



PLANO DE APRENDIZAGEM

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO			
Curso: Bacharelado em Educação Física			
Disciplina: Teoria e Metodologia do Handebol e Voleibol		Código: FIS05	
Professor: Gilson Pereira Souza		e-mail: gilson.souza@fasete.edu.br	
CH Teórica: 60h	CH Prática: 40	CH Total: 100h	Créditos: 05
Pré-requisito(s): Não			
Período: II		Ano: 2019.1	

2. EMENTA: Histórico e evolução do voleibol e do handebol. Fundamentação técnica e tática: sistemas de jogo. Sistemas ofensivos e defensivos. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do voleibol e do handebol. Noções de regras. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino. Resgate histórico da cultura e participação afrodescendente e indígena no âmbito das atividades relacionadas ao Handebol e Voleibol.
--

3. COMPETÊNCIAS E HABILIDADES DA DISCIPLINA: <ul style="list-style-type: none">▪ Intervir científica e profissionalmente nas manifestações do movimento humano a partir da compreensão da realidade social mediante as modalidades práticas esportivas do voleibol e handebol no auto rendimento.▪ Demonstrar compromisso com as transformações acadêmico-científicas do voleibol e handebol, mediante a análise crítica da literatura especializada e uso da tecnologia da informação e comunicação no âmbito do treinamento com o propósito de contínua atualização e produção acadêmico-profissional dentro do esporte enquanto performance.▪ Intervir nos campos da saúde, da atividade física, do exercício físico, do esporte, da formação cultural, da gestão de empreendimentos e do lazer, com domínio de conhecimentos técnico-científicos no cenário esportivo do handebol e voleibol como preparação e análise para um melhor condicionamento.▪ Diagnosticar os interesses, as expectativas e as necessidades dos indivíduos de diferentes populações de modo a planejar, prescrever, ensinar, orientar, assessorar, supervisionar, controlar e avaliar projetos e programas de atividades físicas, exercícios físicos, esportivos e de lazer, buscando melhores resultados para os fins.▪ Articular o conhecimento acadêmico sobre os diferentes métodos (técnicas, instrumentos, equipamentos, procedimentos) para produção de conhecimento e intervenção profissional, dentro do voleibol e handebol.▪ Participar, assessorar, coordenar e gerenciar equipes para definição e operacionalização de políticas públicas e institucionais próprias do voleibol e handebol a partir do treinamento.▪ Atuar de forma individual, coletiva e multiprofissional, ações que possibilitem a vivência teórica e prática do auto rendimento no voleibol e handebol.
--

4. OBJETIVO GERAL DA APRENDIZAGEM: Proporcionar uma ação reflexiva, vivência e elaboração de um conjunto de referencial metodológico-teórico-prático-analítico, sobre a aprendizagem do voleibol e Handebol como forma de treinamento e auto rendimento. Considerar os princípios do esporte, do treinamento e auto rendimento, suas características biológicas, psicológicas, econômicas, sociais e culturais de nossa sociedade.
--



5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

UNIDADE I – Modalidade Esportiva do Voleibol

1. Apresentação do curso, discussão da ementa, cronograma e formas de avaliação; (1h)
2. Introdução;
 - 2.1. A professor como aspecto fundamental na aprendizagem do voleibol;
 - 2.2. Historicidade e evolução do voleibol; (4h).
3. Responsabilidade Social;
 - 3.1. Ações relevantes do voleibol como perspectivas na responsabilidade social do indivíduo; (5h)
4. Metodologia e aspectos básicos dentro do treinamento para o ensino do voleibol;
5. Pesquisas, estudos e análises dos fundamentos presentes no voleibol, tendo como mediação a vivência prática no treinamento e auto rendimento;
 - 5.1. Adaptações nas vivências e como trabalhar o voleibol, mediante projeto introdutivo da modalidade esportiva do voleibol;
 - 5.2. Prática do treinamento, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino; (15h)
6. Fundamentação técnica e tática quanto organização;
 - 6.1. Sistemas e variações de jogo; Ações ofensivas e defensivas;
 - 6.2. Seminários teórico-práticos direcionados aos sistemas presentes no jogo e suas variações e estratégias na melhoria do mesmo; (8h)
7. Sócio diversidade;
 - 7.1 O contexto social dentro das diversidades de gênero no âmbito do voleibol; (2h)
8. FEST VOLEI: Construção e desenvolvimentos do festival esportivo de treinamento no voleibol para crianças com idades entre 13 (treze) e 17 (dezesete) anos a nível escolar; (5h)
9. Organização e entendimento de súmulas; Regras básicas;
 - 9.1 Construção e preenchimento de Scouting de jogo a partir do jogo analisado; (5h)
10. Revisão do conteúdo programático e processo avaliativo institucional da disciplina em vigor; (5h)

