

# Programa Analítico de Disciplina

## EFI 160 - Voleibol I

Departamento de Educação Física - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde

Catálogo: 2019

Número de créditos: 4  
Carga horária semestral: 60h  
Carga horária semanal teórica: 2h  
Carga horária semanal prática: 2h  
Semestres: II

### Objetivos

*Não definidos*

### Ementa

Fatos históricos e evolução do voleibol. O jogo de voleibol. O processo de ensino-aprendizagem do voleibol. Os fundamentos técnicos do voleibol. Diagnóstico básico de erros e exercícios educativos. Sistemas de jogos. Análise básica de jogo (scout simples).

### Pré e co-requisitos

*Não definidos*

### Oferecimentos obrigatórios

Curso	Período
Educação Física - Bacharelado	4
Educação Física - Licenciatura	4

### Oferecimentos optativos

*Não definidos*

## EFI 160 - Voleibol I

Conteúdo					
Unidade	T	P	ED	Pj	To
<b>1. Fatos históricos e evolução do voleibol</b>	2h	0h	0h	0h	2h
<b>2. O jogo de voleibol</b> 1. Características e especificidades do voleibol 2. Regras básicas	4h	0h	0h	0h	4h
<b>3. O processo de ensino-aprendizagem do voleibol</b> 1. O "complexo aprendido do voleibol" 2. Ordenação do ensino dos fundamentos 3. Metodologias para a iniciação ao voleibol: Mini-Voleibol 4. O planejamento do ensino do voleibol (Plano de aula)	6h	0h	0h	0h	6h
<b>4. Os fundamentos técnicos do voleibol</b> 1. Posição de expectativa e movimentação 2. Toque por cima 3. Manchete 4. Saque por baixo 5. Saque por cima (Tipo tênis) 6. Cortada 7. Bloqueio 8. Defesa 9. Rolamentos e mergulho	6h	0h	0h	0h	6h
<b>5. Diagnóstico básico de erros e exercícios educativos</b>	6h	0h	0h	0h	6h
<b>6. Sistemas de jogos</b> 1. Evolução dos sistemas de jogo 2. Sistemas básicos de jogo (6x0 e 4x2 simples)	4h	0h	0h	0h	4h
<b>7. Análise básica de jogo (scout simples)</b>	2h	0h	0h	0h	2h
<b>8. Mini-voleibol</b> 1. Fases do mini-voleibol 2. Jogos de iniciação ao voleibol	0h	6h	0h	0h	6h
<b>9. O processo metodológico para ensino do voleibol</b> 1. Procedimentos práticos para a aprendizagem dos fundamentos técnicos do voleibol 2. Posição de expectativa 3. Toque por cima 4. Manchete 5. Saque por baixo 6. Saque por cima (Tipo tênis) 7. Cortada 8. Bloqueio 9. Defesa 10. Rolamentos e mergulho 11. Diagnóstico básico de erros e exercícios educativos para correção dos mesmos 12. Exercícios combinados	0h	16h	0h	0h	16h

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: 9C4Y.7DKY.YJHV

10. <b>Sistemas de jogo</b> 1.6x6 2.4x2 simples	0h	4h	0h	0h	4h
11. <b>Visita técnica para a realização do scout de jogo</b>	0h	4h	0h	0h	4h
<b>Total</b>	<b>30h</b>	<b>30h</b>	<b>0h</b>	<b>0h</b>	<b>60h</b>

(T)Teórica; (P)Prática; (ED)Estudo Dirigido; (Pj)Projeto; Total(To)

Planejamento pedagógico	
Carga horária	Itens
Teórica	<i>Não definidos</i>
Prática	<i>Não definidos</i>
Estudo Dirigido	<i>Não definidos</i>
Projeto	<i>Não definidos</i>
Recursos auxiliares	<i>Não definidos</i>

## EFI 160 - Voleibol I

### Bibliografias básicas

Descrição	Exemplares
BIZZOCHI, C. O voleibol de alto nível: da iniciação a competição. 2.ed. São Paulo: Manole. 2003.	1
BOJIKIAN, J. C. M. & BOJIKIAN, L. P. Ensinando voleibol. 5ª ed. São Paulo: Phorte, 2012.	0
MACHADO, A. A. Voleibol: do aprender ao especializar. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.	5

### Bibliografias complementares

Descrição	Exemplares
GUILHERME, A. Voleibol: à beira da quadra. São Paulo: Hemus. 1996.	2
RIBEIRO, J. L. S. Conhecendo o voleibol. Rio de Janeiro: Sprint. 2004.	0
SANTINI, J. Voleibol escolar: da iniciação ao treinamento. Canoas: ULBRA, 2007.	0