Componente curricular: Educação Física Ano: 9º Bimestre: 1º

Sequência didática 2

|  |  |
| --- | --- |
| Unidade temática | Esportes |
| Objeto de conhecimento | Esportes de rede/parede |

Voleibol – em pé e sentado

Apresentação

O voleibol é uma modalidade fascinante para aqueles que aprendem a jogá-lo, mas também pode ser frustrante para os que possuem dificuldades em sua aprendizagem. Afinal de contas, todo erro cometido por uma equipe ou jogador acarreta pontuação para a equipe adversária. Portanto, o voleibol é um esporte em que acertos e erros possuem a mesma relevância no resultado final. Espera-se que, com base nessa sequência, o professor se aproprie de novas alternativas de ensino-aprendizagem para oferecer esse conhecimento ao aluno, despertando nele a vontade e a confiança para a prática desse esporte de rede/quadra dividida.

Objetivos de aprendizagem

Objetivos gerais

* Reconhecer as principais regras do voleibol de quadra.
* Vivenciar habilidades motoras do voleibol de quadra e de praia.
* Identificar e experimentar diferentes papéis na prática do voleibol.
* Vivenciar o voleibol adaptado (sentado).

Objeto de conhecimento/Habilidades

Esportes de rede/parede

* **(EF89EF01)** Experimentar diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) e fruir os esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.
* **(EF89EF02)** Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.
* **(EF89EF03)** Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.
* **(EF89EF04)** Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.

Tempo previsto: 3 aulas

Aula 1

**Gestão dos alunos:** Organização da turma em dois grandes grupos para aquecimento. Posteriormente, equipes de sete alunos para os jogos.

Objetivos específicos de aprendizagem

* Vivenciar fundamentos do voleibol (saque, toque, manchete, ataque e bloqueio).
* Reconhecer as regras oficiais do voleibol e adaptá-las ao contexto escolar.

Recursos didáticos

Espaço físico: quadra

Materiais: 6 bolas de voleibol e rede de voleibol

Desenvolvimento da aula

**Momento 1** – Retome, com os alunos em roda, regras e fundamentos do voleibol. “Quantos jogadores formam uma equipe titular de voleibol de quadra?”, “Quantos toques na bola a equipe pode realizar a fim de passá-la ao outro lado da quadra?”, “Quais são os fundamentos básicos do voleibol?”, “Quantos pontos compõem um *set* oficial?”, “Como e quando é feito o rodízio de jogadores em uma partida de voleibol?”.

Você pode utilizar as regras a seguir como ponto de partida.

* Uma partida de voleibol de quadra é disputada em no máximo 5 *sets*. Isso significa que a equipe vencedora tem que conquistar 3 *sets* do jogo.
* Cada *set* é composto de 25 pontos. Caso haja empate em 24 pontos, vence a equipe que conseguir   
  abrir 2 pontos de vantagem no placar.
* Caso as equipes empatem em 2 *sets*, o quinto *set* é disputado no sistema de *tiebreak*. Esse *set* de desempate é composto de 15 pontos e também segue os moldes de 2 pontos de vantagem para a equipe vencedora.
* Cada equipe é composta de 6 jogadores titulares e 6 reservas.
* Após o saque, a equipe pode tocar a bola no máximo 3 vezes, e o mesmo jogador não pode executar 2 toques consecutivos.
* As linhas da quadra delimitam o espaço de jogo; ao sacar, o jogador não pode pisar na linha de fundo da quadra; uma bola é considerada dentro se toca uma das linhas da quadra; a linha dos 3 metros (ou linha de ataque) delimita a área de atuação dos jogadores.

A partir dessa discussão inicial, você pode propor à turma mudanças nas regras da aula, estimulando alguns aspectos técnicos e o jogo coletivo do voleibol. Por exemplo, atribuir 3 pontos para a equipe que conseguir realizar os 3 toques ao passar a bola para a quadra adversária e converter o ponto; considerar 2 pontos para a equipe que realizar 2 toques antes da passagem da bola e 1 ponto para a equipe que atacar sem realizar nenhum passe entre os jogadores. Essa estratégia valoriza o jogo coletivo e o aprendizado de novas formas de jogar. O mesmo pode ser feito com outros fundamentos, como atribuir diferentes pontuações para saques por baixo e por cima, ou por jogadas com bloqueio etc. O importante é estimular determinados fundamentos do voleibol, dependendo do nível da turma, da expectativa de aprendizagem, entre outros motivos. Como fonte de pesquisa e aperfeiçoamento, você pode utilizar algum *site* para resgatar fundamentos, regras e conceitos táticos do voleibol. Se possível, o material pode ser exposto aos alunos em sala de aula. Sugestão disponível em: <<https://www.sikana.tv/pt/sport/learn-to-play-volley-ball>>. Acesso em: 1o out. 2018.