UNIDADE II: Modalidade Esportiva do Handebol

9. Historicidade, evolução e adaptações desenvolvidas na modalidade desportiva do Handebol;
 - 9.1. Atividades básicas e necessárias para iniciação do treinamento para Handebol; (5h)
10. Metodologia e aspectos técnicos para o ensino do Handebol;
 - 10.1. Adaptações nas vivências e como trabalhar a prática do handebol nos mais variados espaços físicos e instituições de trabalho; (5h)
11. Empreendedorismo e empregabilidade dentro da modalidade esportiva do Handebol.
12. Pesquisas e análise dos fundamentos presentes no Handebol;
 - 12.1. Ação prática, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino; (15 h)
13. Fundamentação técnica e tática necessárias para ajudar na melhoria do executar;
 - 13.1. Seminários Temáticos dos sistemas perante as situações de jogo, ações ofensivas e defensivas;
 - 13.2. Vivência prática dos sistemas, com regência do próprio alunado mediante seminário em sala de aula. (8 h)
14. Avanços tecnológicos;
 - 14.1. Processo, evolução e aceitação dos avanços tecnológicos dentro do esporte; (4 h)
15. FEST de HAND: desenvolvimento em uma determinada comunidade carente um Festival de handebol, cujo mesmo, possibilite a prática esportiva para crianças e adolescente mediante os



fundamentos ensinados e que possam despertar a vontade de querer aprender mais e que seja possível inserir o handebol como contexto social e conseqüentemente ao treinamento e auto rendimento dos mesmos. (8 h)

16. Organização e entendimento de súmulas; Regras básicas;

17. Revisão do conteúdo programático e processo avaliativo institucional da disciplina em vigor. (5h)

6. METODOLOGIA DO TRABALHO:

A disciplina será desenvolvida a partir de aulas expositivas e participativas, debates, seminários, estudo dirigido e produção de texto, por meio de recursos audiovisuais, de informática e dinâmicas interacionistas, balizado nos referencias bibliográficos adotados. A ênfase da aula será em:

- Metodologias Ativas
- Abordagem comunicativa dos textos trabalhados;
- Leitura individual e/ou em grupos;
- Interações de atividades, individualmente;
- Interações de atividades, coletivamente;
- Exposição dialogada;
- Análise de vídeos;
- Seminários e Oficinas em âmbito escolar e não escolar;
- Pesquisa em livros, revistas, jornais, dicionários e internet;
- Vivencia e dinâmicas voltadas a ludicidade e o treinamento esportivo;
- Visitas e execuções de projetos de treinamento e iniciação escolar;

7. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:

Durante o semestre, os alunos serão avaliados processualmente, por meio de:

1. Avaliações Institucionais;
2. Construção e desenvolvimento de planos de aulas e ciclos de treinamento;
3. Projetos elaborados e desenvolvidos para ação prática da modalidade em estudo;
4. Scouting de jogo;
5. Seminários em grupo.

As avaliações serão distribuídas durante o semestre da seguinte forma:

AVALIAÇÃO:

1ª ETAPA:

- a) Avaliação escrita mediante plano de aula em dupla, através de atividade dirigida com organização da atividade e participação, sendo o valor de cada plano ou tarefa em 2,5 (dois vírgulas cinco) pontos; somando o valor de valor 10,0 (dez) pontos.
- b) Projeto de Voleibol em grupos e construção do Scout de jogo no valor 5,0 (cinco) pontos cada atividade, tendo como somatório 10,0 (dez) pontos.
- c) Avaliação escrita, com o valor 10,0 (dez) pontos.

