



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - TCC	CÓDIGO:	6463
CRÉDITOS:	12	FASE:	8ª
PROFESSORA:	ROBINALVA BORGES FERREIRA	CARGA HORÁRIA:	216h/aula
		PERÍODO:	1º sem/ 2008

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: O aluno deverá ser capaz de: Sistematizar o conhecimento por meio da pesquisa científica, elaborando o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), tornando-o público na sua defesa, contribuindo para o enriquecimento da ciência.

EMENTA: Elaboração e defesa do Trabalho de Conclusão de Curso.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMP	TEMA	Nº AULAS	DATAS
1-	Objetivo da disciplina, normas gerais do TCC e Revisão das normas da ABNT.	05	26/02/08
2-	Confirmação do orientador, cronograma de trabalho, datas e horários das defesas.	05	29/02
3-	Construção do trabalho.	150	04/03, 07/03, 11/03, 14/03, 18/03, 25/03, 28/03, 01/04, 04/04, 08/04, 11/04, 15/04, 18/04, 22/04, 25/04, 29/04, 02/05, 06/05, 09/05, 13/05, 16/05, 20/05, 27/05, 30/05, 03/06, 06/06, 10/06, 13/06, 17/06, 24/06
4-	Seminário de Pré-defesa dos acadêmicos.	10	20/06, 27/06
5-	Defesa dos trabalhos e avaliação geral.	46	30/06 a 04/07 e 7 e 8/07/08

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – OBJETIVO DA DISCIPLINA, NORMAS GERAIS DO TCC E NORMAS DA ABNT

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

* Elucidar as normas do TCC e normas metodológicas para que os alunos alcancem o objetivo da disciplina.

CONTEÚDOS:

- Regulamentação do TCC;
- Manual do TCC do curso de Educação Física;
- Normas da ABNT;
- Metodologia para elaboração do trabalho.

ATIVIDADES:

- Apresentação dos alunos e professores;
- Apresentação das normas do TCC e metodologia;
- Entrega do material para os alunos;
- Discussão dos temas propostos;
- Discussão sobre as normas do TCC e metodológicas.

- Discussão do sistema de avaliação.

METODOLOGIA:

- Aulas expositivas dialogadas, com auxílio do data show.
- Discussão e esclarecimentos de dúvidas com a turma.

AValiação:

- Observar a frequência com os orientadores e o desenvolvimento do aluno na pesquisa.

TEMA 2 – CONFIRMAÇÃO DO ORIENTADOR, CRONOGRAMA DE TRABALHO, DATAS E HORÁRIOS DAS DEFESAS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- * Organização para a construção do trabalho com o auxílio do professor orientador.

CONTEÚDOS:

- Cronograma de trabalho da disciplina e da elaboração do trabalho de cada um.
- Datas e horários das defesas.

ATIVIDADES:

- Confirmação dos nomes dos orientadores.
- Exposição de um cronograma para elaboração do trabalho.
- Escolha da data e horário para as respectivas defesas.
- Entrega do convite para a banca.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva dialogada.

AValiação:

- Observar a frequência com os orientadores e o desenvolvimento do aluno na pesquisa.

TEMA 3 – CONSTRUÇÃO DO TRABALHO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- * Elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

CONTEÚDOS:

- Revisão bibliográfica.
- Aprofundar a fundamentação teórica.
- Elaboração de instrumentos para pesquisa de campo.
- Realização da pesquisa.
- Registro durante a pesquisa de campo.
- Tabulação e análise dos dados da pesquisa.
- Conclusão do trabalho.
- Escrever o texto com sequência lógica aprofundando o conhecimento científico, utilizando a metodologia.

ATIVIDADES:

- Elaboração individualizada do Trabalho de Conclusão do Curso com o auxílio do professor orientador.

METODOLOGIA:

- Produção individual do aluno.

AValiação:

- Trabalho escrito, apresentação perante a banca examinadora e argumentações as perguntas e sugestões feitas pela banca.

TEMA 4 – SEMINÁRIO DE PRÉ-DEFESA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- * Apresentar o trabalho para analisarmos o estágio em que se encontra, possibilitando ajustes para a versão final.

CONTEÚDOS:

- Apresentação dos trabalhos pelos acadêmicos aos colegas.

ATIVIDADES:

- Apresentação individual do trabalho, simulando o dia da defesa, com data show.

METODOLOGIA:

- Seminário: com dois colegas sendo os membros da banca examinadora.

AValiação:

- Apresentação do trabalho

TEMA 5 – DEFESA DOS TRABALHOS E AVALIAÇÃO GERAL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- * Apresentação dos trabalhos individualmente perante a banca examinadora para a aprovação final da disciplina e conclusão do curso.

CONTEÚDOS:

- Apresentação dos trabalhos perante a banca examinadora composta por três membros (professores).

ATIVIDADES:

- Convites para abertura.
- Organização do seminário e da sala II para as defesas.
- Providenciar esclarecimentos à banca examinadora e atas de defesa.

METODOLOGIA:

- Apresentação individual onde somente a banca poderá fazer questionamentos.

AValiação:

- Trabalho escrito, apresentação perante a banca examinadora e argumentações as perguntas e sugestões feitas pela banca, segundo critérios estabelecidos na Portaria 02/2004 do Curso de Educação Física.

Obs: Quando a nota do Trabalho escrito ficar em branco o acadêmico poderá refazê-lo e entregá-lo no prazo estabelecido, para ser reavaliado.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

Associação Brasileira de Normas Técnicas. Informação e documentação – publicação periódica científica impressa. 2003.

DESLANDES, Suzely Ferreira; CRUZ NETO, Otavio; GOMES, Romeu; Maria Cecília de Souza Minayo (org.). *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

Documento sobre a Metodologia do Trabalho Científico: Diretrizes para elaboração de projetos de Pesquisa, Trabalhos de Conclusão de Curso (TCCs) e Monografias. UNESCO. Criciúma, 2000. Disponível em www.unesc.net.

LEOPARDI, Maria Tereza. *Metodologia da pesquisa na saúde*. Santa Maria: Palotti, 2001.

NAHAS, Markus Vinícius. *Resumos de monografias de especialização em educação física*. 1995/97. Florianópolis: UFSC, 1997. v.3.

SANTOS, Antonio Raimundo. *Metodologia Científica: a construção do conhecimento*. 6. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2004.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

LEMBARDI, José Claudinei. (org.) *Pesquisa em Educação: história, filosofia e temas transversais*. 2. ed. Campinas: Autores Associados: HEBEDBR, Capador, 2000.

MOLINA NETO, Vicente; TRIVIÑOS, AUGUSTO N. S. (org.) *A pesquisa qualitativa em Educação Física: alternativas metodológicas*. 2. ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2004.

ASS. PROFESSOR

ASS. COORD. CURSO


Lorete Tasso Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria 170325-Resolução UFRGS



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: CINEANTROPOMETRIA
CRÉDITOS: 03
PROFESSOR(A): BARBARA REGINA ALVAREZ
E-MAIL: proena@ig.com.br

CÓDIGO: 6446
FASE: 6ª
CARGA HORÁRIA: 54 h/aula
PERÍODO: Matutino

PLANO DE ENSINO

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade de ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissional para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Esta disciplina objetiva aprimorar a utilização das diferentes técnicas de medidas antropométricas, a fim de avaliar diversos aspectos e características físicas e sua relação com a qualidade de vida do homem.

EMENTA: Histórico, critérios para validação de testes de aptidão física, medidas e avaliação cineantropométricas, princípios básicos para validação de testes, habilidades técnicas na utilização de equipamentos, aplicação de baterias de testes, uso de programas de medidas e avaliação.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Histórico e evolução da Cineantropometria	3	4/8
2- Critérios para validação de medidas e testes de aptidão física	3	11/8
3- Avaliação antropométrica	15	18/8, 25/8, 1/9, 8/9, 15/9
4- Avaliação da aptidão física - Aplicação de baterias de testes	12	22/9, 06/10, 29/10, 20/10, 21/10
5- Métodos para avaliação dos níveis de prática de atividade física	3	27/10
6- Aplicação de diferentes Baterias de Testes	6	3/11, 10/11
7- Uso de programas para avaliação da Aptidão física	3	17/11
8- Prática como componente curricular	9	24/11, 1/12, 8/12

TEMAS/OBJETIVOS/ CONTEÚDOS / ATIVIDADES / METODOLOGIAS / AVALIAÇÕES

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – HISTÓRICO E EVOLUÇÃO DA CINEANTROPOMETRIA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Mostrar a evolução histórica da Cineantropometria, sua origem e contribuição para os estudos atuais.

CONTEÚDOS:

Definição e origem da Cineantropometria

Evolução histórica

Evolução histórica da Antiguidade até o Sec. XX

Evolução histórica a partir do Sec. XX

Evolução histórica da Cineantropometria no Brasil.

ATIVIDADES:

Leitura e discussão de textos.

METODOLOGIA:

Aula expositiva e dialogada

TEMA 2 – CRITÉRIOS PARA VALIDAÇÃO DE TESTES DE APTIDÃO FÍSICA.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá entender os critérios para validação de testes de aptidão física

CONTEÚDOS:

Validade

Confiança ou fidedignidade

Objetividade

Normas

ATIVIDADES:

Leitura

Exercício dirigido

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

Discussão de texto

tema 3 – AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá entender os princípios e pressupostos e métodos da antropometria aplicada e cineantropometria

CONTEÚDOS:

Padronização e pontos anatômicos

Principais instrumentos de medidas

Classificação de medidas antropométricas

Alturas e Comprimentos

Debras Círculos

Perímetros

Diâmetros Ósseos

Equações Antropométricas: Subsídio para uso no estudo da composição corporal.

ATIVIDADES:

Leitura

Coleta das medidas em laboratório de Cineantropometria

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

Aula no laboratório de Cineantropometria

AVALIAÇÃO

Prova escrita Individual: Conteúdo Temas 2 e 3

Notação: 10 pontos

TEMA 4 : AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA / APLICAÇÃO DE BATERIAS DE TESTES

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Desenvolver métodos para avaliação dos níveis de atividades físicas e sua aplicabilidade em diferentes situações.

CONTEÚDOS:

Variáveis morfológicas: Somatotipo, composição corporal, técnicas para estimativa do percentual de gordura corporal, índice de massa corporal, Índice de Cintura e Quadril.

Variáveis Funcionais: Gasto energético, capacidade aeróbica, resistência muscular localizada, teste de força explosiva, flexibilidade, teste de resistência anaeróbica, teste de agilidade.

ATIVIDADES:

Aula prática em laboratório

Estudo dirigido

Realização de todos os testes

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

Aula prática

1

TEMA 5: MÉTODOS PARA AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá diferenciar métodos e instrumentos empregados para medida da aptidão física suas especificações e vantagens.

