



**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:** EFC5649-Basquetebol Feminino: Aperfeiçoamento  
**Carga Horária:** 3 h/a semanais – 54 h/a semestrais  
**Equivalências:**

## **PROGRAMA DE ENSINO**

### **1. EMENTA**

Autonomia na prática de atividade física relacionada ao Basquetebol. Aperfeiçoamento das habilidades do Basquetebol, mantendo o caráter lúdico e cooperativo. Sistemas de defesa e de ataque. Noções de arbitragem.

### **2. OBJETIVO GERAL**

Desenvolver em conjunto, docentes e discentes, uma autonomia em Educação Física centrada no ser humano, pela valorização do mesmo na totalidade das relações consigo próprio, com os outros e com a natureza; na perspectiva de uma prática que busca sua identidade como ciência do movimento, através do basquetebol, conscientizando o educando que o esporte é uma necessidade individual e social, bem como uma fonte de saúde.

### **3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Melhorar e manter a aptidão física relacionada à saúde;
- Reconhecer conceitos, princípios e práticas para a autonomia em Educação Física;
- Identificar e executar os fundamentos técnicos e táticos de Basquetebol;
- Executar princípios de arbitragem em Basquetebol;
- Reconhecer os valores educativos do Basquetebol e formas de favorecer a integração através de um convívio alegre, descontraído e harmonioso;
- Analisar sistematicamente o alcance dos objetivos e propor ações concretas para reformulações.

### **4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

#### **4.1. Unidade I - Autonomia em atividade física:**

- Metodologia;
- Planejamento;
- Prescrição;
- Controle;
- Avaliação.

#### **4.2. Unidade II - Basquetebol: fundamentos técnicos e táticos:**

- Fundamentos de técnica individual;
- Sistemas ofensivos;
- Sistemas defensivos;
- Iniciação à arbitragem e organização de competições.

## 5. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

COUTINHO, Nilton Ferreira. **Basquetebol na Escola**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

DAIUTO, Moacir. **Metodologia do Ensino no Basquetebol, Técnicas e Táticas: uma Abordagem Didático-Pedagógica**. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária, 1997.

MOREIRA, Wagner W. **Prática de Educação Física na Universidade**. Campinas: Editora da Unicamp, 1985.

NAHAS, Markus Vinicius. **Fundamentos da Aptidão Física Relacionada à Saúde**. Florianópolis: Editora da UFSC, 1989.

NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo**. Londrina: Midiograf, 2001.

PASSOS, Solange C.E. (organizadora). **Educação Física e Esporte na Universidade**. Brasília: Editora da UNB, 1988.

RAMOS, Edson de Almeida. **Basquetebol em Figuras**. Rio de Janeiro: Ediouro, 1979.

SANTIN, Silvino. **Educação Física: uma Abordagem Filosófica da Corporidade**. Ijuí: Unijuí, 1987.

SÉRGIO, Manuel. **A Filosofia das Actividades Corporais**. Lisboa: Compendium, s/data.

STOCKER, Gerhard. **Basquetebol: sua Prática na Escola e no Lazer**. São Paulo: Livro Técnico, 1983.

VIDAL, Ary. **Basquetebol para Vencedores: Teoria, Técnica e Tática**. Porto Alegre: Rigel, 1991.