**Momento 2** – Como aquecimento, você pode optar pelo jogo resgate. Organize a turma em duas equipes, uma de cada lado da quadra de voleibol. Cada equipe escolhe um sacador que fica no lado oposto da quadra na zona de saque (atrás da linha de fundo da quadra de voleibol). O objetivo do jogo é resgatar todos os jogadores de sua equipe que se encontram do outro lado da quadra. Para isso, o jogador deve segurar a bola no alto após o saque vindo do outro lado da rede. Quem conseguir segurar a bola no alto (sem a deixar cair) junta-se ao sacador do outro lado da quadra, auxiliando-o nos próximos saques. O sacador de uma equipe encontra-se ao lado oposto da quadra da própria equipe. No entanto, durante o jogo, quando a bola toca o chão (independentemente do lado da quadra), a equipe em questão deve passar a bola para trás, no caso, em direção ao sacador adversário. Vence o jogo a equipe que resgatar todos os jogadores o mais rápido possível. Para aumentar a dinâmica da partida, coloque de quatro a seis bolas em jogo. Ao final da prática, enalteça a importância do fundamento saque para o início de qualquer jogada no voleibol.

**Momento 3** – Ao final do aquecimento, organize a turma em equipes de sete alunos. Explique que o jogador reserva entrará em quadra na posição de saque após o rodízio feito com a recuperação da bola. Para tal, os alunos devem reconhecer que o rodízio é realizado no sentido horário após a recuperação do direito de sacar. Isso quer dizer que, após a conversão do ponto durante o saque adversário, sua equipe recebe novamente o direito de sacar e, portanto, ocorre o rodízio de jogadores no sentido horário. Nesse momento, o jogador reserva entra em quadra sacando. Utilize as regras previamente combinadas, valorizando determinados fundamentos e jogadas do voleibol.

**Momento 4 –** Após as partidas, reúna os alunos em roda no centro da quadra e promova as seguintes reflexões: “O jogo resgate ajudou no aprimoramento do saque?”, “As mudanças nas regras de pontuação estimularam jogadas mais elaboradas e o jogo coletivo?”, “Qual foi a maior dificuldade encontrada?”, “Todos conseguem reconhecer como e quando o rodízio de jogadores é realizado?”.

Aula 2

**Gestão dos alunos:** Organização da turma em duplas.

Objetivos específicos de aprendizagem

* Vivenciar as diferenças táticas do voleibol de praia (duplas).
* Vivenciar o voleibol a partir da adaptação de regras.
* Experimentar diferentes papéis (jogador e árbitro) em uma partida de voleibol.

Recursos didáticos

Espaço físico: quadra

Materiais: 15 bolas de voleibol e 4 redes de voleibol

Desenvolvimento da aula

**Momento 1** – Na roda inicial, questione os alunos: “Quais são as diferenças do voleibol de quadra e de praia?”, “As regras são as mesmas?”, “E a maneira de jogar, é parecida? Quais são as diferenças?”.   
Espera-se que os alunos reconheçam que, apesar de utilizar os mesmos fundamentos do voleibol de quadra, o voleibol de praia utiliza uma dinâmica tática muito particular. Tente montar quatro quadras de voleibol para a realização da aula. Cada quadra deve ter duas duplas jogando, enquanto outra dupla faz a arbitragem. Alguns aspectos da arbitragem podem ser combinados: cada um da dupla de arbitragem fica próximo a uma zona de saque; o saque deve ser autorizado pelo árbitro responsável por aquele lado; o árbitro é responsável por validar as bolas dentro ou fora da quadra; a arbitragem controla o placar do jogo e o número de toques realizados pelas duplas; a partida pode ter duração de 7 pontos, respeitando-se a diferença de 2 pontos para a equipe vencedora.

**Momento 2** – Como aquecimento, distribua uma bola para cada dupla (se não for possível, forme pequenas rodas com os alunos). De frente um para o outro, os alunos devem realizar os seguintes fundamentos como aquecimento: toque-toque, toque-manchete, manchete-manchete, levantamento-ataque (cortada)-defesa (manchete).

**Momento 3** – Após o aquecimento, inicie os jogos pela quadra e auxilie os alunos que estão jogando na execução dos fundamentos e os alunos de arbitragem, na aplicação das regras.

**Momento 4** – Ao final da aula, reúna a turma em roda no centro da quadra e reflita sobre alguns pontos relevantes: “Qual foi a principal diferença tática percebida na prática do voleibol de praia?”, “Foi mais fácil ou mais difícil de jogar? Por quê?”, “Como foi realizar a arbitragem da partida?”. É importante que os alunos identifiquem as diferenças no jogo de voleibol de quadra e de praia no que diz respeito ao posicionamento dos jogadores e à atuação durante as jogadas de ataque e defesa. Chame a atenção para as tomadas de decisão que, no jogo de voleibol, dependem de alguns fatores, como altura e direção da bola, posicionamento da equipe adversária, intuito da jogada etc.