CONTEÚDOS:

Introdução.

Classificação dos métodos diretos e indiretos; monitoração de frequência cardíaca; pedômetro; acelerômetros e questionários.

ATIVIDADES:

Leitura

Exercício dirigido

Atividade prática

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

Discussão de texto

Aula em laboratório

AVALIAÇÃO:

Prova escrita Individual: Conteúdo Temas 4 e 5

Pontuação: 10 pontos

TEMA 6: APLICAÇÃO DE DIFERENTES BATERIAS DE TESTES

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Fazer um levantamento e análise crítica construtiva das diferentes baterias de testes que tem sido aplicadas em academias, Clubes, Escolas de Esportes, Polícia Militar, corpo de Bombeiros.

CONTEÚDOS:

Levantar quais as práticas de avaliação física nos locais referenciados.

ATIVIDADES:

Visitas e entrevistas em clubes, escolas e academias.

METODOLOGIA:

Os alunos deverão entrar em contato com os clubes, academia e escolas de esporte e marcar uma entrevista com os responsáveis pelas avaliações dos atletas.

Elaborar um questionário, de acordo com o que for considerado relevante na preparação e aplicação das baterias de testes.

Realizar a entrevista semi-estruturada. Buscar todas as informações com relação a metodologia de aplicação dos testes, classificação, períodos de aplicação etc.

Elaborar o relatório final – apresentação teórica e escrita.

Pontuação: 10 pontos

TEMA 7: USO DE PROGRAMAS PARA AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Utilização de programas para avaliação da aptidão física

CONTEÚDOS:

Avaliação das variáveis antropométricas

Avaliação das variáveis funcionais

Classificação e interpretação dos dados

ATIVIDADES:

Aula prática em laboratório de informática

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

Aula prática

TEMA 8: PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Aplicação prática dos conteúdos teóricos trabalhados em sala de aula.

ATIVIDADE:

Os alunos deverão dividir-se em cinco grupos: Dois para avaliação nutricional e três para avaliação Física.

Determinar um grupo de, no mínimo 20 alunos, de um dos cursos da UNESC.

Construir uma ficha para a coleta de dados.

Preparar o local e os materiais para realização das medidas e dos testes físicos, bem como marcar o horário.

Aplicar as medidas antropométrica e a bateria de testes nos alunos, a fim de avaliar a aptidão física relacionada à saúde.

Entregar para os avaliados os resultados individuais da aptidão física relacionada à saúde.

Entregar (para o professor) um relatório final com tratamento estatístico de todos os dados, coletados nas avaliações.

METODOLOGIA:

Os alunos serão orientados em todas as etapas da coleta de dados.

AValiação:

Entrega do relatório final.

Pontuação: 10 pontos.

Observação: Serão realizadas quatro avaliações: 2 individuais e 2 em grupo, Valendo 10 pontos cada. Para a obtenção da média final serão somadas as quatro notas e dividido por quatro.

BIBLIOGRAFIA

- 1- PITANGA, F.G. Testes: Medidas e Avaliação em Educação Física e Esportes. Salvador (BA): Edição do autor, 2001.
- 2- MATSUDO, V.K.R. Testes em Ciência do Esporte. São Paulo: Gráficos Burti Lda., 1984.
- 3- KISS, M.P.D. Avaliação em Educação Física: Aspectos biológicos e educacionais. São Paulo, Ed. Manole, 1987.
- 4- MATHEWS, D.K. Medidas e Avaliação em Educação Física. Rio de Janeiro: Ed. Interamericana, 1980.
- 5- PETROSKI, E. Antropometria, Técnica e Padronizações. Florianópolis: Ed. Pulkott, 1999.
- 6- TRILSCHLER, K. Medidas e Avaliação em Educação Física e Esportes. São Paulo (SP): Manole, 2003.

ASSINATURA PROFESSOR

DEPARTAMENTO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Larste Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2021 - Reitoria/UEFS



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	TÊNIS	CÓDIGO:	6600
CRÉDITOS:	2	FASE:	5ª
PROFESSOR(A):	NEIVAN GERALDINO	CARGA HORÁRIA:	36 h/a
E-MAIL:	neivangeraldino@yahoo.com.br	PERÍODO:	2º SEMESTRE
			2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Possibilitar a formação acadêmica crítica e criativa, com funções técnicas em aulas teóricas e práticas, estabelecendo constante diálogo e respeito mútuo.

EMENTA: Origem e evolução, Fundamentos, regras e aspectos pedagógicos para a prática do tênis.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Histórico do Tênis.	2	02/08
2-Mini-tênis/ Fundamentos do tênis.	18	09/08- 16/08- 23/08- 30/08- 06/09- 13/09- 20/09- 27/09- 04/10
3-Tênis comunitário e profissional	6	11/10-18/10-25/10
4-Regras oficiais e arbitragem	4	01/11-03/11
5- Avaliação	6	22/11- 29/11-06/12.

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – HISTÓRICO DO TÊNIS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Proporcionar conhecimentos sobre a história do tênis.

CONTEÚDOS:

A origem do tênis a partir de Jeu de Paume.

O lawn Tennis.

O tênis no Brasil.

ATIVIDADES:

Trabalho em grupos e individual.

METODOLOGIA:

Trabalho em grupos e individual.

Apresentar tópicos do histórico do tênis no retroprojektor.

AVALIAÇÃO:

Apresentação do trabalho em sala de aula.

Trabalho escrito individual (04/10)

TEMA 2 – MINI-TÊNIS/ FUNDAMENTOS DO TÊNIS.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Proporcionar conhecimentos técnicos e táticos sobre tênis.

Prática da mecânica do tênis.

Treinios para iniciantes, amadores e profissionais.
Realização de campeonato de duplas entre os alunos.

ATIVIDADES:

Jogos e aulas para terceiros.

Exercícios específicos.

METODOLOGIA:

Atividades em grupo.

Aula expositiva e dialogada.

AVALIAÇÃO:

Observar a participação e interesse.

Avaliação prática (simulação de aula) (18/10).

Auto-avaliação.

TEMA 3 – TÊNIS COMUNITÁRIO/ TÊNIS PROFISSIONAL.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Proporcionar conhecimento técnico e tático para o trabalho de nível iniciante ao nível profissional.

CONTEÚDOS:

Definições do plano de treinamentos.

Treinamento de alto nível.

ATIVIDADES:

Fazer treinamentos com iniciantes.

Fazer treinamento com tenistas de nível avançado.

METODOLOGIA:

Atividades em grupo.

Aulas expositivas e dialogadas.

AVALIAÇÃO:

Dar aulas para iniciantes.

Dar aulas para nível avançado.

TEMA 4 – REGRAS OFICIAIS E ARBITRAGEM

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender as principais regras para aplicá-las no jogo.

CONTEÚDOS:

Regras oficiais do tênis.

ATIVIDADES:

Jogo para aplicar as regras e gestos de arbitragem.

Funções dos árbitros de cadeira e linha.

METODOLOGIA:

Atividades individuais e em grupos.

Aula expositiva e dialogada.

AVALIAÇÃO:

Avaliação escrita individual.

Observar a participação e interesse.

Saídas de campo:

Entrevista e análise de tenistas no decorrer de um campeonato. (26-27/08)

Observar e executar aulas para crianças do (bairro da juventude) (a definir)

Observar e executar aulas para os alunos da S.R. Mampituba. (a definir)

BIBLIOGRAFIA

GALLI, Maria Ines Mazzari. Atividades perceptivo motoras no tênis. Criciúma: FUCCI, 1993. 59 p.

JONES, C. M. Táticas de Tênis: análise del jugador y del juego para vencer. 2 ed. Barcelona, 1978. 224 p.

GALLIETT, Rosângela. Tênis: metodologia de ensino. Rio de Janeiro: Sprint, 1996. 136 p.

RAVENSDALE, Tom. Tênis da iniciação à competição. Portugal: Presença, 1977. 112 p.

BRUSTOLIN, Milton. Tênis no Brasil: história, ensino e idéias. Rio de Janeiro: Sprint, 1995. 92 p.

BUDINGER, Hugo. Tênis para crianças. Rio de Janeiro: Ed. Tecnoprint, 1982. 93 p.

TILDEN, William J. Tênis, como jogá-lo melhor: um guia completo sobre técnicas e táticas. 2 ed. Pioneira, 1977. 164 p.

MESQUITA, Paulo Ricardo de Araújo. *Tênis*. São Paulo: Brasil 95 p.
PULJAK, Mary. *Tênis: notas de aulas*. Montevideo: Garcia, 1983. 45 p.
DRUTSCHER, Tomás Bind. *Tênis: golpes básicos*. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1983. 70 p.
LAVER, Rod. *Tênis: 328 dicas*. Rio de Janeiro: Editora Americana John Wiley, 1983. 76 p.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR DEPARTAMENTO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Tasca Moraes
Secretaria Acadêmica
FONE (047) 2221-4010 ext. 1155



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	ESTÁGIO SUPERVISIONADO I	CÓDIGO:	6423
CRÉDITOS:	04	FASE:	5ª
PROFESSOR(A):	JONI MARCIO DE FARIAS	CARGA HORÁRIA:	72h/a
E-MAIL:	jmf@unesc.net	PERÍODO:	M/ 2º semestre / 2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: A disciplina de Estágio I visa oportunizar os acadêmicos o conhecimento de alguns possíveis locais de atuação profissional, verificando a realidade e propondo modificações quando necessárias.

EMENTA: observação do trabalho nos vários locais de campos de intervenção da educação física e elaboração de relatório.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Apresentação e discussão do plano de ensino	04	07/08/06
2- Visitação das academias da região	08	14 e 21/08/06
3- Visitação às escolinhas da região	08	28/08/06 - 04/09/06
4- Visita a Clubes Esportivos	08	11 e 18/09/06
5- Visita a espaços públicos e projetos comunitários	08	25/09/06 - 02/10/06
6- Visita aos hotéis	08	09 e 16/10/06
7- Visita aos laboratórios	08	23 e 30/10/06
8- Organização de arbitragem	08	06 e 13/11/06
9- Conhecimento sobre esportes radicais	04	20/11/06
10- Clínicas e espaços para reabilitação	04	27/11/06
11- Prática como componente curricular	04	04/12/06

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AValiação

TEMA 1- APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PLANO DE ENSINO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Apresentar e discutir o plano de ensino, que vai estabelecer as diretrizes e encaminhamentos da disciplina no ano de 2006

CONTEÚDOS:

Apresentação e discussão do planejamento do semestre

METODOLOGIA:

Aula expositiva

AValiação:

Este conteúdo não tem avaliação

TEMA 2- VISITA A ACADEMIAS DA REGIÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar algumas academias da região, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os equipamentos, entre outros, visando uma oportunidade de trabalho.

