



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Educação Física Curricular

PLANO DE ENSINO 2022-1

Código: EFC 5550

Disciplina: Basquetebol Masculino: Iniciação

Carga Horária: 04 créditos (h/a semana) - 72 h/a

Pré-requisitos:

Professor: **Humberto Moreira Carvalho** (e-mail: hmoreiracarvalho@gmail.com)

Telefone:

1 EMENTA

Iniciação em Basquetebol. O Basquetebol e suas possibilidades educativas. O Basquetebol e o desenvolvimento humano: saúde, lazer e aspectos sócio-afetivos. Estrutura formal do jogo; O ensino do jogo de Basquetebol - princípios do jogo de basquetebol; A iniciação ao jogo; Fundamentos ofensivos e a sua utilização no jogo; Estruturas táticas básicas na fase de iniciação ao jogo; Conceitos ofensivos para a superação de defesas de ajudas; Conceitos defensivos de defesa individual na fase de iniciação ao jogo

2 OBJETIVO GERAL

Construir em conjunto com os discentes, uma prática de Basquetebol, centrada no ser humano, que vise o desenvolvimento das várias dimensões humanas, além da aquisição de habilidades específicas na modalidade.

Genericamente pretende-se:

- [1] Contribuir para o desenvolvimento das competências gerais perseguidas pelo plano de estudos da graduação - o estudante poderá analisar criticamente o jogo e tem possibilidades de aumentar os seus conhecimentos no ensino e treino do Basquetebol;
- [2] Desenvolver competências pessoais - a) Capacidade de análise e de síntese; b) Habilidades de manipulação de informação (capacidade para recolher, recuperar e analisar informações de diferentes fontes); c) Capacidade de resolver problemas;
- [3] Desenvolver competências sistêmicas a) Capacidade de auto-aprendizagem; b) Capacidade de aplicar o conhecimento na prática; c) Capacidade de adaptação a novas situações; d) Preocupação com a qualidade, e) alcance de autonomia.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- [1] Identificar e compreender os princípios básicos do jogo de Basquetebol e o espírito do jogo de basquetebol;
- [2] Identificar a estrutura formal do jogo
- [3] desenvolver a prática do jogo de Basquetebol nas fases de iniciação desportiva e no início da especialização de tarefas no jogo
- [4] compreender e dominar os fundamentos individuais e coletivos ofensivos jogo

[5] compreender conceitos ofensivos de estruturas básicas na fase de iniciação ao jogo, e estruturas e conceitos ofensivos para superação de defesas individuais de ajudas na fase de especialização por posição de jogo

[6] compreender os conceitos defensivos básicos na fase de iniciação e a os conceitos e construção de estruturas defensivas na fase de especialização por posição de jogo.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 Unidade I - O Basquetebol e o desenvolvimento humano:

- O Basquetebol e suas possibilidades educativas;
- O Basquetebol e a saúde;
- O Basquetebol e suas possibilidades de lazer;
- O Basquetebol e desenvolvimento sócio-afetivo

Apresentação do Jogo: terreno de jogo e equipamentos ; breve história e evolução do Basquetebol, meio para compreender o espírito do jogo.

4.2 Unidade II - Iniciação ao Basquetebol:

- Apresentação do Jogo: terreno de jogo e equipamentos ; breve história e evolução do Basquetebol, meio para compreender o espírito do jogo;
- Apresentação da estrutura formal e regulamento do jogo;
- Fundamentos técnico-táticos com bola: o drible
- Fundamentos táticos: a transição defesa-ataque mediante o preenchimento dos três corredores de contra ataque
 - Fundamentos técnico-táticos com bola: posição básica ofensiva, paragens, rotações, lançamento na passada
 - 1 contra 1: arranques em drible directo e cruzado; fintas
 - Fundamentos técnico-táticos: Passe e corte base-extremo
 - Fundamentos técnico-táticos sem bola: aclaramentos e compensações; lado da bola e lado da ajuda
 - Fundamentos técnico-táticos: Transição defesa-ataque com 4 jogadores
 - Construção do ataque com 5 jogadores: ocupação de espaços ofensivos; universalismo e especialização; movimentações básicas e sincronização das iniciativas
 - Defesa: posição deslizamentos e ajudas defensivas

5 METODOLOGIA

Durante as sessões de contacto (aulas), o estudante realizará uma execução, intervenção práticas de treino e análise de desempenho, abordando os conteúdos programados. A metodologia de ensino é coerente com os objetivos da unidade curricular, sendo o aluno exposto num formato dinâmico e reflexivo apontado para a compreensão/entendimento do jogo e resolução de problemas práticos de treino.

6 BIBLIOGRAFIA

- Bosc G & Poulain T (1990) Des clés pour le basket. Paris. Vigot
- Jordane F & Martin J (1999) Baloncesto: bases para el alto rendimiento. Barcelona, Editorial Hispano Europea
- Soares JA (1997) As coisas simples do Basquetebol. Lisboa, IND