e clubístico.

PROGRAMA

Unidades

Conteúdo

1. *Voleibol: reforço histórico e evolutivo do vôlei*
2. *Voleibol nas diferentes escolas*
3. *Reforço das regras de vôlei e sua evolução*
4. *Tática complexa do jogo*
5. *Preparação física aplicada ao vôlei*
6. *Atuação prática referente ao vôlei nos diferentes níveis de complexidade*

METODOLOGIA:

Aprendizagem reflexiva e consciente, trazendo benefícios na relação professor-técnico, alunos – atletas num crescimento gradativo e atraente.

Utilização de material didático pedagógico áudio-visual: retroprojektor, slides, vídeo.

AVALIAÇÃO:

Prática corporal, técnica, tática individual e de grupos, prática e escrita, leitura de trabalhos de pesquisa e provas objetivas e subjetivas.

Questionário escrito para os alunos responderem sobre a avaliação do conteúdo e aproveitamento do curso.

Auto avaliação do professor



BIBLIOGRAFIA:

BAAKE, Toyoda e outros – Manual do treinador
Rio de Janeiro, Palestra, 1978

VARGAS, Ricardo – La preparación física en voleibol
Madrid, 1982

BARRETO, Hamilton – Voleibol: fundamentos e circuitos
Rio de Janeiro, Edição de Ouro