CONTEÚDOS:

Visitação das academias da região

1

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 3 – VISITA A ESCOLINHAS ESPORTIVAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar algumas escolinhas da região, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os materiais, entre outros, vislumbrando uma oportunidade de trabalho.

CONTEÚDOS:

Visitação das escolinhas da região, sendo de duas modalidades diferentes

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 4 – VISITA A CLUBES ESPORTIVOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar clubes esportivos, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os equipamentos, os profissionais, entre outros, vislumbrando uma oportunidade de trabalho.

CONTEÚDOS:

Visita a dois clubes esportivos

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 5 – VISITA A ESPAÇOS PÚBLICOS E PROJETOS COMUNITARIOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar alguns espaços públicos de algumas cidades da região, bem como verificar se existem projetos comunitários nestas cidades, como são desenvolvidos e o que pode ser implantado.

CONTEÚDOS:

Visita a algumas cidades da região

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 2 – VISITA AOS HOTÉIS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar hotéis que disponham deste tipo de atividades aos seus hóspedes, e a inserção dos profissionais de educação física nestes locais.

CONTEÚDOS:

Visitar hotéis que desenvolvam esta atividade

Organização do relatório de visitas

4

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias).

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais (Itororópolis)

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visita e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 7 – VISITA A LABORATÓRIOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar alguns laboratórios da Unesc e de outras instituições que tenham espaços de trabalho ao profissional de Educação Física, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os equipamentos, entre outros.

CONTEÚDOS:

Visita aos laboratórios

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visita e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 8 – ORGANIZAÇÃO DE ARBITRAGEM

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Acompanhar as atividades que tenham organização de arbitragem, como por exemplo um jogo de futebol, de vôlei, etc., desde que sejam de alto nível, verificando assim a organização desta área de conhecimento.

CONTEÚDOS:

Visita a locais que tenham arbitragem de forma profissional

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visita e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 9 – CONHECIMENTO SOBRE ESPORTES RADICAIS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Oportunizar aos acadêmicos o conhecimento sobre alguns esportes radicais, seu funcionamento, legalidade, profissional habilitado, local de prática, cuidados na prática, entre outras recomendações.

CONTEÚDOS:

Orientações para a realização destas atividades por um profissional de Educação Física.

METODOLOGIA:

Por meio de palestras por um profissional da área

AValiação:

Apresentação do relatório da palestra

TEMA 10 – CLÍNICAS E ESPAÇOS DE REABILITAÇÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Oportunizar aos acadêmicos o conhecimento sobre outros locais de atuação do profissional, como: clínicas de reabilitação, spas, entre outros. Conhecendo o funcionamento, estrutura, atividades desenvolvidas e o papel do profissional de educação física.

CONTEÚDOS:

Orientação para a realização destas atividades por um profissional de Educação Física

METODOLOGIA:

Por meio de palestras por um profissional da área

AValiação:

Apresentação de um relatório da palestra

TEMA 11 – A PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Oportunizar aos académicos a vivência da interdisciplinaridade durante a sua vida académica.

CONTEÚDOS:

Realizar junto com a disciplina de Cineantropometria uma avaliação física em alguns espaços (públicos ou privados).

METODOLOGIA:

Por meio de aulas teóricas e práticas

AVALIACÃO:

Apresentação do relatório

BIBLIOGRAFIA

BARPER, Claude. La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona: Hispano Europa, 1986.

GANDIN, Danilo; CRUZ, Carlos H. Carrilho. Planejamento na sala de aula. 4.ed. Porto Alegre: 2000.

SQUARES, Cirmen Lúcia; ...[et al.]. Metodologia de ensino de educação física. São Paulo: Ed. Cortez, 1992. Coleção magistério; 2.ª gtau. Série Formação do professor.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 1702/Patrua/UNESQ



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO	CÓDIGO:	6443
CRÉDITOS:	4	FASE:	5ª
PROFESSOR(A):	RICARDO PINHO	CARGA HORÁRIA:	72h/a
		PERÍODO:	Matutino

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Conhecer, analisar e interpretar, através da literatura específica e atualizada, as mudanças que ocorrem nos sistemas físico-orgânicos decorrentes das manifestações fisiológicas em situação de repouso e em esforço físico, como também permitir ao aluno, através das interações entre conceitos e experiências, ampliar e construir seus conhecimentos referentes a bioquímica aplicada ao exercício físico.

EMENTA: Histórico, importância, conceitos e aplicações da Fisiologia do Exercício, metabolismo e produção de energia; princípios gerais do condicionamento físico; alterações agudas e adaptações persistentes dos sistemas orgânicos como resposta ao exercício físico em situações diversas; Fatores ambientais sobre a performance; exercícios em ambientes especiais e recursos ergogênicos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
Bioquímica do Exercício	16 aulas	01/08, 15/08; 05/09
Sistema Neuro-muscular	12 aulas	12, 19, 26/09
Sistema Cardiorrespiratório	15 aulas	03, 10, 17, 24/10
Sistema Neuro-endócrino	08 aulas	21/10; 7/11
Termorregulação e Recursos Ergogênicos	12 aulas	14, 21, 28/11
Tópicos especiais em Fisiologia do Exercício	08 aulas	28/11; 5/12

*Aula de recuperação

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – BIOQUÍMICA DO EXERCÍCIO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Compreender as etapas do metabolismo intermediário na produção de energia e sua relação com o exercício físico

CONTEÚDOS:

Introdução à disciplina

Produção de energia

Metabolismo energético e Exercício

Adaptações bioquímicas ao exercício

ATIVIDADES:

Aula demonstrativa sobre pesquisa em bioquímica do exercício no Lafibo/Unesc

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 2 – SISTEMA NEURO-MUSCULAR

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender a influência do exercício físico sobre alterações e adaptações do sistema neuro-muscular.

CONTEÚDOS:

Histofisiologia muscular

Adaptações neuromusculares ao treinamento

ATIVIDADES:

4

Não há atividades específicas

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 3 – SISTEMA CARDIORRESPIRATÓRIO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Analisar e interpretar, através da literatura específica e atualizada e através de atividades práticas as mudanças que ocorrem no sistema cardiorrespiratório decorrente esforço físico.

CONTEÚDOS:

Anatomo-fisiologia cardiorrespiratória

Regulação neuro-humoral do sistema cardiorrespiratório

Respostas e adaptações do sistema cardiorrespiratório ao exercício.

ATIVIDADES:

Testes de esforço em diversos tipos de ergômetros.

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e atividades laboratoriais.

AVALIAÇÃO:

Trabalho escrito

TEMA 4 – SISTEMA NEURO-ENDÓCRINO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender os mecanismos de regulação hormonal frente ao exercício físico.

CONTEÚDOS:

Interação Hormônio-receptor

Resposta hormonal ao exercício

Regulação Hormonal e Metabolização de Substratos durante o Exercício.

ATIVIDADES:

Não há atividades específicas.

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 5 – TERMORREGULAÇÃO E RECURSOS ERGOGÊNICOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender as respostas agudas e persistentes do exercício em condições ambientais adversas.

Compreender as manifestações orgânicas e a interferência sobre a performance após a utilização de recursos ergogênicos.

CONTEÚDOS:

Regulação da temperatura durante o exercício

Respostas fisiológicas ao exercício em ambientes diversos

Recursos Ergogênicos

ATIVIDADES:

Não há atividades específicas

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 6 – TÓPICOS ESPECIAIS EM FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Aprofundar os conhecimentos referentes aos efeitos do exercício sobre mecanismos celulares e moleculares.

CONTEÚDOS:

Exercício físico e sistema nervoso central

Exercício físico e respostas imunológicas

Exercício físico e estresse oxidativo

ATIVIDADES:

Não há atividades específicas

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Não haverá.

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

Serão destinadas 12 horas aulas para o desenvolvimento de atividades práticas a serem desenvolvidas em sala de aula e laboratório, conforme descrito abaixo:

Tema 1: Aula demonstrativa sobre pesquisa em bioquímica do exercício no LAFIB/Unzise – 4 horas/aula

Tema 3: Aula laboratorial sobre a resposta cardiorrespiratória ao exercício – 8 horas/aula

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A aprovação na disciplina está vinculada à obtenção da média final (igual ou superior a sete (7)).

O aluno tem direito legal de faltar até 25% do total das aulas dadas (18 aulas).

As aulas terão seu início na hora e data preestabelecida pela coordenação.

A realização de provas em época especial, e de recuperação serão realizadas nos dias 07/10/06 e 25/11/06, sábado, às 08h e 20 min.

Fazer leitura prévia é imprescindível para melhor compreensão dos assuntos abordados em sala.

BIBLIOGRAFIA

GUYTON, Arthur C.; HALL, John E. Tratado de fisiologia médica. 10 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 973 p. ISBN 8527707136.

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, c2003. 695 p. ISBN 8527708620.

ROBERGS, Robert A.; ROBERTS, Scott O. Princípios fundamentais de fisiologia do exercício: para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte Editora, 2002. 489 p. ISBN 8586702536.

POWERS, Scott K.; HOWLEY, Edward T. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. 3. ed. São Paulo: Manole, 2000. 527 p. ISBN 8520410464.

WILMORE, Jack H.; COSTILL, David L. Fisiologia do esporte e do exercício. 2. ed. São Paulo: Manole, 2001. 709 p. ISBN 8520410553.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

ASTRAND, Per-Olof; RODAHL, Kaare. Tratado de fisiologia do exercício. 2. ed. Rio de Janeiro: Interamericana, 1980. 617 p.

MAHAN, L. Kathleen; ESCOTT-STUMP, Sylvia. Krause, alimentos, nutrição & dietoterapia: 11. ed. São Paulo: Roca, 2005. 1242 p. ISBN 8572413762.

MARZUOCO, Anita; TORRES, Bayardo Baptista. Bioquímica básica. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1999. 360 p.

MAUGHAN, Ron; GLEESON, Michael; GREENHAFF, Paul L. Bioquímica do exercício e treinamento. São Paulo: Manole, 2000. 240 p. ISBN 8520409377.

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. Fundamentos de fisiologia do exercício. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 667 p. ISBN 852770756X.

PENTEADO, Mariene de Vuono Camargo (Org.). Vitaminas: aspectos nutricionais, bioquímicos, clínicos e analíticos. São Paulo: Manole, 2003. 612 p. ISBN 852041544X.

PEREIRA, Benedito; SOUZA JUNIOR, Tácito Pessoa de. Metabolismo celular e exercício físico: aspectos bioquímicos e nutricionais. São Paulo: Phorte, 2004.

