
	UFRJ/CCS		
	Unidade:	EEFD	
	Departamento:	Departamento de Jogos	

Disciplina: Voleibol II		Código: EFJ615	
Carga horária por período: 60h	Teórica: 30h	Prática: 30h	Créditos: 03
Requisitos: EFJ242			Período: xxxx

Ementa:

Planejamento e práxis pedagógica em voleibol contextualizada no âmbito do ensino formal e não-formal.

Objetivos:

- Aprofundar o conhecimento dos métodos de ensino dos fundamentos do voleibol, necessários para essa área de ensino, assim como o planejamento e formação de equipes.
- Demonstrar conhecimentos teóricos e práticos para o ensino dos sistemas de jogo mais utilizados no voleibol.
- Conhecer técnicas de aperfeiçoamento dos fundamentos de jogo, como atributo para aplicação em futura docência.
- Participar de estágios com equipes de voleibol e na organização de competições.
- Aplicar uma bateria de testes físicos direcionados a modalidade de voleibol.
- Elaborar um planejamento anual que vise desenvolver os fundamentos básicos do voleibol.
- Desenvolver um projeto de pesquisa que objetive o conhecimento de variáveis relacionadas ao voleibol.

Conteúdo programático:

UNIDADE I

Sistema Ofensivo: 4 x 2, 4 x 2 com infiltração e 5 x 1

Sistema defensivo com bloqueio simples

Sistema defensivo com bloqueio duplo e cobertura do correspondente, cobertura do homem do centro e da sobra do ataque

Sistema defensivo com bloqueio triplo, centro recuado e centro avançado

Proteção de ataque

UNIDADE II

Testes físicos

Testes técnicos

Levantamento

Recepção

Ataque

Defesa

Contra-ataque

UNIDADE III

Planejamento

Scout técnico e tático

Pesquisa

Laboratório

Metodologia:

- Aulas expositivas
- Aulas práticas
- Pesquisas bibliográficas
- Discussão de textos
- Aulas no campo de trabalho

Avaliação:

Unidade I

- Teste escrito (6 pontos)
- Teste prático (4 pontos)

Unidade II

- Teste escrito (5 pontos)
- Elaboração e apresentação de aulas de treinamento (5 pontos)

Unidade III

- Elaboração e apresentação de um programa de treinamento (5 pontos)
- Realização de uma pesquisa de campo em escolas (5 pontos)

Bibliografia básica:

BIZZOCCHI, C. **O voleibol de alto nível: da iniciação à competição**. 2ª ed., São Paulo: Fazendo Arte Editorial, 2004.

CRISÓSTOMO, J. **Ensinando voleibol**. São Paulo: Phort Editora Ltda, 2003

TEIXEIRA, H.V. **Aprenda a jogar voleibol**. São Paulo: Ícone editora, 1992.


Bibliografia complementar:

BOJIKIAN, J.C.M. **Ensinando voleibol**. São Paulo: Phorte editora, 1999.

CARVALHO, O.M. **Voleibol: 1000 exercícios**. Rio de Janeiro: Sprint, 1993.

SPRINT. **Regras Oficiais de Voleibol**. 2002 – 2003. Sprint editora, 2002

TEIXEIRA, H.V. **Aprenda a jogar voleibol**. São Paulo: Ícone editora, 1992.



Profª Rozane Gomes Tardin

Coord. de Curso de Lic. Educ. Física

Reg. nº 0361601-EEFD / UFRJ