



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC – Brasil  
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

## **PLANO DE ENSINO - 2023.2**

**Curso:** Bacharelado em Educação Física

**Código:** DEF 5847-03444

**Disciplina:** Teoria e Metodologia do Voleibol

**Carga Horária:** 4 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PPCC)

**Pré-requisitos:** Sem pré-requisito

**Professor:** Dr. Juarez Vieira do Nascimento

**E-mail:** juarez.nascimento@ufsc.br

**Horário de atendimento:** segundas-feiras 14 – 16 hs, sala do LAPE/UFSC – Bloco IV/ CDS

### **1. EMENTA**

Histórico e evolução do voleibol. Fundamentação técnica e tática: sistemas ofensivos e defensivos. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do voleibol. Noções de regras. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

### **2. OBJETIVO GERAL**

Formar profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente, em instituições públicas e privadas no treinamento do voleibol.

### **3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- 3.1. Situar historicamente o voleibol;
- 3.2. Analisar e aplicar a regulamentação básica do voleibol;
- 3.3. Distinguir as etapas do processo de ensino-aprendizagem-treinamento dos fundamentos técnico-táticos do voleibol em função das diferentes faixas etárias;
- 3.4. Identificar e aplicar as diferentes metodologias de ensino/treinamento do voleibol;
- 3.5. Observar, refletir e ministrar sessão de treinamento de voleibol (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares).

## 4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### 4.1. Unidade I – Introdução ao voleibol

- Histórico e evolução do Voleibol.
- Características e especificidades do Voleibol.
- Fundamentos técnicos envolvidos nas ações ofensivas e defensivas do voleibol.
- Regulamentação do Voleibol.

### 4.2. Unidade II - Sistemas Ofensivos e Defensivos do Voleibol

- Minivoleibol (1x1; 2x2; 3x3; 4x4).
- Sistemas de Recepção (“W”, “V”, 2 ou 3 jogadores).
- Sistemas de Defesa (3-2-1; 3-1-2; defesa posicionada; defesa jogo de campo).
- Sistemas de Ataque com trocas (4x2 simples e pela ponta), infiltração (6x6 e 6x2) e trocas e infiltração (5x1).

### 4.3. Unidade III – Metodologias do processo de ensino-aprendizagem-treinamento

- Processo de ensino-aprendizagem-treinamento do voleibol.
- Princípios e noções de progressões de aprendizagem dos elementos técnico-táticos.
- Estruturação dos exercícios e tarefas com critérios de êxito.

### 4.4. Unidade IV - Práticas pedagógicas como componente curricular (PPCC)

- Observação e reflexão de sessão de treinamento técnico-tático de voleibol.
- Ministração de sessão de treinamento técnico-tático de voleibol com progressões de aprendizagem dos elementos técnico-táticos.

## 5. METODOLOGIA

As aulas serão desenvolvidas em duas formatações:

- Aulas expositivas-dialogadas: as aulas acontecem dentro da sala de aula por meio da exposição dos conteúdos, vídeos, seminários, leitura de textos e discussões;
- Aulas expositivas-práticas: as aulas acontecem em espaços propícios à prática esportiva e vivência por parte dos estudantes;

Todas as atividades complementares da disciplina, tais como textos de apoio, artigos e vídeos serão disponibilizados via ambiente virtual de ensino e aprendizagem do MOODLE.

## 6. AVALIAÇÃO

**6.1. Prova escrita I**, realizada no final do primeiro bimestre letivo, versando sobre os conteúdos ministrados com grau de exigência no domínio cognitivo em nível de conhecimento, compreensão, aplicação e análise. (Peso 2,5)

**6.2. Prova escrita II**, realizada no final do segundo bimestre letivo, versando sobre os conteúdos ministrados com grau de exigência no domínio cognitivo em nível de conhecimento, compreensão, aplicação e análise. (Peso 2,5)

**6.3. Prova prática**, realizada no segundo bimestre, referente a **elaboração de plano de treinamento** (Peso 1,0) e **ministração da sessão de treinamento** aos colegas da disciplina (Peso 1,0), versando sobre fundamentos técnico-táticos do voleibol para categoria de base.