ROBERGS, Robert A.; ROBERTS, Scott O. Princípios fundamentais de fisiologia do exercício: para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte Editora, 2002. 489 p. ISBN 8586702536.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Loreta Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Ponte 44004 | Rectoria/UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



DISCIPLINA:	METODOLOGIA DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS II	CÓDIGO:	6435
CRÉDITOS:	04	FASE:	4º Período
PROFESSOR(A):	BARBARA REGINA ALVAREZ	CARGA HORÁRIA:	36h
		PERÍODO:	Março a Maio/2006

PLANO DE ENSINO

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstos na resolução 46/2 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

At the final of the semester the student will be able to use the knowledge of the principles fundamental of aquatic activities, in the swimming in the different styles, know different methods of training for competitive swimming and be able to organize competitions.

EMENTA: Aprofundamento nos estilos Crawl, Costas, Peito e Borboleta, organização de competição e arbitragem.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO:

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1. Aperfeiçoamento do nado Crawl	8	04/8; 11/8; 18/8 e 25/8
2. Aperfeiçoamento do nado Costas	8	01/9; 8/9; 15/9 e 22/9
3. Aperfeiçoamento do nado Peito	6	6/10; 13/10; e 20/10
4. Aperfeiçoamento do nado Borboleta	6	27/10; 03/11; 10/11
5. Saídas e Viradas	4	17/11 e 24/11
6. Prática como componente curricular	4	1/12; 8/12 (reposição)

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – O NADO CRAW

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado crawl, a fim de desenvolver o aprendizado e o aperfeiçoamento.

CONTEÚDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico do Crawl: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de pernada, técnica de braçada, o apoio, tração e recuperação.

Coordenação:

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição

ATIVIDADES:

Aula expositiva e dialogada

METODOLOGIA:

Aula expositiva e dialogada

Estudo dirigido

TEMA 2 – O NADO COSTAS

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado costas, a fim de desenvolver o aprendizado e o seu aperfeiçoamento

CONTEÚDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico de Costas: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de pernada, técnica de braçada, o apoio, tração e recuperação.

Coordenação:

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição



ATIVIDADES:

Aula expositiva e dialogada

Aula prática

Pesquisa

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

TEMA 3 – O NADO PEITO

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado Peito, a fim de desenvolver o aprendizado e o seu aperfeiçoamento.

CONTEUDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico de Costas: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de pernada, técnicas de braçada, o apoio, tração e recuperação.

Coordenação

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição

ATIVIDADES:

Estudo dirigido

Atividades práticas na piscina.

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva dialogada

Prova escrita individual 1 (conteúdo temas 1, 2 e 3) (Pontuação: 10 pontos)

TEMA 4 - O NADO BORBOLETA OU GOLFINHO

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado Borboleta, a fim de desenvolver o aprendizado e o seu aperfeiçoamento.

CONTEUDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico da Borboleta: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de pernada, técnica de braçada, o apoio, a tração e a recuperação.

Coordenação

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição

ATIVIDADES:

Estudo dirigido

Atividades práticas na piscina.

METODOLOGIA:

Os alunos deverão pesquisar e apresentar os conteúdos acima citados

TEMA 5 - SAÍDA E VIRADAS

OBJETIVOS:

Estudar e praticar as técnicas de saídas e viradas dos nados: Crawl, costas Peito e Borboleta.

CONTEUDOS:

Fases das viradas

ATIVIDADES:

Estudo dirigido

Atividades práticas na piscina.

METODOLOGIA:

1- Em sala de aula será realizada a pesquisa sobre o assunto; anotado os pontos acima relacionados e finalmente será realizada a atividade prática.

Prova escrita individual 2 (conteúdo tema 4 e 5) (Pontuação: 10 pontos)

TEMA 6 - PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVOS:

Levar o aluno a vivenciar em clubes e academias aulas e treinamento de equipes de natação.

CONTEUDOS:

Divisão das equipes de natação em Criciúma, no estado de Santa Catarina e no Brasil.

As Escolinhas de Natação, dificuldades e facilidades

Tempos recorde nos diferentes níveis e estilos

Treinamento nas diferentes faixas etárias

ATIVIDADES:

Palestras com treinadores convidados

Visitas em Escolinhas de Natação

METODOLOGIA:

Devido as visitas nas Escolas há os alunos deverão analisar todos os aspectos que envolvem o treinamento e posteriormente procurar na literatura especializada os métodos de treinamento e fazer um paralelo.

Apresentar um relatório (escrito e oral) desta atividade.

AValiação:

Participação e entrega de relatório. (Pontuação) 10,0 pontos

Avaliação da Participação: A participação em todas as aulas terá uma pontuação. O aluno que participar de todas as aulas práticas e teóricas terá uma pontuação máxima de 10 pontos. A melhora que isto não ocorrer será reduzido da nota máxima.

Obs. Avaliações: serão realizadas 2 provas escritas individuais, valendo 10 pontos cada uma. Um trabalho escrito, valendo 10 pontos, e a nota da participação – 10 pontos. A somatória de todas as notas é 30 pontos, os quais serão divididos por 3 para obtenção da média final.

Provas escritas individuais: 2 – (10 pontos cada) 20 pontos

Um Trabalho em grupo: 10 pontos

Total de pontos: 40

Média Final 40/40= 10 pontos

Referências Bibliográficas

- CABRAL, Fernando, Natação 1000 exercícios, Rio de Janeiro: Sprint, 1995.
- CORRÊA C. R. F. & MASSAUD M. G.; Escola de Natação, Rio de Janeiro: Sprint, 1999.
- DUARTE, Orlando. Todos os esportes do mundo, São Paulo, Macron, 1996.
- JUNIOR, Otávio. Natação animal. São Paulo: Manole, 2002.
- DELUCA, Adolfo-Humberto & Fernandes, Ivani Regina. Bem-estar e Jogos Aquáticos, R.J.: Sprint, 2003.
- MACHADO, David. Natação teoria e prática, Rio de Janeiro: Sprint, 1998.
- MASSAUD, M. G. & CORRÊA, C. G. Natação na Idade Escolar, Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
- NAKAMURA, Osvaldo. Recreação aquática, São Paulo: Com, 1997.
- PALMER, Mervyn. A Ciência do ensino da natação. São Paulo: Manole, 1990.
- ROCHA, João. Hidroginástica teoria e prática, Rio de Janeiro: Sprint, 1994.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSELHO


Lorete Tasca Marco
Secretaria Acadêmica
Pavão 147202-1 - Fátima LINS



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Metodologia do Atletismo	CODIGO:	6447
CRÉDITOS:	03	FASE:	5ª
PROFESSOR (A):	Roberto Carlos Bortolotto	CARGA HORÁRIA:	54h
		PERÍODO:	VI/ 1º semestre de 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para atuarem como Técnicos, com conhecimento científico da cultura do movimento humano, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e a melhoria da qualidade de vida".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Desenvolver no aluno a capacidade de identificar e aperfeiçoar as técnicas das diferentes provas do atletismo e noções básicas de treinamento.

EMENTA: O Atletismo no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos que levem a uma aprendizagem e aprimoramento do Atletismo. Organização e execução de competições de atletismo. Regras oficiais, arbitragem e simulas.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Corridas, Marcha atlética e Revezamentos	12	Fev/Março
2 Salto em Distância, Altura, Triplo e Varr.	10	Abril
3 Arremesso de Peso, Disco, Dardo, Martelo.	13	Mai/Junho
4 regras e organizações de eventos	06	junho
5- Prática como componente curricular	09	Março a junho

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 -CORRIDAS DE VELOCIDADE, MEIO FUNDO, FUNDO, BARRÉIRAS, OBSTÁCULOS E REVEZAMENTOS.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 1- Reconhecer as características técnicas das corridas de velocidade, Meio Fundo, Fundo, Barréiras, Obstáculos e Revezamentos.
- 2- Comparar o conceito da progressão pedagógica.

CONTEÚDOS:

- 1- Corridas de velocidade, Meio-Fundo e Fundo;
- 2- Corridas com Barréiras: Linha Reta (100 e 110 metros);
- 3- Corridas com Barréiras em Curva (400 metros);
- 4- Corrida com Obstáculos: Marcha Atlética;
- 5- Revezamentos (4x100m e 4x400m e Medley).

ATIVIDADES:

Reconhecer as diferentes técnicas de cada corrida, marcha atlética, aperfeiçoando a sua parte técnica.

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada
- 2- Aulas Práticas
- 3- Debates
- 4- Pesquisa bibliográfica
- 5- Seminário
- 6- Sites na Internet
- 7- Trabalho em grupo
- 8- Data show
- 9- Retroprojeter
- 10- Vídeo

AValiação:

- 1- Auto Avaliação
- 2- Frequência e Uniforme
- 2- Participação em aula
- 3- Participação em eventos
- 4- Testes Teóricos
- 5- Trabalho em grupo

TEMA 2 – SALTOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

*Identificar os estilos dos Saltos e propor situações de aprendizagem no atleta, e formar uma sequência de educativos técnicos para aprendizagem dos diferentes estilos e técnicas das provas do atletismo.

CONTEÚDOS:

- 1- Salto com Vara
- 2- Salto com Triplo
- 3- Salto em Altura
- 4- Salto em Distância

ATIVIDADES:

- 1- Comparação da metodologia, dos diferentes estilos.
- 2- Detalhes Técnicos e fundamentos.
- 3- Progressão Didática
- 4- Educativos.

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada
- 2- Debates
- 3- Pesquisa bibliográfica
- 4- Seminário
- 5- Trabalho em grupo
- 6- Aulas Práticas
- 7- Site na Internet
- 8- Cartazes
- 9- Projetor de Slides
- 10- Retroprojeter
- 11- Vídeo

AVALIACÃO:

- 1- Auto Avaliação
- 2- Frequência e Uniforme
- 3- Participação em aula
- 4- Participação em eventos
- 5- Testes Teóricos e práticos
- 6- Trabalho em grupo

TEMA 3 - LANCAMENTOS E ARREMESSOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

*Identificar os estilos dos Saltos e propor situações de aprendizagem no atleta, e formar uma sequência de educativos técnicos para aprendizagem dos diferentes estilos e técnicas das provas do atletismo.

CONTEÚDOS:

- 1- Lançamento do Martelo
- 2- Lançamento do Dardo
- 3- Lançamento do Peso
- 4- Lançamento do Disco

ATIVIDADES:

- 1- Comparação da metodologia, dos diferentes estilos.
- 2- Detalhes Técnicos e fundamentos
- 3- Progressão Didática
- 4- Educativos

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada
- 2- Debates
- 3- Pesquisa bibliográfica
- 4- Seminário
- 5- Sites na internet
- 6- Trabalho em grupo
- 7- Data show
- 8- Projetor de Slides
- 9- Retro-projetor
- 10- Vídeo
- 11- Aulas práticas

AVALIACÃO:

- 1- Auto Avaliação
- 2- Frequência e Uniforme
- 3- Participação em aula
- 4- Participação em eventos
- 5- Testes Teóricos e práticos
- 6- Trabalho em grupo

TEMA 4 - REGRAS, ORGANIZAÇÕES DE EVENTOS E ESCALONAMENTO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 1- Identificar os tipos de eventos, e como organizá-los.
- 2- Comparar os tipos de picos, sintético, curvo e escalonamento.

