



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE DISCIPLINA



CÓDIGO: MH619

NOME: VOLEIBOL

OF:S-2 T:02 P:02 L:00 O:00 D:00 E:00 HS:04 SL:04 C:04 EX:S
Pré-Req.: MH601/ AA200

Ementa:

Planejamento, organização e execução de programas de ensino em voleibol para os diversos segmentos da sociedade. Organização de competições e preparação global do atleta e da equipe.

Objetivos:

- Deverá aprender as regras, seu valor educativo e sua aplicação.
- **Deverá aplicar na prática e de forma correta os diferentes fundamentos, sabendo orientar e montar uma equipe.**
- Observar e analisar uma partida de voleibol.
- Organizar atividades relacionadas com o voleibol.

Conteúdo programático:

- ETAPAS DA APRENDIZAGEM
- REGRAS
- SUMULA
- COMPOSIÇÃO DE UMA EQUIPE
- ORGANIZAÇÃO DE UMA EQUIPE
- SISTEMA DE RECEPÇÃO DO SAQUE
- PREPARAÇÃO DE UMA EQUIPE PARA O JOGO
- ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS
- PLANO DE JOGO
- TREINO FINAL
- TRABALHO COM O LEVANTADOR
- DEFESA
- SAQUE
- CORTADA
- BLOQUEIO
- FINTAS
- RECURSOS
- SISTEMA DE JOGO
- SISTEMA DE COBERTURA
- COBERTURA DE ATAQUE
- MINI-VOLEIBOL
- PLANILHA
- ALTERNATIVAS DO VOLEIBOL (AREIA, 4 X 4, BIRIBOL, GRAMA,ETC.)

Estratégias:

Aulas teórica, com auxílio de recursos audio-visuais;

Atividades práticas;

Visitas a clubes, escolinha e assistirmos jogos de voleibol;

Elaboração e apresentação de trabalhos.



**FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE DISCIPLINA**



CÓDIGO: MH619

NOME: VOLEIBOL

Critérios de avaliação:

- Prática, teórica e trabalhos

Bibliografia:

BÁSICA

A. GUILHERME, *Voleibol a Beira da Quadra*. Ed. Brasipal Ltda, 1975.

JORGE DE ARAÚJO BARROS, *Voleibol Moderno – Sistema Defensivo*. 1994.

BERTHOLD FROHNER, *Voleibol Juegos para el Entrenamiento*. Editorial Stadium.

DURRWACHTER GERHARD, *Voleibol Treinar Jogando*. Ao Livro Técnico S/A.

Y.L. KLESSHEV, *Voleibol*. Editorial Científico-Técnica, 1988.

ESPECÍFICA

TOYODA BAACK, MATSUDAIA, SAITO, *MEC – Manual do Treinador*.

ALEXANDER VASSILEVITCH BELIAEV, *Voleibol Preparação Física, Técnica e Tática*. Lazer & Sport Promoções.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLLEYBALL, *Curso Nacional de Treinadores Nível 1*. 1998.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLLEYBALL, *Curso Nacional de Treinadores Nível 2*. 1999.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLLEYBALL, *Primeiro Encontro Nacional de Professores de Voleibol das Faculdades de Educação Física*. 1999.

MOACYR DAIUTO, *Voleibol – Regras Comentadas – Técnica – Tática*. Brasil Editora.

V. KLESCHOV, TIURIN, V., *Preparación Tática de los Voleibolistas*. Ed. Pueblo & Educación, 1977.

FIEDLER MARIANE, *Voleibol Moderno*. Ed. Stadium.

SOTIR NICOLAI, *Volleyball*.

KAPLAN OLDRICH, *Voleibol Actual – Técnicas – Tácticas – Entrenamiento*. Ed. Stadium.

REGRAS OFICIAIS DE VOLEIBOL. 1999/2000.

A. SELINGER, ACKERMANN-BLOUNT, J., *El Voleibol de Potencia*. Confederação Argentina de Voleibol, 1985.

ALEXANDER A SHALMANOV, *Fundamentos Biomecânicos*. Lazer & Sport Promoções.