



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**COORDENADORIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA CURRICULAR**  
Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis - SC – Brasil  
Fone: (048) 3721-9834 - e-mail: educacaofisicacurricular@contato.ufsc.br



**Disciplina:** EFC5552-Futebol Suíço Masculino: Iniciação

**Carga Horária:** 4 h/a semanais – 72 h/a semestrais

**Equivalências:**

**Docente:** Prof. Dr. Paulo Henrique Borges (paulo.henrique.borges@ufsc.br).

**Horário de atendimento:** Quarta-feira - 10h00min às 11h50min

## **PLANO DE ENSINO**

### **1. EMENTA**

Significado do esporte universitário, o futebol como manifestação cultural e suas variações, potencialidades do futebol como esporte coletivo, estudo das regras do futebol suíço e suas possibilidades de transformação, aspectos técnicos e táticos da modalidade, efeitos da prática desse esporte nas diferentes dimensões da vida humana.

### **2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Contribuir para que os acadêmicos possam conhecer diferentes dimensões do futebol e futebol suíço
- Contribuir para que os acadêmicos aprendam e desenvolvam conhecimentos e práticas do futebol suíço
- Contribuir para que os acadêmicos adquiram autonomia para organizar suas práticas, articuladas com os propósitos da formação universitária da UFSC;

### **3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

#### **3.1. Unidade I - O esporte no contexto da formação universitária:**

- O esporte como criação e prática humana,
- O esporte no contexto da vida universitária,
- Potencialidades e limites do futebol suíço como esporte coletivo,
- A busca da autonomia e do efeito multiplicador pela formação acadêmica e atuação profissional.

#### **3.2. Unidade II - Evolução dos fundamentos técnicos e táticos da modalidade:**

- Atualidade e evolução das regras do futebol suíço,
- Possibilidades de transformação das regras e práticas da modalidade,
- Fundamentos técnicos e táticos da modalidade.

#### **3.3. Unidade III - Efeitos da prática do futebol suíço nas diferentes dimensões da vida humana:**

- Efeitos da prática da modalidade nas dimensões biológica, psicológica e social,
- Avaliação e planejamento das condições individuais e coletivas para prática do futebol suíço.

#### **3.4. Unidade IV - Organização coletiva para a prática do futebol suíço:**

- Os contatos primários com a bola e chutar de bico de lado de calcanhar;
- A Formação de grupos e constituição de suas identidades,
- Aspectos organizacionais da prática de esportes coletivos e de competições esportivas.

#### 4. MÉTODO

As aulas serão desenvolvidas na seguinte formatação:

- Expositivas Práticas (as aulas terão uma dinâmica prática com exposição de conteúdos fornecidos pelo docente e participação direta das alunas no desenvolvimento das atividades).

#### 5. AVALIAÇÃO

- Frequência nas aulas: Nota: 75-80%=7,0; 80-90%=8,0; 90-95%= 9,0; 95-100%=10 (Peso 3,0)
- Desempenho e envolvimento do aluno avaliado pelo professor: Nota 0 – 10 (Peso 4,0)
- Trabalho final da disciplina: Nota 0 – 10 (Peso 3,0)

Nota Semestral = (Frequência \* 0,3 + Nota do professor\* 0,4 + Trabalho \* 0,3)

#### 6 BIBLIOGRAFIA BÁSICA

BENTO, J. Olímpio. **A Formação Desportivo Corporal na Escola**. Universidade do Porto, Porto, Portugal, 1999.

FARIAS, Sidney Ferreira. **Educação Física – Conteúdos para a iniciação ao Futebol Feminino**, LJF. 19989.

NAHAS, Markus Vinícios. **Fundamentos da Aptidão Física relacionada à saúde**. Florianópolis, Ed. UFSC.

MENDES, Luiz. **As Táticas do Futebol**. Rio de Janeiro. Ed. Técnico Print Ltda, 1974.

\_\_\_\_\_, **Futebol Regras e Táticas**. Ed. Tecnoprint Ltda. Rio de Janeiro, 1979.

WELLS. L, Christin. **Women, Sport and Performance**. 2 Ed. Champaign, Illinois, Humann Kineticks Books, 1991.

#### 7. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

ARRUDA, M.; MARIA, T. S.; CAMPEIZ, J. M.; COSSIO-BOLAÑOS, M. A. **Futebol: Ciências aplicadas ao jogo e ao treinamento**, São Paulo, Phorte, 2013.

TEOLDO, I.; GUILHERME, J.; GARGANTA, J. **Para um futebol jogado com ideias: Concepção, treinamento e avaliação do desempenho tático de jogadores e equipes**. Curitiba: Apris, 321 p., 2015.

BRAZ, TV. **Modelos competitivos da distância percorrida por futebolistas profissionais: uma breve revisão**. **Revista Brasileira de Futebol**, v.2, n.1, p. 02-12, 2009.

COSTA, IR; GARGANTA, JM; GRECO, PJ; MESQUITA, I. **Princípios Táticos do Jogo de Futebol: conceitos e aplicação**. **Motriz**, v.15 n.3 p.657-668, 2009.

DRUBSKY, R. **O Universo Tático do Futebol**, Escola brasileira. Belo Horizonte: Health, 2003.

DUARTE, O. **Todas as copas do mundo**. São Paulo: Makron Books, 1998.

GUTERMAN, M. **O futebol explica o Brasil: Uma história da maior expressão popular do país.** Editora Contexto, 2009.

FREIRE, J. B. **Pedagogia do Futebol.** 2 ed. Campinas: Autores Associados, 2003. 98 p.

ORTIZ, J. G. ; DIEFENTHAELER, F. ; MILANEZ, V. ; NAKAMURA, F. Y. ; GUGLIELMO, L. G. A. ; FERNANDES DA SILVA, J. . Respostas fisiológicas agudas do futebol recreacional em mulheres adultas não treinadas. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 18, p. 435-444, 2013.

**REGRAS** DO FUTEBOL. Disponível em: <https://www.cbf.com.br/arbitragem/regras-futebol-e-livros#.WiBHh0qnHIU>

SILVA, J. F. ; TEIXEIRA, A. S. ; SANTANA, H. A. P. ; DELLAGRANA, R. A. . **Treinamento e Avaliação Física no Futebol e no Futsal.** 1. ed. Porto Alegre: S2C e Secco Editora, 2022. v. 1. 256p.