CONTEUDOS:

- 1- Tipos de eventos: Escolar, Municipal, Estadual e Internacional;
- 2- Setação;
- 3- Regulamentos das provas mistos e não-mistos e escalonamento para suas saídas;

ATIVIDADES:

Reconhecer e organizar os diferentes tipos de eventos e escalonamento das provas de Plati.

METODOLOGIA:

- 1- Participações em eventos;
- 2- Aulas práticas;
- 3- Organização de eventos;
- 4- Trabalho em grupo;
- 5- Vídeos;
- 6- Pistas;

AVALIACÃO:

- 1- Participações em eventos;
- 2- Frequência e uniforme;
- 3- Trabalho em grupo;

TEMA 5- PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 1- Prática do atletismo;
- 2- Vivenciar na prática o aprendizado das aulas;

CONTEUDOS:

- 1- Trabalho prático de treinamento em crianças e adolescentes;

ATIVIDADES:

Reconhecer e organizar os diferentes tipos de treinamentos.

METODOLOGIA:

- 1- Aulas práticas;
- 2- Organização de eventos;
- 3- Trabalho em grupo;
- 4- Vídeos;
- 5- Pistas;

AVALIACÃO:

- 1- Participações nos treinamentos;
- 2- Frequência e uniforme;
- 3- Trabalho em grupo;

BIBLIOGRAFIA

- 3- BARROS, Nelson. O Atletismo. Rio de Janeiro, 2ª Ed. 1990.
- 4- BARROS, Nelson. Manual de Atletismo I, II, III. Lemão, 1982.

- 5- BALLESTEROS, Dr. José M. Manual de Entrenamiento Básico. Londres. FIAA. 1992.
- 6- KARL ROCK, Augusto. Antologia do Atletismo. Ubirajara. Ed. Livro Técnico. 1983.
- 7- Regras Oficiais de Atletismo 2002-2003.
- 8- SCHMOLINSKY, Gerhart. Atletismo. Barcelona. Ed. Estampa. 1982.
- 7 - GUIA IAAF DO ENSINO DO ATLETISMO HARALD MÖLLER-WOLFGANG RITZDORF- SANTA FÉ-ARGENTINA 2000.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEP



Lorete Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Protocolo nº 17/2021 - Rectoral UNESQ

	<p align="center">UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO</p> <p align="center">PLANO DE ENSINO</p>		
DISCIPLINA:	Atividades de Academia II	CÓDIGO: FASE:	6445 6º
CRÉDITOS:	04	CARGA HORÁRIA:	72
PROFESSOR (A):	Victor Julierme Santos da Conceição	PERÍODO: Matutino	1º semestre / 07
E-MAIL:	victorjulierme@yahoo.com.br		

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientifica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar ao acadêmico a elaboração e reelaboração de conhecimentos teóricos/ práticos referentes à atividades de Ginástica laboral e Musculação, viabilizando a formação de profissionais críticos e criativos, conscientes de sua função pedagógica e técnica, conduzindo-o a um melhor desempenho no seu campo profissional.

EMENTA: Ginástica laboral: conceito, aplicação e importância. Estudo e elaboração de atividades para compensação de diferentes situações de trabalho. Musculação: conceituação e tipos de sessão,

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	Dias letivos	Feriados
Ginástica laboral	24	Fevereiro: 23 Março: 2, 9, 16; 23; 30.	
Exercícios resistidos com Musculação	48	Abril: 13; 20; 27. Maio: 4; 11; 18; 25. Junho: 1; 15; 22; 29. Julho: 13	Abril: 6 (sexta-feira santa) Junho: 8 (recesso escolar)

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1- GINÁSTICA LABORAL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Entrar em contato com o trabalho de Ginástica Laboral;
- Conhecer sua aplicação e como organizar as atividades destinadas a cada ambiente de trabalho;

CONTEÚDO:

- Síntese histórica da ginástica laboral;
- Empregos da ginástica laboral;
- Estrutura do programa de Ginástica Laboral;
- Avaliação do local de trabalho;
- Ergonomia;
- Atividades aplicadas na ginástica laboral.

ATIVIDADES:

- Leituras e interpretação de textos sobre o tema.
- Seminário: Tema: Ginástica Laboral e o Bem-Estar no Trabalhador; qualidade de vida x produção.

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR –

- Desenvolvimento de um estudo sobre a importância da ginástica laboral, na cidade de Criciúma.

METODOLOGIA:

Estratégias de ensino/aprendizagem:

Será utilizada a abordagem sociocultural, proposta por Mizukami (1986), buscando a partir da solução de problemas, encontrar as respostas para as questões que permeiam o tema estudado. Reconhecendo a necessidade de refletir sobre os acontecimentos da sociedade e a apropriação do conhecimento para fazer uma crítica da realidade vivida.

As aulas serão de cunho expositivo e dialogado, procurando uma interação do aluno com o meio onde irá atuar profissionalmente.

Recursos:

Humanos: Professor.

Físicos: Sala de aula (6), mini auditório (sala 11), Sala de ginástica (aulas práticas).

Materiais: Livros, multimídia (datashow), retroprojektor, quadro (negro e/ou branco).

Avaliação:

Avaliação diagnóstica: participação em aula.

Avaliação formativa: auto-avaliação.

Avaliação somativa: Resenhas sobre os conteúdos desenvolvidos.

Entrega de um artigo apresentado no seminário final do tema.

TEMA 2: EXERCÍCIOS RESISTIDOS COM PESO - MUSCULAÇÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conhecer as questões socioculturais sobre a modalidade musculação;
- Desenvolver o aprendizado sobre as questões morfológicas da modalidade musculação;
- Apresentar os exercícios com e sem aparelhos utilizados na modalidade musculação;
- Conhecer os fatores que influenciam num programa de musculação;
- Saber utilizar as metodologias e programas para montagem de um treino de musculação.

CONTEÚDOS:

- Estudo histórico e evolutivo da musculação;
- A musculação enquanto: competição, profilaxia, estética, terapêutica, preparação física;
- A classificação dos movimentos de musculação;
- Músculos agonistas, antagonistas e sinergistas;
- Tipos de contração muscular;
- Organização e montagem de um programa de musculação;
- Musculação para diferentes populações;
- Perfil do professor de musculação;
- Personal training;

ATIVIDADES:

- Leitura e discussão de textos;
- Atividades práticas na academia de musculação;
- Palestra com convidado (1).

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR –

- Pesquisa sobre os procedimentos metodológicos utilizados nas academias de musculação e ginástica da cidade de Criciúma/SC – 4h/a
- Trabalho sobre o perfil dos praticantes de musculação – 4h/a.

1

METODOLOGIA:

Estratégias de ensino/aprendizagem:

Será utilizada a abordagem sociocultural, proposto por Mizukami (1985), buscando a partir da solução de problemas, encontrar as respostas para as questões que permeiam o tema estudado. Reconhecendo a necessidade de refletir sobre os acontecimentos da sociedade e a apropriação do conhecimento para fazer uma crítica da realidade vivida.

As aulas serão de cunho expositivo e dialogado, procurando uma interação do aluno com o meio onde irá atuar profissionalmente.

Recursos:

Humanos: Professor; Profissional de Educação Física convidado para explicar sobre Personal Training;

Físicos: Sala de aula (6); mini auditório (sala 11); Academia da Unesp (aulas práticas);

Materiais: Livros, multimídia (datashow), retroprojetor, quadro (negro e/ou branco), material disponível na Academia da Unesp.

Avaliação:

Avaliação diagnóstica: participação em aula;

Avaliação formativa: auto-avaliação;

Avaliação somativa: Resenhas sobre os conteúdos desenvolvidos;

Prova final - 13/07/2007.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

DELAVIER, F. Guia dos movimentos de musculação: abordagem anatômica. São Paulo: Manole, 2000.

FLECK, S. J.; KRAEMER, W. Fundamentos Do Treinamento De Força Muscular. 2ª ed., Artmed, 1999.

FLECK, S. J. Treinamento De Força Para Fitness E Saúde. São Paulo: Phorte, 2003.

MENDES, R. A.; LEITE, N. Ginástica Laboral: princípios e aplicações práticas. São Paulo: Manole, 2004.

LIMA, M. E. A.; ARAÚJO, J. N. G.; LIMA, F. P. A. (OR.) L.E.R.: dimensões ergonômicas e psicossociais. Belo Horizonte: Health, 1998.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

DANTAS, E. H. M. A prática da preparação física. Rio de Janeiro: Shapa, 1995.

OLIVEIRA, J. R. G. A prática da ginástica laboral. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.

LIMA, D. G. Ginástica Laboral: custos e orçamentos na implantação de programas. Com abordagem ergonômica. São Paulo: Fontana, 2004.

FERRIRA, M. E. C. A Obsessão Masculina Pelo Corpo: malhado, forte e sarado. In: Revista Brasileira de Ciências do Esporte. V. 27, n. 1, p. 167-182, 2005.

BARROSO, R.; TRICOLLI, V.; UGRINOWITSCH, C. Adaptação Neurológica e Morfológica ao Treinamento de Força com Ações Excêntricas. In: Revista Brasileira de Ciências do Movimento. V. 13, n. 2, p. 111-122, 2005.

RAMALHO, V. P.; MARTINS JUNIOR, J. Influência da Periodização do Treinamento com Pesos na Massa Corporal Magra em Jovens Adultos do Sexo Masculino: um estudo de Caso. In: Revista da Educação Física/UEM. V. 14, n. 1, p. 49-56, 2003.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DEPART.

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE

Lorete Tosta Marcos
Secretária Acadêmica
Telefone: 471201 - Ramal: 11533



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	Dança (Optativa)	CÓDIGO:	6610
CRÉDITOS:	02	FASE:	3ª
PROFESSOR(A):	Valter Savi	CARGA HORÁRIA:	36h
E-mail:	vass@unesc.net	PERÍODO:	Nº / 1º semestre de 2007

1 – MISSÃO DA UNESC

Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

2- OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exato no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física."

3 – OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

Dominar fundamentos de execução dos movimentos do corpo em técnica de níveis e progressões graduais desenvolvidas com sensibilidade, expressão e criatividade.

4 – EMENTA

A dança em diferentes estilos, técnicas, características e seu valor sócio cultural e suas linguagens.