2ª ETAPA:

- d) Avaliação escrita mediante plano de aula em dupla, através de atividade dirigida com organização da atividade e participação, sendo o valor de cada plano ou tarefa em 2,5 (dois vírgulas cinco) pontos; somando o valor de valor 10,0 (dez) pontos.
- e) Avaliação participativa mediante monitoramento e construção do Festival de Handebol para



crianças (FEST HAND), em grupos no valor 5,0 (cinco) pontos; Seminário direcionado em grupo dos sistemas de jogo em sala de aula e pratico em quadra no valor de 5,0 (cinco) pontos; somando o valor de valor 10,0 (dez) pontos.

f) Avaliação escrita, com o valor 10,0 (dez) pontos.

2ª CHAMADA: A prova será individual e de forma cumulativa de acordo com os conteúdos trabalhados em cada etapa no valor 10,0 (dez) pontos.

PROVA FINAL: A prova será individual e de forma cumulativa de acordo com os conteúdos trabalhados durante todo o semestre letivo; individual; valor 10,0 (dez) pontos.

DA FREQUÊNCIA

O aluno deverá ter frequência exigida às aulas e demais atividades de 75% na disciplina. Sua margem de ausência em hipótese alguma deverá ultrapassar os 25%.

8. RECURSOS:

<input checked="" type="checkbox"/> Sala (comum)	<input type="checkbox"/> Sala Configuração Flexível	<input checked="" type="checkbox"/> Laboratório(s) - agendar
<input checked="" type="checkbox"/> Práticas em Campo	<input checked="" type="checkbox"/> Kit multimídia	<input type="checkbox"/> Outros (informar)

9. ATENDIMENTO EXTRACLASSE:

Atendimento semanal, mediante agendamento prévio.

10. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

EHRET, Arno et al. **Manual de handebol:** treinamento de base para crianças e adolescentes. São Paulo: Phorte, 2008.
MACHADO, Afonso Antônio. **Voleibol:** do aprender ao especializar. Rio de Janeiro: Guanabara, 2006.
SUROVOROV, Y. P.; GRISHIN, O. N. **Voleibol iniciação.** Rio de Janeiro: Sprint, 2008.

11. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

BORSARI, José Roberto. **Voleibol:** aprendizagem e treinamento. São Paulo: EPU, 2010.
CARVALHO, Oto Moravia de. **Voleibol:** 1000 exercícios. Rio de Janeiro: Sprint, 2008.
CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL. **Regras Oficiais de Voleibol.** Rio de Janeiro: Sprint, 2011.
DIERTRICH, Knut. **Os grandes jogos:** Metodologia e prática. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 2005.
FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE HANDEBOL. **Handebol:** Regras oficiais. São Paulo: Phorte, 2006.
RIBEIRO, Jorge Luiz Soares. **Conhecendo o voleibol.** Rio de Janeiro: Sprint, 2008.
SANTOS, A. L. P. **Manual de mini-handebol.** São Paulo: Phorte, 2002.
SIMÕES, A. C. **Handebol defensivo:** conceitos técnicos e táticos. São Paulo: Phorte, 2008.

12. LEITURA COMPLEMENTAR:

13. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES:

14. INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES:

15. APROVAÇÃO:

Aprovado em ____/____/____

Homologado em ____/____/____

PROFESSOR (A)

COORDENADOR(A)



FASETE
FACULDADE SETE DE SETEMBRO
PAULO AFONSO - BA

ORGANIZAÇÃO SETE DE SETEMBRO DE CULTURA E ENSINO LTDA
Recredenciada pela Portaria / MEC n.º 881/2016 - D.O.U. 15/08/2016
CNPJ: 03.866.544/0001-29 e Inscrição Municipal n.º 005.312-3