Aula 3

**Gestão dos alunos:** Organização da turma em 3 ou 4 equipes.

Objetivo específico de aprendizagem

* Vivenciar o voleibol adaptado (sentado).

Recursos didáticos

Espaço físico: quadra

Materiais: 2 bolas de voleibol e 2 redes de voleibol

Desenvolvimento da aula

**Momento 1** – Em roda, inicie a conversa com a pergunta: “O que é esporte adaptado?”. Aprofunde a discussão com outras questões: “O voleibol pode ser adaptado?”, “Quem o pratica?”, “Quais são suas adaptações?”. O esporte adaptado surgiu no período pós-Segunda Guerra com o intuito de resgatar a autoestima de soldados que sofreram algum tipo de trauma físico ou mental. Até hoje o esporte adaptado mantém essa missão em sua essência. É comum observar na fala dos paratletas a importância que o esporte tem em suas vidas. Por isso, utilize esse momento para despertar no aluno a consciência da relevância dessa prática no contexto escolar. Combine algumas regras com os alunos; aliás, você pode adaptá-las de acordo com o nível da turma. Primeiramente, os atletas jogam sentados e podem utilizar os braços para se deslocarem. A rede tem altura entre 1,05 m (feminino) e 1,15 m (masculino). O número de jogadores, as regras de toques e a pontuação são os mesmos do voleibol de quadra. Para encorajar ainda mais os alunos, você pode utilizar os conceitos e o vídeo disponíveis em:   
<<http://www.cpb.org.br/modalidades-visualizacao/-/asset_publisher/4O6JOgZOhDhG/content/id/22855>>.   
Acesso em: 1o out. 2018.

**Momento 2** – Como aquecimento, utilize o jogo resgate, porém com os alunos sentados. Essa prática pode ser interessante para auxiliar os alunos no deslocamento pela quadra, além de desenvolver habilidades para que o saque seja feito sentado. Uma dica valiosa é que, para sacar sentado, o aluno esteja de lado para a quadra adversária. Esse posicionamento deixa o braço dominante livre para o balanço que precede o saque. Para facilitar a aprendizagem, uma sugestão é utilizar bolas mais leves (bola de espuma ou bexiga, por exemplo) ao longo da prática, ou até mesmo permitir que a bola quique uma vez antes de a equipe realizar o toque. Essas adaptações são fundamentais para que os alunos consigam efetivar a vivência do voleibol sentado.

**Momento 3** – Ao término do aquecimento, posicione duas equipes para jogar (mesmo que contenha mais de 6 jogadores), enquanto a outra equipe pode se posicionar nas laterais da quadra auxiliando na arbitragem, no resgate de bolas que saem da quadra ou até incentivando os amigos durante a prática. Estipule 11 pontos nas partidas para que a equipe externa troque de papel com uma das equipes que estão jogando. Faça o rodízio com todas as equipes, se possível mais de uma vez.

**Momento 4** – No momento final da aula, permita que os alunos expressem suas sensações a respeito da prática. Questione: “Qual foi a maior diferença entre o voleibol de quadra e o voleibol sentado?”, “Quais são as maiores dificuldades?”, “O que a prática do esporte adaptado pode nos ensinar?”, “Como foi para quem estava jogando ter uma equipe auxiliar do lado de fora?”.

Acompanhamento da aprendizagem

Para a prática do voleibol, é importante insistir na aprendizagem dos fundamentos básicos, a fim de garantir a vivência da modalidade. Uma boa sugestão é confeccionar uma tabela com escala de 1 a 3, em que   
1 = regular, 2 = bom, 3 = ótimo, para acompanhar o desenvolvimento dos alunos nos fundamentos básicos: saque por baixo, saque por cima, manchete, toque, cortada e bloqueio. Além disso, é essencial que alunos mais habilidosos auxiliem na aprendizagem dos colegas que demonstram alguma dificuldade. Nas aulas de esporte adaptado, você pode propor à turma que escreva suas sensações em folhas avulsas e fixe-as nas paredes da quadra. A visualização dessas palavras no dia a dia pode contribuir para um ambiente mais humano e cooperativo.

Considerando que o processo de avaliação deve ser formativo, ocorrendo ao longo do processo pedagógico, seguem algumas sugestões de questionamentos para que os próprios alunos reflitam sobre a sequência didática trabalhada. Se preferir, reproduza as questões na lousa e peça que as copiem e respondam.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| AUTOAVALIAÇÃO | SIM | MAIS OU MENOS | NÃO |
| A prática do voleibol foi prazerosa? |  |  |  |
| Consigo executar os fundamentos básicos do voleibol? |  |  |  |
| Consigo interpretar as regras e arbitrar uma partida escolar de voleibol? |  |  |  |
| Reconheço as diferenças táticas nas práticas do voleibol de quadra, de praia e adaptado? |  |  |  |
| Reconheço o voleibol como um esporte de rede/quadra dividida? |  |  |  |