5 – PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1 – Dança de Salão: História, Fundamentos, técnicas de diferentes estilos	16	22/2 – 1.8,15,22,29/3 – 5,12,19,26/4 – 3,10,17,24,31/5 – 14,21,28/6

Prova Final: 12/07/2007

TEMA 1 – Dança de salão: História, Fundamentos, técnicas de diferentes estilos.

• OBJETIVO ESPECÍFICO:

Conhecer e vivenciar técnicas de diferentes estilos de dança de salão.

• CONTEÚDOS:

- 1.1- Vivenciar diferentes caracteres e estilos de dança de salão
- 1.2- Contexto histórico
- 1.3- Construção coreográfica.

• ATIVIDADES:

- 1 – Aulas expositivas, diálogos, textos, mesa redonda.
- 2 – Vivências práticas.

• METODOLOGIA:





UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Estágio II	CÓDIGO:	6450
CRÉDITOS:	05	FASE:	6ª
PROFESSOR(A):	Barbara Regina Alvarez Joel Modesto Casagrande	CARGA HORÁRIA:	90 h/aula
		PERÍODO:	1º Semestre/2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVOS DA DISCIPLINA: Elaborar o planejamento, baseado na observação do trabalho dos profissionais, para executá-lo durante o semestre, referente a escolinhas, clubes e gerenciamento e administração esportiva.

EMENTA: observação, planejamento e execução de atividades relacionadas a escolinhas, clubes, hotéis e gerenciamento e administração esportiva.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1. Visita aos locais onde tem escolinhas de natação, tênis, atletismo, vôlei para a análise da conjuntura e elaboração de um planejamento a ser desenvolvido nas mesmas.	20	22/3, 01/03; 8/03, 15/03
2. Desenvolvimento do planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de natação, tênis, atletismo e vôleibol.	45	29/03; 12, 19, 26/04; 03, 10, 17, 24/05 e 31/5 Até o dia 19/3 entrega de toda documentação assinada.
3. Análise da conjuntura de um hotel, elaboração do planejamento e execução de atividades no mesmo.	05	23/06, 30/06 (complementação da carga horária, sábado)
4. Observação de eventos e elaboração de uma proposta estrutural para o esporte nacional referente organização e gerenciamento.	05	- Regionais OLESC Competições nos Clubes Campeonato Juvenil de Atletismo E outros...
5. Avaliação: planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas; planejamento das atividades a serem realizadas nos hotéis; apresentação de ambos em seminário 1, relatório referente às atividades desenvolvidas nas escolinhas e hotéis, apresentação em seminário 2 e proposta de projeção para o esporte nacional e apresentação da mesma em forma de pôster e nota do supervisor de estágio.	15	22/3 (seminário 1 - planejamento das atividades nas escolinhas), 7, 14 e 21/06 - seminário 2 (relatório das atividades desenvolvidas nas escolinhas)

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1: Visita aos locais onde tem escolinhas de natação, tênis, atletismo, e vôlei para a análise da conjuntura e elaboração de um planejamento a ser desenvolvido nas mesmas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Discutir o programa de ensino;
- Realizar o diagnóstico da turma enquanto grupo, cidade onde mora e trabalho e conhecimento referente a disciplina.

CONTEÚDOS:

- 1.1 1.1 Fundamentos das modalidades esportivas: natação, tênis, atletismo, e vôlei.
- 1.2 1.2 Guia para análise da conjuntura.
- 1.3 1.3 Planejamento.
- 1.4 1.4 Fichas de estágio.

ATIVIDADES:

- 1.5 Apresentação dos professores e acadêmicos(as).
- 1.6 Discussão do programa de ensino.
- 1.7 Diagnóstico da turma.
- 1.8 Formação das equipes (duplas ou trios).
- 1.9 Distribuição dos locais.

METODOLOGIA:

- 1.10 Aula expositiva/dialogada.
- 1.11 Serão 5 horas de visita para análise da conjuntura, 15 horas para elaborar o planejamento para atuação.

AVALIAÇÃO:

- 1.12 Planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas (5,0 Pontos).
- 1.13 Apresentação, em seminário 1, do planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas, dia 12/04 (5,0 Pontos).

TEMA 2: Desenvolvimento do planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de natação, tênis, atletismo e vôlei.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Desenvolver o planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de natação, tênis, atletismo e vôlei.

CONTEÚDOS:

- 2.1 Trabalhar com os alunos nas escolinhas das modalidades citadas, sendo 15 horas/aula em cada modalidade (total de 3 modalidades).

METODOLOGIA:

- 2.2 Acompanhamento do trabalho dos acadêmicos, na instituição e nos locais de estágio.

AVALIAÇÃO:

- 2.4 Relatório referente às atividades desenvolvidas nas escolinhas (5,0 Pontos); apresentação do mesmo em seminário 2 (5,0 Pontos).
- 2.5 Nota do supervisor do estágio, nas escolinhas (10 Pontos).

TEMA 3: Análise da conjuntura de um hotel, elaboração do planejamento e execução de atividades no mesmo.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Realizar a análise da conjuntura de um hotel.
- Elaborar e executar um planejamento de atividades para um hotel.

CONTEÚDOS

- 3.1 Guia para análise da conjuntura em hotéis;
- 3.2 Atividades para hotel.

METODOLOGIA

- 3.3 Trabalho em grupos com acompanhamento dos professores;
- 3.4 Acompanhamento do trabalho nos locais de estágio.

AValiação

- 3.5 Planejamento das atividades a serem realizadas nos hotéis; (5,0 Pontos)
- 3.6 Apresentação do mesmo em seminário 2. dia 14 e 21/6 (5,0 Pontos)

TEMA 4: Observação de eventos e elaboração de uma proposta estrutural para o esporte nacional referente organização e gerenciamento

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Observar os eventos esportivos de vários níveis, no que se refere a organização e gerenciamento esportivo;
- Elaborar uma proposta estrutural para o esporte nacional referente organização e gerenciamento esportivo.

CONTEÚDOS

- 4.1 Estrutura do esporte municipal, estadual e nacional;
- 4.2 Organização e gerenciamento do esporte;
- 4.3 Análise dos Jogos (todos grupos): análise do campeonato de bocha (um grupo), dominó (um grupo) e canastra (um grupo) na S. R. Maripituba; análise de um evento regional exemplo LARM e LAC, (três grupos); análise do evento nacional (um grupo); análise da estrutura do Crisânto S.C (um grupo) e análise do Esporte Clube Próspera (um grupo). Campeonato Juvenil de Atletismo.

METODOLOGIA

- 4.4 Aula expositiva dialogada;
- 4.5 Sortear os grupos para as atividades citadas acima.

AValiação

- 4.6 Relatório da análise dos eventos e Proposta de projeção para o esporte nacional, (5,0) e apresentação da mesma em forma de pôster (5,0)
- 4.7 Auto-avaliação do aluno.

OBS.: O ACADEMICO QUE NÃO ATINGIR MÉDIA FINAL 7,0 ESTARÁ AUTOMATICAMENTE REPROVADO.

REFERÊNCIAS

- BARPER, Cláudio. La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona: Hispano Europa, 1986.
- GANDIN, Danilo; CRUZ, Carlos H. Carrilho. Planejamento na sala de aula. 4.ed. Porto Alegre: 2000.
- SOARES, Carmen Lúcia. ...[et al.]. Metodologia do ensino de educação física. São Paulo: Ed. Cortez, 1992. Coleção magistério 2. grau. Série formação do professor.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Referências utilizadas nas disciplinas anteriores.


Lurete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria 1147/2021 - PABLO/UNEPG



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Eventos Comunitários	CÓDIGO:	6456
CRÉDITOS:	02	FASE:	VI
PROFESSOR(A):	Antonio Sérgio Fernandes	CARGA HORÁRIA:	36 h/aula
EMAIL:	afsc@uneso.net	PERÍODO:	1º Semestre / 2007

PLANO DE ENSINO

1. MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

2. OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

3. OBJETIVO DA DISCIPLINA: Apresentar as diferentes possibilidades de eventos comunitários e suas variações, elaborando projetos e executando-os, com o propósito de vivenciá-los.

4. EMENTA DA DISCIPLINA: Fundamentação teórica para o trabalho em comunidade; Planejamento, elaboração e execução de projetos de eventos comunitários: festivais, gincanas, rua de lazer, acampamento esportivo-cultural-recreativo, acantonamento, colônias de férias, passeio ciclístico e outros.

3. PROGRAMA

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
1- Projeto de Eventos Comunitários	12h	26.02 / 03.03 / 19.03 / 26.03 / 02.04 / 09.04
2- Execução de Eventos Comunitários	24h	16.04 / 23.04 / 30.04 / 07.05 / 14.05 / 21.05 / 28.05 / 04.06 / 11.06 / 18.06 / 25.06 / 02.07

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – Projeto de Eventos Comunitários.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Analisar os diferentes tipos de eventos comunitários, compreendendo-os.

CONTEÚDOS: Teoria de Eventos e Projetos Comunitários. Elaboração de projetos e relatórios.

METODOLOGIA: Aulas expositivas e dialogadas, Trabalho em grupo.

AVALIAÇÃO: Elaboração de projeto de Eventos Comunitários.

TEMA 2 – Execução de Eventos Comunitários.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Aprender a elaborar e a executar um projeto de evento comunitário.

CONTEÚDOS: Projeto Ginásio (público: adolescentes); Projeto Festival de Música (público: adultos); Projeto Colônia de Férias (público: 3ª idade); Projeto Rua de Lazer: *Comemoração do dia das crianças* (público: crianças carentes); Projeto Acantonamento (público: acadêmicos da 6ª fase)

ATIVIDADES: Realização de eventos comunitários com a comunidade.

METODOLOGIA: Aulas expositivas e dialogadas, Oficinas, Aulas práticas, Trabalhos em grupo, Relatórios.

AValiação: Execução dos Eventos Comunitários, Relatório de realização de Evento Comunitário, Prova.

6. AVALIAÇÃO (Critérios e Instrumentos):

Peso 1 - Organização e participação nos eventos, na qualidade de apoiador – Avaliação Individual

Peso 1 - Organização e realização do evento, na qualidade de membro da Comissão Central Organizadora – Avaliação Individual e em Grupo – Entrega do projeto e do relatório do seu evento.

Peso 1 - Organização e realização do evento Rua de Lazer – Avaliação Individual e em Grupo – Entrega do projeto e do relatório da parte do seu grupo.

7. REFERÊNCIAS BÁSICAS:

CESCA, Cleiza G. Gimenes. *Organização de eventos: manual para planejamento e execução*, São Paulo: Summus, 1997.

CIVITATI, Hector. *Acampamento: organização e atividades*, São Paulo, 2000.

PERREIRA, Solange e colaboradores. *Recreação, jogos, recreação*, Rio de Janeiro: Sprint, 1993.