**6.4. Realização de tarefas**, compreendendo fichas de artigos e capítulos de livros, exercícios, súmulas, arbitragem, seminários, trabalhos teóricos e similares e confecção do dossiê das atividades realizadas na disciplina (Peso 2,0).

**6.5. Avaliação da participação nas aulas** (Peso 0,5) e **Auto-avaliação do aluno** (Peso 0,5) referente ao desempenho demonstrado durante a ministração da disciplina (interesse, frequência, dedicação, ...).

**NOTA FINAL:** Média ponderada das avaliações realizadas.

Obs: Caso for necessária a recuperação nesta disciplina, será realizada uma prova escrita sobre os conteúdos ministrados na disciplina, com grau de exigência no domínio cognitivo em nível de conhecimento, compreensão, aplicação e análise.

## 7. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

<b>Data</b>	<b>Unidade/ Local</b>	<b>Assunto</b>	<b>Aulas</b>
07.08.23	I / Sala de aula	Apresentação e discussão do Plano de Ensino / Aspectos históricos e evolução do voleibol no Brasil e no Mundo.	2
09.08.23	I / Sala de aula	Características do voleibol / Fundamentos técnico-táticos do voleibol	2
14.08.23	II / Ginásio 2	Mini-Voleibol (1X1 e 2X2): relação jogador-bola e jogador-jogador	2
16.08.23	II / Ginásio 2	Mini-Voleibol (2X2 e 3X3): relação jogador-bola e jogador-jogador	2
21.08.23	II / Ginásio 2	Mini-Voleibol (2X2 e 3X3): relação jogador-bola, jogador-jogador e jogador-grupo	2
23.08.23	II / Ginásio 2	Mini-Voleibol (3X3 e 4X4): relação jogador-bola, jogador-jogador e jogador-grupo	2
28.08.23	II / Ginásio 2	Mini-Voleibol (4X4 e 6X6): relação jogador-bola, jogador-jogador e jogador-grupo	2
30.08.23	II / Ginásio 2	Sistemas básicos de Recepção e Defesa – Sistema de Ataque com trocas (4 x 2 simples)	2
04.09.23	II / Ginásio 2	Sistemas básicos de Recepção e Defesa – Sistema de Ataque com trocas (4 x 2 pela ponta)	2
06.09.23	II / Ginásio 2	Sistemas básicos de Recepção e Defesa – Sistema de Ataque com trocas (4 x 2 pela ponta)	2
11.09.23	II / Ginásio 2	Sistemas básicos de Recepção e Defesa – Sistema de Ataque com infiltração (6 x 6 e 6 x 2)	2
13.09.23	II / Ginásio 2	Sistemas básicos de Recepção e Defesa – Sistema de Ataque com infiltração (6 x 2)	2
18.09.23	II / Ginásio 2	Sistemas básicos de Recepção e Defesa – Sistema de Ataque com trocas e infiltração (5 x 1)	2
20.09.23	II / Ginásio 2	Sistemas básicos de Recepção e Defesa – Sistema de Ataque com trocas e infiltração (5 x 1)	2
25.09.23	I / Sala de Aula	Seminários sobre Regras de Voleibol	2
27.09.23	I / Sala de Aula	Seminários sobre Regras de Voleibol	2
02.10.23	I e II / Sala de Aula	Prova Escrita I	2
04.10.23	I e II / Sala de Aula	Correção da Prova Escrita I	2
09.10.23	I / Sala de Aula	Processo de ensino-aprendizagem-treinamento esportivo/ Princípios e noções de progressões de aprendizagem	2
11.10.23	III / Ginásio 2	Estruturação dos exercícios e tarefas – Progressão de exercícios	2
16.10.23	III / Ginásio 2	Estruturação dos exercícios e tarefas – Critérios de êxito	2

