



PLANO DE CURSO

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO:

Curso: Licenciatura em Educação Física

Disciplina: Teoria e Metodologia do Basquetebol e dos Esportes com Raquete

Professor: Jorge Paulo Gomes de Carvalho

E-mail: jorgepaulo.carvalho@fase.edu.br

Código: FIS26

Carga Horária: 100 h

Créditos: 05

Pré-requisito (s): -----

Período: 4º

Semestre: 2017.2

2. EMENTA:

Histórico e evolução do Basquetebol e dos Esportes com Raquete em geral. Fundamentos básicos e estruturação de exercícios. O Basquete e o Tênis na cultura Brasileira e no Mundo suas diferentes expressões e sua relação com a educação física. Capacidades motoras e qualidades físicas dos movimentos no Basquetebol e dos Esportes com Raquete e suas contribuições na aprendizagem motora. Aspectos metodológicos do processo de ensino-aprendizagem para prática pedagógica, com orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

3. OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

Proporcionar o conhecimento dos fundamentos básicos do Basquetebol e dos Esportes com Raquete em geral, permitindo aos alunos uma análise crítica-reflexiva sobre a importância destes conteúdos para prática profissional, e o conhecimento das competências técnico - científicas que embasam estes componentes na prática do cotidiano escolar.

4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA DISCIPLINA:

- Entender o processo evolutivo das práticas de Basquetebol e dos Esportes com Raquete no Brasil e no Mundo, e sua relação com a Educação Física;
- Contextualizar e refletir sobre a importância do processo de ensino do Basquete e dos Esportes com Raquete como conteúdo das aulas de Educação Física;
- Conhecer as diferentes formas de prática do Basquete e dos Esportes com Raquete e aspectos metodológicos que a compõe;
- Desenvolver atividades práticas que permitam conhecer os fundamentos básicos do Basquete e dos Esportes com Raquete e sua aplicabilidade nas aulas de Educação Física.

5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- 1.0 - Introdução a História do Basquetebol.
- 2.0 - Regras básicas do Basquetebol e suas evoluções.
 - 2.1 - História e Evolução do basquetebol no mundo.
 - 2.2 - História e Evolução do basquetebol no Brasil.
- 3.0 - Componentes do basquete: Físico; Técnico; Tático; Psicológico.
- 4.0 - Fundamentos da Iniciação:
 - 4.1 - Fundamentos da Iniciação: A empunhadura.
 - 4.2 - Fundamentos da Iniciação: O Passe.
 - 4.3 - Fundamentos da Iniciação: Tipos de passe.



- 4.4 - Fundamentos da Iniciação: O Controle de bola.
- 4.5 - Fundamentos da Iniciação: O Arremesso.
- 4.6 - Fundamentos da Iniciação: O Drible e Finta.
- 4.7 - Fundamentos da Iniciação: o rebote.
- 4.8 - Fundamentos da Iniciação: Movimentos Básicos de Defesa.
- 5.0 - Plano de aula para Basquetebol: Estruturação e Elaboração.
- 6.0 - Posições, Funções e Características dos Jogadores de basquetebol.
 - 6.1 - Introdução aos Planos Táticos no Basquetebol.
 - 6.1.1 - Sistema defensivo por zona.
 - 6.1.2 - Sistema defensivo por marcação individual.
 - 6.2 - Rebotes defensivos e ofensivos
- 7.0 - Debate sobre o Basquetebol adaptado.
 - 7.1 - Debate sobre Tática de Jogo no Basquetebol adaptado.
 - 7.2 - Vivências do basquete adaptado na Escola.
- 8.0 - Aplicação e construção de um plano de curso para o basquete na Escola.
 - 8.1 - O basquete como conteúdo nas aulas de Educação Física Escolar.
 - 8.2 - Escolinhas de Basquete na Escola: Como montar.
 - 8.3 - Vivências do basquete na Escola.
 - 8.4 - Organizando competições de Basquete na Escola.
- 1.0 - O Tênis: E sua relação com os outros esportes.
- 2.0 - Introdução a História do Tênis e demais esportes com raquete.
 - 2.1 - História e Evolução dos esportes com raquete no mundo.
 - 2.2 - A cultura aristocrata do Tênis no mundo.
 - 2.3 - História e Evolução do Tênis e dos esportes com raquetes no Brasil.
- 3.0 - Componentes dos esportes com raquete: Físico; Técnico; Tático; Psicológico.
- 4.0 – Conhecendo os ambientes e variações dos jogos com raquete.
 - 4.1 - Os implementos de jogo: Raquete e bola ou peteca
 - 4.2 - Regras básicas do simples e duplas.
- 5.0 - Fundamentos da Iniciação.
 - 5.1 - Fundamentos da Iniciação: Tipos de empunhadura e exercícios de empunhadura.
 - 5.2 - Fundamentos da Iniciação: O Domínio da bola e adaptação com a raquete.
 - 5.3 - Fundamentos da Iniciação: O Controle de bola.
 - 5.4 - Fundamentos da Iniciação: Exercícios do golpe na bola.
 - 5.4.1 - Fundamentos da Iniciação: Exercícios do forhand.
 - 5.4.2 - Fundamentos da Iniciação: Exercícios do backhand.
 - 5.5 - Fundamentos da Iniciação: O Saque.
 - 5.6 - Fundamentos da Iniciação: Os pés e o equilíbrio do corpo.
 - 5.7 - Fundamentos da Iniciação: O voleio.
 - 5.8 - Fundamentos da Iniciação: smash.
 - 5.9 - Fundamentos da Iniciação: Golpes de bolas defensivas.
- 6.0 - Plano de aula para Tênis: Estruturação e Elaboração.
- 7.0 - Posições, Funções e Características dos Jogadores.
 - 7.1 - Posições, Funções e Características dos Jogadores em duplas.
- 8.0 - Introdução aos Planos Táticos dos esportes com raquetes.
 - 8.1 - Aplicação do Plano Tático: Fundo de quadra.
 - 8.2 - Aplicação do Plano Tático: Saque e voleio.