OLIVEIRA, J. B. *Como promover eventos: cerimonial e protocolo na prática*, São Paulo: Madras, 2000.

POET, Davi Rodrigues. *Organização de eventos esportivos*. 2ª ed. fundial: Do autor, 2000.

STEINHILBER, J. *Colônia de férias: administração e organização*, Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

8. REFERÊNCIAS COMPLEMENTARES:

KINCHESKI, José Carlos. *Cerimonial hierarquia protocolo para eventos de organizações públicas e privadas brasileiras*. Florianópolis: UDESC, 2002.

MELO NETO, Francisco Paulo de. *Marketing de Eventos*, Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

MELO NETO, Francisco Paulo de. *Marketing de patrocínio*, Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

REQUINA, Renato. *O lazer no Brasil*. São Paulo: Brasiliense, 1977.

SOLER, Rinaldo. *Jogos Cooperativos*, Rio de Janeiro: Sprint, 2002.

Professor

Coord. Departamento

Diretoria de Graduação

CONSEPE



Lorete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Folha nº 470021-Relatório ESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - GRADE I



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA: Metodologia do Basquetebol
CRÉDITOS: 03
PROFESSOR(A): Iruan Teixeira

CODIGO: 6454
FASE: 6ª fase
CARGA HORÁRIA: 54 h/aula
PERÍODO: M/ 1º semestre de 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para atuarem como docentes na educação infantil e educação básica e socializar o conhecimento científico da cultura do movimento humano acumulado historicamente pela humanidade, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e a melhoria da qualidade de vida".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar atitudes de mediação dos conhecimentos e conteúdos envolvidos no processo, embasamento suficiente ao acadêmico para educar através dos movimentos do basquetebol, baseados nos princípios formativos dos valores morais e éticos, além de promover a inclusão social na busca da melhoria da qualidade de vida da sociedade.

EMENTA: O Basquetebol no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos dos fundamentos que levem a uma aprendizagem e aprimoramento do Basquetebol. Sistemas de jogo. Regras oficiais, arbitragem e súmula.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	N.º AULAS	DATAS
1 - Histórico e evolução do Basquetebol no Brasil e no mundo; Evolução do jogo e do esporte; Regras Oficiais do Basquetebol, súmula e mecânica de arbitragem (FIBA)	09	26 de Fevereiro de 2007; 05 e 12 de Março de 2007.
2 - Aprendizado das condutas básicas do Basquetebol	06	19 e 26 de Março de 2007; (Dia 26: Avaliação)
3 - Aprendizado dos Fundamentos do basquetebol: Manuseio corporal; Manuseio de bola; Passe; Drible; Arremesso; Rebote;	15	02, 09, 16, 23 e 30 de Abril de 2007; (Dia 30: Avaliação)
4 - Sistema Tático Defensivo (a) - Posicionamento; Utilização, vantagens e desvantagens; Sistema Tático Ofensivo (b) - Posicionamento; Utilização, vantagens e desvantagens	18	07, 14, 21 e 28, Maio de 2007; 04 e 11 de Junho de 2007.
5 - A Prática como componente curricular	06	18 e 25 de Junho de 2007.

TEMAS / OBJETIVOS / CONTEÚDOS / ATIVIDADES / METODOLOGIA / AVALIAÇÃO

TEMA 1 – HISTÓRICO E EVOLUÇÃO DO BASQUETEBOL NO BRASIL E NO MUNDO; REGRAS OFICIAIS DO BASQUETEBOL; SÚMULA E MECÂNICA DE ARBITRAGEM

1.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1.1.1 Conhecer a origem do basquetebol;
- 1.1.2 Conhecer as principais regras;
- 1.1.3 Apropriar conhecimentos referentes a origem e evolução do basquetebol mundial e brasileiro;
- 1.1.4 Compreender os significados e o preenchimento da súmula oficial de Basquetebol.

1.2 CONTEÚDOS:

- 1.2.1 Origem do Basquetebol;
- 1.2.2 Origem do basquetebol no Brasil, principais equipes e campeonatos nacionais e internacionais;
- 1.2.3 Regras Oficiais de Basquetebol

1.3 ATIVIDADES:

- 1.3.1 apresentação do professor e acadêmicos;
- 1.3.2 apresentação do programa de ensino;
- 1.3.3 apresentação dos temas / histórico / origem;
- 1.3.4 Trabalho de pesquisa da origem e das principais regras do Basquetebol

1.4 METODOLOGIA:

- 1.4.1 trabalhos em grupos de pesquisa, seminário e de confecção de painéis para exposição.

1.5 AVALIAÇÃO:

- 1.5.1 Acompanhamento dos conteúdos escritos e confeccionados pelos grupos;
- 1.5.2 Verificação dos recursos materiais utilizado pelo grupo, sua organização e criatividade de exposição;
- 1.5.3 ordem e fluência na exposição.

TEMA 2 – APRENDIZADO DAS CONDUZAS BÁSICAS DO BASQUETEBOL

2.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 2.1.1 Desenvolver as capacidades gerais do jogo: inteligência, percepção, coordenação, criatividade, visão periférica, concentração;
- 2.1.2 Desenvolver valores humanos necessários para a prática de jogos coletivos: respeito, solidariedade, justiça, tolerância, alegria, amizade;
- 2.1.3 Oportunizar atividades recreativas para despertar o gosto pela modalidade.

2.2 CONTEÚDOS:

- 2.2.1 a experimentação do objeto do jogo, primeiro contato com a bola;
- 2.2.2 conhecendo o basquetebol;
- 2.2.3 grandes e pequenos jogos para despertar o gosto pela modalidade;

2.3 ATIVIDADES:

- 2.3.1 adaptação a bola solo e em grupos;
- 2.3.2 atividades com material alternativo: bolas de tênis, mini-cestas de basquetebol, bolas variadas, implementos, para imitar trajetória da bola em direção a cesta, etc;
- 2.3.3 jogos em equipes sem a necessidade do aparato ideal do basquetebol (tabela, cesta, linhas, etc.);
- 2.3.4 sugestões de atividades conforme a idade cronológica e/ou o amadurecimento motor da criança.

2.4 METODOLOGIA:

- 2.4.1 aula expositiva e dialogada;
- 2.4.2 atividades individuais, em duplas, pequenos e grandes grupos;
- 2.4.3 atividades práticas criadas pelos acadêmicos;
- 2.4.4 adaptação para o basquetebol dos jogos e brincadeiras conhecidas das crianças;

2.5 AVALIAÇÃO:

- 2.5.1 observar os indicadores: participação, interesses, respeito, cooperação, assiduidade, responsabilidade;
- 2.5.2 participação;
- 2.5.3 trabalhos desenvolvidos em duplas;

TEMA 3 – APRENDIZADO DOS FUNDAMENTOS DO BASQUETEBOL

2

3.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 3.1.1 conhecer para ensinar os fundamentos do basquetebol da iniciação ao aperfeiçoamento;
- 3.1.2 despertar o interesse e o gosto da criança pelo basquetebol;
- 3.1.3 oportunizar atividades relativas a maturidade psico-motora da criança;
- 3.1.4 Compreender a aplicabilidade dos fundamentos no treinamento do basquetebol

3.2 CONTEÚDOS:

- 3.2.1 atividades recreativas e técnicas para apropriação e domínio dos movimentos fundamentais do basquetebol (controle de bola, drible, passe, bandeja, finta, arremesso e rebote)
- 3.2.2 conhecer para ensinar a sequência pedagógica dos fundamentos
- 3.2.3 Aprender para ensinar a execução correta dos elementos fundamentais do basquetebol
- 3.2.4 atividades e jogos que oportunizam o desenvolvimento das habilidades motoras necessárias para o basquetebol

3.3 ATIVIDADES:

- 3.3.1 a teoria dos fundamentos básicos;
- 3.3.2 jogos pré-desportivos que imitam o movimento dos fundamentos
- 3.3.3 jogos adaptados relativos aos fundamentos: street-ball, vinte e um (parado e corrido), mini basquetebol, etc.
- 3.3.4 os fundamentos sob o ponto de vista técnico
- 3.3.5 educativos de adaptação às passadas e aos tempos rítmicos
- 3.3.6 educativos para o arremesso em jump

3.4 METODOLOGIA:

- 3.4.1 aula expositiva dialogada
- 3.4.2 trabalhos em grupos
- 3.4.3 atividades práticas

3.5 AVALIAÇÃO:

- 3.5.1 participação nas aulas
- 3.5.2 observação da criatividade
- 3.5.3 apresentação de atividades desenvolvidas pelos acadêmicos.

TEMA 4 (a) – SISTEMA DEFENSIVO

4.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 4.1.1 conhecer as diferentes tipos de marcação e sua aplicação em diversas situações em equipes escolares além de desenvolver o raciocínio, a destreza, a cooperação e a visão educativa.

4.2 CONTEÚDOS:

- 4.2.1 - Marcação Zona
 - Tipos: 2, 1, 2; 1, 2, 2; 3, 2; 1, 3, 1; 2, 3;
- 4.2.2 - Marcação individual
 - Tipos: pressão, agressiva e flutuante.
- 4.2.3 - Marcação mista
 - Tipos: Box-and-one, diamante e triângulo.
- 4.2.4 - Nomenclatura das posições.
- 4.2.5 - Características de cada jogador e posição de defesa.
- 4.2.6 - Gráficos por setor de marcação conforme posição da bola.
- 4.2.7 - Vantagens e desvantagens das marcações Zona e Individual.

4.3 ATIVIDADES:

- 4.3.1 Apresentação do professor e turma;
- 4.3.2 Apresentação do programa de ensino;
- 4.3.3 Apresentação teórica e prática dos sistemas defensivos
- 4.3.4 Práticas de Mini jogos, grandes jogos e Jogos pré-desportivos

- 4.3.5 Fixação de posicionamento defensivo através do elástico tensionado
- 4.3.6 Prática de atividades materiais alternativos (bolas, elásticos, móveis, etc)

4.4 METODOLOGIA:

- 4.4.1 Aula expositiva/dialogada;
- 4.4.2 Atividades em duplas, trios e grupo; teórico / prático;
- 4.4.3 Exibição de vídeos ilustrativos (jogos)
- 4.4.4 Estudo e discussão de jogos em vídeo e/ou ao vivo;

4.5 AVALIAÇÃO:

- 4.5.1 Avaliação do sistema defensivo na prática; na apresentação das equipes;
- 4.5.2 Observando na apresentação da equipe
- 4.5.3 Participação no treinamento da equipe
- 4.5.4 Trabalhos de grupos mostrando a eficiência e deficiência de cada marcação;

TEMA 4 (b) – SISTEMA OFENSIVO

4.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 4.1.1 Conhecer os diferentes tipos de jogadas conforme o tipo de marcação para aplicação em diversas situações em equipes escolares, além de desenvolver o raciocínio, a destreza, a cooperação e a visão educativa.

