 <b>Politécnico da Guarda</b> Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto	<b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR</b>	<b>MODELO PED.007.01</b>
---	--	--------------------------

Curso	Licenciatura em Desporto				Ano letivo		2015/2016	
Unidade Curricular	Práticas do Desporto I – Voleibol I				ECTS		2	
Regime	Obrigatório							
Ano	1ºAno	Semestre	1ºSemestre		Horas de trabalho globais			
Docente(s)	António Albino				Total	54	Contacto	22,5
Coordenador área disciplinar	Teresa Fonseca							

### GFUC Previsto

## 1. OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Nesta unidade curricular pretende-se que os alunos adquiram conhecimentos a nível da:

- Identificação, organização institucional e funcional da Federação Portuguesa de Voleibol.
- Aquisição de competências para descrever a lógica interna do jogo; desenvolver as suas competências no âmbito dos comportamentos técnicos e táticos individuais contextualizados com a prática.
- Aquisição de competências que visam o domínio dos fundamentos teóricos e metodológicos do Voleibol, no contexto do processo de treino e formação técnica.
- Como perfil de saída pretende-se que os alunos sejam capazes de analisar e refletir sobre a qualidade da prática do voleibol.


## 2. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

### I – Metodologias gerais e específicas relacionadas com a análise e natureza do jogo de Voleibol

- Fundamentos teóricos e metodológicos no contexto de treino e de formação técnica.
- Estrutura e dinâmica do jogo.
- Evolução histórica dos diferentes sistemas defensivos e ofensivos.

### II – Bases racionais do jogo

- Fases da dinâmica do jogo

 <p><b>Politécnico da Guarda</b> Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto</p>	<p><b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR</b></p>	<p><b>MODELO PED.007.01</b></p>
---	---	---------------------------------

- Ações individuais:
  - Análise das componentes críticas dos gestos técnicos de base
  - Fatores limitativos
- Ações coletivas:
  - Organização coletiva em ações defensivas e ofensivas
  - Sistemas e combinações táticas de jogo.

### **III – Integração de fatores na organização e planificação do processo de treino**

- Atitude base no processo defensivo e ofensivo.
- Os princípios fundamentais técnicos e táticos nas ações individuais e coletivas no processo dinâmico e organizado de um modelo de jogo.

### **IV – A modelação nos desportos coletivos**

- O exercício e sua importância no processo de treino.
- A estrutura e organização dos exercícios de treino.

No intuito de melhor orientar e situar o aluno no processo ensino - aprendizagem, as tarefas concentram-se em torno de:

- Desempenho motor – o aluno deverá participar nas ações práticas manifestando comportamentos quer a nível da sua execução, quer na interpretação e prescrição de soluções dos problemas postos.
- Desempenho cognitivo – a tarefa será cumprido na análise da ação, comparação com o modelo preconizado e indicação da correção.
- O aluno deverá estar constantemente desperto para o domínio do suporte teórico da atividade, de modo que durante a execução possa descrever os elementos condicionais mais relevantes, preconizar uma resposta correta, realizá-la e (auto) criticá-la de forma ideal. Pretende-se assim criar uma atitude discente participativa e consciente perante a atividade proposta.

### **3. DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DOS CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS COM OS OBJETIVOS DA UC**

Os conteúdos estão em coerência com os objetivos da UC, pois a transmissão e aprendizagem dos conteúdos previstos possibilitam que o estudante adquira os conhecimentos de índole técnico-científica, bem como a capacidade de refletir a prática de modo a adquirir competências ao nível de um profundo conhecimento teórico e prático dos conteúdos técnicos da modalidade, do processo de planeamento, intervenção e controlo relativo à modalidade e ainda um conhecimento das tendências evolutivas da mesma. Acresce ainda o fato da UC privilegiar as vivências práticas com o objetivo do aperfeiçoamento dos gestos técnicos, de modo a consolidar a qualidade da intervenção pedagógica. Em síntese, esta UC foi estruturada de conteúdos com o objetivo de contribuir para a compreensão, por parte do aluno, da importância da modalidade, tendo presente a crescente relevância dos instrumentos técnicos e científicos necessários para a melhoria e o aperfeiçoamento da sua intervenção como técnico.

### **4. BIBLIOGRAFIA PRINCIPAL**

American Volleyball Coaches Association (2012); Volleyball drill book, The  
ISBN: 9781450423861.

Bulman, G. (1991); Guia prático do voleibol; Ed. Presença

Castelo, J. et al. (1998); Metodologia do treino desportivo; Ed. FMH.

Fernando, L. (1992); Voleibol moderno - Programação e metodologia do conceito de treino; Ed. Livros Horizonte

Garganta, Júlio (1995). Para uma Teoria dos Jogos Desportivos Coletivos. Em: *O Ensino dos Jogos Desportivos*. Amândio Graça e José Oliveira Editores. FCDEF-UP.

Graça, A; Oliveira, J. (1995); O ensino dos desportos coletivos. FCDEF – UP.

Lucas, J. (2000); Recepcion, colocacion y ataque en Voleibol.

ISBN: 8480194952.

Mesquita, L.; Moutinho, C.; Faria, R. (2003); Investigação em Voleibol – Estudos Ibéricos. ISBN: 9728687117

Moras, G. (2010); Preparacion integral en Voleibol. ISBN: 9788480191647.

