

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO

CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Biênio 2022-2023



CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

BACHARELADO

Coordenadora

Profa. Dra. Alessandra de Magalhães Campos Garcia

Chefe do Departamento de Educação Física

Prof. Dr. Sérgio Souza

PLANOS DE CURSO

2022.4

Aprovados em Assembleia Departamental (DEF/UFMA) de 31/03/2023

**CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA/DEF/UFMA**

Código	Disciplina	CH (CR)	Docente	Horário
7º Período				
DEEF0250	PRINCÍPIOS DAS MODALIDADES COLETIVAS IV (VOLEIBOL)	60h (3cr)	Profa. Dra. ANDRÉA DIAS REIS	23456M12345
OPTATIVAS				
DEEF0286	TECNOLOGIAS APLICADAS À ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE E AO ESPORTE	60h (4cr)	Profa. Dra. CAROLINE PORTO LEITE TEIXEIRA	345T23456



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PLANO DE ENSINO

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO	
DISCIPLINA: PRINCÍPIOS DAS MODALIDADES COLETIVAS IV (VOLEIBOL)	CÓDIGO: DEEF0250
PROFESSOR: ANDRÉA DIAS REIS	CH: 60h
PERÍODO (ano/semestre): 2022.4	CR: 04

1. EMENTA

Evolução histórica do treinamento desportivo. Bases de treinamento esportivo. Periodização. Treinamento de resistência, velocidade, força. Planejamento do treinamento. Métodos de treinamento. O Técnico. O atleta e a torcida. Equipe e desempenho. Mulheres e crianças no esporte. Aspectos legais e estruturais. A mídia, os dirigentes e o profissional de Educação Física. Estudos técnicos e biomecânicos dos fundamentos individuais. Sistemas de defesa e ataque. Regras do jogo e detalhamentos. Plano de treinamento do esporte específico. Comissão técnica e desempenho. Recursos tecnológicos e desempenho.

2. OBJETIVOS

Desenvolver conhecimentos na área do treinamento da modalidade de voleibol, enfocando os fundamentos, estrutura ofensiva e defensiva, aspectos técnico-tático, assim como a aplicabilidade de exercícios físicos no jogo.

3. CONTEÚDOS

- ✓ História do Voleibol;
- ✓ Especificidade no treinamento do Voleibol;
- ✓ Fundamentos do Voleibol;
- ✓ Estrutura ofensiva e defensiva do Voleibol;
- ✓ Regras oficiais e normas do Voleibol;

- ✓ Sistema de jogos no Voleibol;
- ✓ Aspectos técnicos e táticos do Voleibol;

4. METODOLOGIA

A disciplina será ministrada no modelo presencial, as aulas predominantemente teóricas serão realizadas em sala de aula e as atividades práticas em ginásio esportivo do Núcleo de Esporte da Universidade Federal do Maranhão. Também haverá o acompanhamento de jogos em quadras e/ou ginásio na cidade de São Luís - MA. Também poderá ser utilizado gravações de jogos, vídeos, fotos, figuras, imagens ilustrativas, assim como resoluções de situações problemas. As aulas em ginásio e gravações ou vídeos de jogos abordarão prioritariamente os sistemas de jogo e os fundamentos da modalidade de voleibol, além desses métodos didáticos para exposição do conhecimento, também poderão ser utilizados resenhas críticas, esquemas de jogos, estudo dirigido, fórum de discussão, seminários e aulas práticas, apresentações de artigos científicos, situação problema e provas, não se limitando e sendo direcionado conforme o desenvolvimento de aprendizagem dos alunos, processo dinâmico.

5. RECURSOS DIDÁTICOS

Serão utilizados programas da Google, G-Suite (servidor UFMA) e plataforma SIGAA/UFMA para atividades acadêmicas. A disciplina terá como recursos didáticos os seguintes itens: computador e/ou celular, com câmera e microfone acoplados, fone de ouvido, caixa de som ambiente e internet. Também conterà materiais como bolas e rede de vôlei, cones e cordas para serem utilizados no ambiente do ginásio esportivo.

6. AVALIAÇÃO

As avaliações irão abranger todos os conteúdos ministrados até o momento da execução de cada avaliação, três avaliações serão realizadas, sendo estas: 1) Elaboração e apresentação de uma aula; 2) Análise de jogos e rodízio; 3) Revisão simples da prática do vôlei em populações diferentes (crianças, adolescentes, idosos, atípicos e reabilitação) e/ou provas escritas. Todas as três avaliações serão divulgadas antecipadamente, aproximadamente dez dias, para que todos os alunos tenham possibilidade de concluírem as avaliações. Caso haja necessidade de avaliação substitutiva, será

realizado uma avaliação abordando análise de sistema de jogo por meio de vídeo e/ou prova escrita. Os alunos que não conseguirem atingir a média de aprovação irão realizar avaliação final que será uma prova escrita.

