



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - UNIRIO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
ESCOLA DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

PROGRAMA DE DISCIPLINA

CURSO: Biomedicina
DEPARTAMENTO: Saúde da Comunidade
DISCIPLINA: Educação Física I
CÓDIGO: SSC 0006
CARGA HORÁRIA: 30 horas
NÚMERO DE CRÉDITOS: 01 Prático
CATEGORIA: ELETIVA - PRESENCIAL

PRÉ-REQUISITOS: Inexistente

EMENTA

Conjunto de exercícios, posturas e habilidades desenvolvidas, visando a manutenção da forma física através da prática desportiva, com base para o bem estar psicológico.

OBJETIVOS DA DISCIPLINA

Estabelecer a modalidade Voleibol; Praticar e desenvolver o Voleibol, como atividade curricular no Curso de Bacharelado em Ciências Biológicas.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Voleibol

- Histórico;
 - Conceitos;
 - Regras do Voleibol;
 - Aprendizagem dos toques;
 - Principais jogadas;
 - Técnica e táticas
-

METODOLOGIA

Aulas práticas com bola e rede.

AVALIAÇÃO

A disciplina realiza duas avaliações, visando à verificação da aprendizagem e do aperfeiçoamento.

BIBLIOGRAFIA

Apostila de Voleibol. Departamento de Educação Física da UGF.

Barros, J.H.B. Táticas e técnicas de treinamento em Voleibol.

Professor Responsável e Ministrante: Carlos Alberto A. Lima