## **5. METODOLOGIAS DE ENSINO (REGRAS DE AVALIAÇÃO)**

As aulas TP e PL privilegiam o ensino presencial, assentam na transmissão de conhecimentos centrado no processo ensino aprendizagem do aluno, fazendo com que a melhoria dos conhecimentos dos alunos se efetue no confronto das dificuldades encontradas para a resolução das tarefas propostas nas aulas com o conhecimento adquirido em discussão de situações-problema. A componente teórica das exposições é enfatizada através de exemplos e /ou demonstrações práticas, estimulando o interesse e a pesquisa por parte dos alunos de forma a adquirir competências práticas.

O processo de avaliação será de natureza contínua, incluindo os seguintes parâmetros:

- Avaliação Prática (75%) – Execução das tarefas motoras (desempenho motor) avaliadas de forma contínua. Avaliação das capacidades técnico-táticas sobre desempenho defensivo e ofensivo em situações de jogo reduzido, condicionado e formal.
- Avaliação Teórica (25%) - Realização de uma ficha de trabalho.

O aluno terá de ter no mínimo 2/3 de presenças nas aulas lecionadas e cumprir as atividades propostas para ser avaliado.

Nota: Os alunos que não tiverem 2/3 de presenças não serão admitidos a exame final, conforme regulamento aprovado na U.T.C. na área científica de treino desportivo

## **6. DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DAS METODOLOGIAS DE ENSINO COM OS OBJETIVOS DA UNIDADE CURRICULAR**

A concretização dos objetivos de aprendizagem apresentados passa pela transmissão de conteúdos científico-técnicos que se procura consolidar através de vivências práticas com o objetivo do aperfeiçoamento dos gestos técnicos, de modo a consolidar a qualidade da intervenção pedagógica do aluno, suportando-se em perguntas questão como estratégia para conduzir os alunos na pesquisa dirigida, está em coerência com os objetivos da UC que visam enriquecer os conhecimentos específicos do Voleibol, domínios dos seus fundamentos por forma a desenvolver competências de saber, ser, estar e fazer. Em

síntese, esta UC foi estruturada de conteúdos com o objetivo de contribuir para a compreensão, por parte do aluno, da importância da modalidade, tendo presente a crescente relevância dos instrumentos técnicos e científicos necessários para a melhoria e o aperfeiçoamento da sua intervenção como técnico.

## **7. ADAPTAÇÃO DAS METODOLOGIAS DE ENSINO E DAS DIDÁTICAS AOS OBJETIVOS DA UC**


As metodologias de ensino e as didáticas desenvolvidas, adaptam-se aos objectivos dado que induzem os alunos à aquisição de competências e a ajustamentos na sua formação académica, fatos pretendidos para esta unidade curricular. O recurso a dinâmicas ativas, apresenta-se como outra das estratégias capaz de gerar aprendizagens efetivas e significativas, bem como a total disponibilidade dos espaços para o estudo, fora das horas de contacto.

## **8. FORMAS DE GARANTIR QUE A AVALIAÇÃO DE APRENDIZAGEM DOS ALUNOS É FEITA EM FUNÇÃO DOS OBJETIVOS DA UC**

O regime de avaliação contínua é estabelecido para uma aferição acompanhada ao longo do semestre no sentido de aferir competências em construção. A avaliação final permite aferir se as competências de integração de conhecimentos foram alcançadas. Acresce ainda o facto de na U.C. se promover ambientes de aprendizagem integrados ao processo de avaliação.

## **9. METODOLOGIAS DE ENSINO QUE FACILITAM A PARTICIPAÇÃO DOS ESTUDANTES EM ACTIVIDADES CIENTÍFICAS**

A metodologia proposta, orientada para uma aprendizagem significativa, guiada e centrada no processo ensino aprendizagem do aluno, onde todo o seu trabalho contribui fortemente para a sua aprendizagem, faz com que a melhoria dos mesmos se efetue no confronto das dificuldades encontradas para a resolução de tarefas propostas nas aulas TP e PL, através de conhecimentos adquiridos do estudo, e dos debates. O processo de ensino aprendizagem suportado em metodologias ativas, induz o envolvimento dos alunos permitindo a ponte entre os aspetos teóricos coordenados pelo docente, estimulando o

 <b>Politécnico da Guarda</b> Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto	<b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR</b>	<b>MODELO PED.007.01</b>
---	--	--------------------------

aluno a deixar o papel de recetor passivo e a assumir o de agente e principal responsável pela sua aprendizagem.

## 10. OUTROS

A avaliação a realizar nesta unidade curricular segue o estipulado no regulamento de avaliação da ESECD. O aluno tem direito a dois tipos de avaliação: avaliação contínua e avaliação final.

### **Avaliação final**

A avaliação será constituída por um exame escrito e uma oral obrigatória. Só terão acesso ao exame os alunos que obtiverem nota mínima de 7,5 valores no processo de avaliação contínua.

Para a avaliação dos alunos com Estatuto do Trabalhador-Estudante não só será considerado o regulamento de avaliação da ESECD, como também é considerada a Lei nº 116/97 e o artigo nº 22 da Lei nº 62/2007 de 10 de Setembro – Regime Jurídico das Instituições do Ensino Superior.

### **Regime de Assiduidade**

Conforme definido no Regulamento de Avaliação da ESECD.

### **Contacto e Horário de Atendimento**

- Gabinete 1.12 – [tobino@jpg.pt](mailto:tobino@jpg.pt)
- Horário Atendimento: 3ªFeira 15.30/17H e 5ªFeira 15.30H/17H.

O Docente



O Coordenador da Área Disciplinar