- 8.3 - Técnicas de variação do saque ou saque tático.
- 8.4 - Técnicas para golpes com spin e slice.
- 8.5 - Técnicas para smash e voleio.
- 8.6 - Prática e exercícios das técnicas dos esportes com raquetes.
- 9.0 - Debate sobre a participação do Brasil no tênis e nos esportes com raquete mundial.
- 10.0 – Os esportes com raquetes como conteúdo nas aulas de Educação Física Escolar.
- 10.1 - Vivências dos esportes com raquetes adaptado.
- 10.2 - Escolinhas de Tênis na Escola como montar.
- 10.3 - Aplicação e construção de um plano de curso para os esportes com raquetes na Escola.

6. METODOLOGIA DO TRABALHO:

- Aula expositiva e dialogada;
- Aulas Práticas;
- Pesquisa em base de dados, livros e periódicos;
- Dinâmicas;
- Seminários e discussões em grande grupo.

7. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:

1ª. ETAPA DE AVALIAÇÃO:

A- Entrega de relatórios, textos produzidos em sala de aula, atividades práticas apresentado em grupo e participação em eventos (valor: 10,0 pontos):

B- Apresentação de Trabalho em grupo teórico e prático- 10 pontos

Critério de Avaliação: Avaliação prático-didática, o aluno será avaliado com relação as suas instruções técnicas e didáticas ao orientar os demais alunos da turma. Será avaliado em separado a apresentação teórica e a prática

C- Avaliação Institucional: Prova escrita e individual sem pesquisa, questões dissertativas e objetivas (valor: 10,0 pontos);

2ª. ETAPA DE AVALIAÇÃO:

D- Entrega de relatórios, textos produzidos em sala de aula, atividades práticas apresentado em grupo e participação em eventos (valor: 10,0 pontos):

E- Apresentação de Trabalho em grupo teórico e prático (valor: 10,0 pontos):

Critério de Avaliação: Avaliação prático-didática, o aluno será avaliado com relação as suas instruções técnicas e didáticas ao orientar os demais alunos da turma. Será avaliado em separado a apresentação teórica e a prática



F- Avaliação Institucional: Prova escrita e individual sem pesquisa, questões dissertativas e objetivas (valor: 10,0 pontos);

MÉDIA FINAL (MF): O cálculo da média final será feito utilizando a seguinte fórmula:

$$MF = \frac{(A + B + C)/3 + (D + E + F)/3}{2}$$

OBS: As datas poderão sofrer alterações, sempre comunicadas em sala de aula, nos horários das aulas regulares, de acordo com o regimento da IES FASETE.

8. ATENDIMENTO EXTRA-CLASSE:

Conforme prévio acordo com o professor, nos dias de quinta-feira à noite.

9. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM. **Ensinando tênis para jovens**. Barueri/SP: Manole, 1999.

BALBINOTTI, Carlos. (org.). **O ensino do tênis**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

ROSE JÚNIOR, Dante de; TRICOLI, Valmor. (orgs.) **Basquetebol: Uma visão integrada entre ciência e prática**. Barueri/SP: Manole, 2005.

TREUHERZ, Rolf Mario; CORNEJO, Armando. **Tênis: técnicas e táticas de jogo**. São Paulo: Alaude, 2006.

10. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

ALMEIDA, Marcos Bezerra de. **Basquetebol: 1000 exercícios**. Rio de Janeiro: Sprint, 2009.

CONFEDERAÇÃO brasileira de basquetebol (CBB); FEDERAÇÃO Internacional de Basquetebol (FIBA). **Regras Oficiais de Basketball**. 2011. Disponível em: www.cbb.com.br

DIETRICH, Knut. **Os Grandes Jogos: Metodologia e Prática**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 2005.

VIEIRA, Silvia; FREITAS, Armando. **O que é tênis**. Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2009.

WOODS, Ron; WOODS, Kathy. **Prática de tênis após os 50**. Barueri/SP: Manole, 2010.