18.10.23	III / Ginásio 2	Preparação técnico-tática: progressão de exercícios de fundamentos individuais e combinação de fundamentos	2
23.10.23	III / Ginásio 2	Preparação técnico-tática: progressão de exercícios de complexo de jogo e jogo	2
25.10.23	III / Ginásio 2	Preparação técnico-tática: progressão de exercícios de aquisição e fixação/diversificação da técnica	2
30.10.23	III / Ginásio 2	Preparação técnico-tática: progressão de exercícios de aplicação e competição	2
01.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Observação pedagógica de sessão de treinamento técnico-tático	2
06.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
08.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
13.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
20.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
22.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
27.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
29.11.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
04.12.23	IV / Ginásio 2	PPCC – Ministração de sessão de treinamento técnico-tático – Progressão de exercícios para categorias de base	2
06.12.23	III e IV / Sala de Aula	Prova Escrita II	2
11.12.23	III e IV / Sala de Aula	Correção da Prova Escrita	2
13.12.23	I, II, III e IV / Sala de Aula	Prova de recuperação	2

Obs: O cronograma de atividades poderá sofrer alterações, a partir das necessidades que surgirem no decorrer do semestre letivo.

## 8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

ARAÚJO, J.B. **Voleibol moderno; sistema defensivo**. Rio de Janeiro: Palestra Sport, 1994.

BOJIKIAN, J.C.M; BOJIKIAN, L.P. **Ensinando voleibol**. São Paulo: Phorte, 2012.

DURRWACHTER, C. **Voleibol: treinar jogando**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1984.

FRASCINO, J. **Voleibol; o jogador e a equipe**. São Paulo: Hemus, 1986.

SUROVOROV, Y.P. e GRISHIN, O.N. **Voleibol Iniciação**. Rio de Janeiro: Sprint, 1990.

ZHELEZNIAK, Y.D. **Voleibol: teoría y método de la preparacion**. Barcelona: Paidotribo, 1998.

### **Bibliografia Complementar:**

ARANTES, L.C. et al. **Educação Física e Modelos de Ensino dos Esportes: conceitos, características e aplicações**. Recife: Even3 Publicações, 2021

COLLET, C. et al. Construção e Validação do Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-tático no Voleibol (IAD-VB). **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 13, p. 43-51, 2011.

COLLET, C. et al. Desenvolvimento do Voleibol: do minivoleibol ao jogo formal. In: Pablo Esper. (Org.). **Iniciación, formación y desarrollo de los deportes de equipo**. 1ed.Salta/Argentina: EUCASA (Ediciones Universidad Católica de Salta), 2022, v. 1, p. 1208-1244.

COSTA, L.C.A.; NASCIMENTO, J.V. O ensino da técnica e da tática: novas abordagens metodológicas. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 15, n. 2, p. 49-56, 2, 2004.

MESQUITA, I. Ensinar bem para aprender melhor o jogo de voleibol. In: TANI, G.; BENTO. J.; PETERSEN, R. (Org.) **Pedagogia do Desporto**. p. 327-343. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MESQUITA, I. **Pedagogia do Treino: a formação em jogos desportivos colectivos**. Lisboa: Livros Horizonte, 1997.

MESQUITA, I.; GRAÇA, A. Modelos de ensino dos jogos desportivos. In: TANI, G.; BENTO. J.; PETERSEN, R. (Org.) **Pedagogia do Desporto**. p. 269-283. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MESQUITA, I.; ARAÚJO, V. **Pressupostos Metodológicos na Intervenção do Monitor de Gira-Volei**. Porto: FPV, 2002.

MESQUITA, I.; MOUTINHO, C.; FARIA, R. **Investigação em Voleibol: estudos ibéricos**. Porto: Saúde e Sá Artes Gráficas, 2003.

MESQUITA, I.; GUERRA, I.; ARAÚJO, V. **Processo de Formação do Jovem Jogador de Voleibol**. Porto: Heska Portuguesa, 2002.

MESQUITA, I.; AFONSO, J.; COUTINHO, P.; ARAÚJO, R. Modelo de abordagem progressiva ao jogo no voleibol: concepção, metodologia, estratégias pedagógicas e avaliação. In: TAVARES, F. (Org.) **Jogos Desportivos Coletivos: ensinar a jogar**. p. 73-122. Porto: Editora da FADEUP, 2013.

NASCIMENTO, J.V.; RAMOS, V.; TAVARES, F. (Org.) **Jogos Desportivos: formação e investigação**. Florianópolis: Editora da UDESC, 2013.

RAMOS, V.; SAAD, M.A.; MILISTETD, M. (Org.) **Jogos desportivos coletivos: investigação e prática pedagógica**. Florianópolis: Editora da UDESC, 2013.