7. REFERÊNCIAS

Básica:

1. BIZZOCCHI, C. **O voleibol de alto nível: da iniciação à competição**. 5. ed. rev. atual. - Barueri: Manole, 2016.
2. COSTA, A. D. **Voleibol: fundamentos e aprimoramento técnico**. 2. ed. - Rio de Janeiro: Sprint, 2003.
3. SHONDELL, D. **A bíblia do treinador de voleibol**. PORTO ALEGRE:ARTMED, 2005

Complementar:

1. CARVALHO, O. M. **Voleibol 1000 exercícios**. Rio de Janeiro: Sprint, 1993.
2. BOJIKIAN, J. **Ensinando Voleibol**. 4. ed. - São Paulo: Phorte, 2008.
3. RIBEIRO, J.L.S. **Conhecendo o voleibol**. 2 ed. - Rio de Janeiro: Sprint, 2008.
4. LEMOS, A.S. **Voleibol escolar**. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
5. CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL – CBV. Disponível: <https://www.cbv.com.br/>



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

Disciplina: Tecnologias aplicadas à Atividade Física e Saúde e ao Esporte

Professor: Dra. Caroline Porto Leite Teixeira

Código: DEEF0286

CH: 60 horas

Período: 2022.4

CR: 4

1. EMENTA

Com fundamento no conhecimento e na inovação os recursos tecnológicos (software:- editor de texto, -editor de slide,-editor de planilhas,-estatísticas,-internet: bases dedados de artigos científicos, de periódicos científicos, de bibliotecas universitárias, do instituto brasileiro de geografia e estatística, do sistema único de saúde, de órgãos do governo federal, estadual, municipal; de educação à distância/ensino a distância; de equipamentos de informática, biomecânico, biofísico, bioquímico, todos aplicados na atividade física, na saúde, no esporte) se constituem em um poderoso e eficiente instrumento na atuação profissional no mundo do trabalho na medida em que o uso destes recursos aperfeiçoa e potencializa o trabalho, a produção, a geração e a reprodução do conhecimento científico e dessa forma gera riqueza, melhora a qualidade de vida dos cidadãos e desenvolve a sociedade brasileira.

2. OBJETIVOS

Conhecer e utilizar os recursos tecnológicos referentes à atuação profissional em relação à atividade física, à saúde e ao esporte.

3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Apresentação

Medida Antropométrica, Medida Biomecânica, Medida Biofísica de Pico - Editor de texto: quadro; Editor de planilhas: Estatística (valor mínimo, valor máximo, média, desvio padrão); Editor de Slide: Gráficos (individual, valor mínimo, valor máximo, média, desvio padrão).

Base de Dados: Projeto Scielo.

Base de Dados: Medline, Lilacs.

Base de Dados: IBGE.

Base de Dados: Datasus.

IBGE/ Dados sobre o Esporte.

Portal de Revistas Científicas (Bireme), Periódicos Capes.

Periódicos Científicos.

Sistema Qualis: Webqualis.

Educação a Distância.

4. PROCEDIMENTOS DE ENSINO

As aulas são desenvolvidas com as seguintes características: apresentação oral do professor (aula), a construção de tarefas (trabalhos/ exercícios) para poder ocorrer acompanhamento pelo professor com devolutiva em tempo real durante a aula e posterior, quando trabalho escrito/digitado sobre as correções das tarefas.

5. RECURSOS

Projeter, quadro, computador com pacote office e acesso a internet.

6. AVALIAÇÃO

Realização de atividades propostas e entregues.

7. BIBLIOGRAFIA

- BÁSICAS

BIOJONE, M. R. Os periódicos científicos na comunicação da ciência. São Paulo: Educ/Fapesp. 2003.

D'AMBROSIO, U. Transdisciplinaridade. São Paulo: Palas Athena. 3ª edição. 2012.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Avaliação em Tecnologias em Saúde. Revisada e Ampliada. Brasília. 2008.

- COMPLEMENTARES

BIANCHETTI, L. Da chave de fenda ao laptop. Tecnologias digitais e novas qualificações: Desafios à educação. Petrópolis/ Florianópolis: vozes, 2001.

BELLONI, M. M. Educação à distancia. Campinas: Autores associados, 2001.

CARVALHO, L.C. Instrumentação Médico-Hospitalar. São Paulo. Manole. 2008.

THIESEN, J. S. A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. Revista Brasileira de Educação. Rio de Janeiro. Vol. 13. Núm. 39. 2008.

KENSKI, V. M. Tecnologias e Ensino Presencial e a Distância. Campinas: Papyrus, 2003.



Documento assinado digitalmente
CAROLINE PORTO LEITE TEIXEIRA
Data: 09/02/2023 11:28:37-0300
Verifique em <https://verificador.iti.br>