4.2 CONTEÚDOS:

- 4.2.1 Nomenclatura das posições de ataque
- 4.2.2 Característica de cada jogador e posição
- 4.2.3 Legenda universal dos gráficos
- 4.2.4 Mini-jogos contra marcação zona
- 4.2.5 Mini-jogos contra marcação individual
- 4.2.6 Jogos pré-desportivos para fixação de posicionamento ofensivo

4.3 ATIVIDADES:

- 4.3.1 Apresentação teórica e prática das jogadas contra marcação individual e zona
- 4.3.2 Prática de jogos pré-desportivos, mini jogos e grandes jogos.
- 4.3.3 Prática com materiais alternativos

4.4 METODOLOGIA:

- 4.4.1 aula expositiva/dialogada;
- 4.4.2 atividades em duplas, trios e grupos; teórico prático;

4.5 AVALIAÇÃO:

- 4.5.1 avaliação das jogadas tradicionais na prática na apresentação da equipe;
- 4.5.2 avaliação de uma jogada criada em dupla;
- 4.5.3 observação da apresentação da equipe
- 4.5.4 Trabalhos de grupos mostrando a eficiência e deficiência de cada jogada

TEMA 5 – A PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

5.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 5.1.1 Vivenciar a prática de ensino com os colegas de classe;
- 5.1.2 Experimentar a prática do basquetebol em todas as suas variações.

5.2 CONTEÚDOS:

- 5.2.1 Atividades práticas de ensino do basquetebol para a apropriação dos fundamentos do desporto e suas técnicas e táticas;

5.3 ATIVIDADES:

5.3.1 Circuito organizado pelos acadêmicos do curso para cada fundamento do basquetebol aplicado a crianças de escolinha de basquetebol.

5.3.2 Jogos, atividades e pré-desportivos citados pelos próprios alunos aplicadas na prática aos colegas de classe e para crianças da escolinha.

5.4 METODOLOGIA:

5.4.1 trabalho em circuito envolvendo acadêmicos, professor da disciplina e alunos de escolinhas de basquetebol.

5.4.2 aulas práticas desenvolvidas pelos acadêmicos.

5.5 AVALIAÇÃO:

5.5.1 Desempenho das atividades propostas pelos acadêmicos.

5.5.2 Estrutura das atividades propostas pelos acadêmicos.

BIBLIOGRAFIA

- DALLITO, Moacyr. Basquete: Metodologia do ensino. 6 ed. São Paulo: Hemus, 1991.
- NEGRINE, Ailton. Educação Física e Desporto. 1990.
- CAVALLARI, Vinícius Ricardo. Trabalhando com Recreação. 1993.
- Regras Oficiais de Basquetebol: 2001 – 2002. Rio de Janeiro: Sprint 2001.
- Regras Oficiais de Basquetebol: 1995-1997. Rio de Janeiro: Sprint.
- Brasil. Ministério da Educação e Cultura. Secretaria de Educação Física e Desportos. Caderno técnico-didático: Basquetebol, coletânea. Brasília: MEC.

COMPLEMENTAR:

- Melhem, Alfredo. Brincando e aprendendo basquetebol. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
- ALMEIDA, Marcos Bezerra de. Basquetebol 1000 exercícios. Rio de Janeiro: Sprint, 1999.
- ALMEIDA, Marcos Bezerra de. Basquetebol. Iniciação. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.


Lorete Tassin Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 1202/1 - Brasília/UNESCO





UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	Metodologia do Voleibol	CÓDIGO:	6455
CRÉDITOS:	03	FASE:	6ª
PROFESSOR(A):	Joni Marcelo de Farias	CARGA HORÁRIA:	54 h/a
E-MAIL:	jmf@unesc.net	PERÍODO:	M/ 1º semestre de 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para atuação no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Contribuir para a formação de alunos crítico participativo, proporcionando a eles o conhecimento sobre a história, as regras, os fundamentos e os sistemas mais utilizados no Voleibol, para que o mesmo tenha condições de repassar este conhecimento adquirido.

EMENTA: O Voleibol no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos que levem a uma aprendizagem dos fundamentos do Voleibol. Sistemas de jogo. Regras oficiais, arbitragem e simulas.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
Apresentação do plano de ensino	03	27/02/06
Histórico e regras	03	06/03/06
Definição de termos e fundamentos	03	13/03/06
Estágios para aprendizagem do voleibol	03	20/03/06
Processo pedagógico do voleibol		
Atividades de coordenação motora	06	27/03/06 – 03/04/06
Jogos pré-desportivos	06	10 – 17/04/06
Fundamentos de toque por cima, manchete, saque por baixo e por cima, cortada e bloqueto	18	24/04/06 – 08-15-22-29/05/06 – 05/06/06
Sistemas táticos no voleibol	15	12 – 19 – 26/06/06 – 03-10/07/06

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ENSINO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Apresentar e discutir o plano de ensino junto com os acadêmicos.

CONTEÚDO: Apresentação de todo o conteúdo a ser estudado durante o semestre letivo

ATIVIDADES: aula teórica

METODOLOGIA: Por meio de data show

AVALIAÇÃO: não tem avaliação

TEMA 2 – HISTÓRICO E REGRAS

OBJETIVO ESPECÍFICO: conhecer a origem do esporte, entender as regras para poder praticar o esporte na iniciação ao alto nível, aprendizagem do preenchimento da súmula do jogo.

CONTEÚDOS: Histórico, Regras e Súmula.

ATIVIDADES: Relatório das atividades, apresentação do relatório.

METODOLOGIA: Aula teórica, pesquisa bibliográfica.

AVALIAÇÃO: Apresentação dos trabalhos

TEMA 3 – DEFINIÇÃO DE TERMOS E FUNDAMENTOS

OBJETIVO ESPECÍFICO: Definição de termos para o conhecimento da modalidade e das nomenclaturas utilizadas.

CONTEÚDOS: Definições de tática, deslocamentos, movimentações.

ATIVIDADES: Conhecimento sobre estes conceitos.

METODOLOGIA: Aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: não haverá

TEMA 4 – ESTÁGIOS PARA APRENDIZAGEM DO VOLEIBOL: PROCESSO PEDAGÓGICO DO VOLEIBOL

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer os estágios e as formas pedagógicas para o desenvolvimento do voleibol desde a iniciação até o alto nível.

CONTEÚDOS: Os estágios para a aprendizagem do voleibol, processo metodológico e pedagógico para a aprendizagem do voleibol.

ATIVIDADES: método progressivo associativo, dinâmico paralelo, exercícios formativos, educativos e de automatização.

METODOLOGIA: Aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: avaliação por meio de prova individual

TEMA 5 – ATIVIDADES DE COORDENAÇÃO MOTORA

OBJETIVO ESPECÍFICO: demonstrar e criar exercícios de coordenação relacionados ao voleibol.

CONTEÚDOS: todos os tipos de exercícios de coordenação, do simples ao combinado.

ATIVIDADES: exercícios formativos.

METODOLOGIA: aulas práticas

AVALIAÇÃO: apresentação de trabalho em grupo

TEMA 6 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

OBJETIVO ESPECÍFICO: Utilizar o método dos jogos pré-desportivos para o aprendizado do voleibol.

CONTEÚDOS: Bola Voadora; Newcon; Voleibol com dupla jogada; Mini vôlei e Baby vôlei; Voleibol no escuro; Vôlei com um toque no chão; Vôlei com quadra móvel; Vôlei em quatro quadras; Vôlei com diversas bolas.

ATIVIDADES:

METODOLOGIA: Aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: apresentação de trabalho em grupo.

TEMA 7 – FUNDAMENTOS DO VOLEIBOL

OBJETIVO ESPECÍFICO: Apresentar todos os fundamentos utilizados no voleibol. Fazer com que os acadêmicos possam aplicar este conteúdo na prática.

CONTEÚDOS: Toque por cima; manchete; saque por baixo e por cima; cortada e bloqueio.

METODOLOGIA: por meio de aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: prova individual.

TEMA 8 – SISTEMAS TÁTICOS DE VOLEIBOL

OBJETIVO ESPECÍFICO: desenvolver os sistemas táticos mais utilizados no voleibol, contribuindo para a formação de uma equipe.

CONTEÚDOS: sistemas de passe; sistemas de ataque; sistema de apoio ao ataque e sistema defensivo.

METODOLOGIA: aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: por meio de um trabalho em grupo (apresentação de uma equipe de competição).

BIBLIOGRAFIA

- 1- American Sport Education Program. Ensinando Voleibol para Jovens. 1999.
- 2- ARAÚJO, Jorge Barros de. Voleibol Moderno: Sistema Defensivo. 1994.
- 3- BORSARI, José Roberto. Voleibol – Fundamentos, Aulas, Circuitos, Exercícios e Adaptação. 1989.
- 4- BOJIKIAN, João Crisóstomo Marcondes. Ensinando Voleibol. 1992.
- 5- CARVALHO, Otto Moravia de. Caderno Técnico Didático. 1982.
- 6- CARVALHO, Otto Moravia de. Voleibol, 1000 Exercícios. 1993.
- 7- DE ARAÚJO, Jorge Barros. Voleibol Moderno. 1994.
- 8- FRASCINO, José. O Jogador e Equipe. Hemus. 1985.
- 9- KAPLAN, Oldrich. Voleibol – Atual, Técnica, Tática em Treinamento. 1990.
- 10- KISHIMOTO, Tizuko Morchida. Jogos Tradicionais Infantis. 1994.
- 11- Manual do Treinador, C.B.V. – MEC. 1993.
- 12- Regras Oficiais de Voleibol – 2002.


Loreta Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Patena 0547.0021-RedeFALUNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	Treinamento Desportivo	CÓDIGO:	6453
CREDITOS:	03	FASE:	6ª
PROFESSOR(A):	Joni Marcio de Farias	CARGA HORÁRIA:	54h/a
		PERÍODO:	M/ 1º semestre / 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o Desenvolvimento Regional para Melhorar a Qualidade do Ambiente de Vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO DA DISCIPLINA: Oferecer conhecimentos gerais sobre treinamento desportivo, fazendo com que os alunos relacionem outras disciplinas, como fisiologia do exercício, medidas de avaliação com o treinamento desportivo, organizando um planejamento esportivo para diversas modalidades esportivas.

EMENTA: Processo histórico do treinamento. Princípios do treinamento esportivo. Métodos de condicionamento físico. Características de diferentes planos de treinamento. Organização de macro, meso, microciclo e sessões de Treinamento.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	N DE AULAS	DATAS
Definição de termos; História e objetivos do treinamento desportivo.	03	21/02/06
Princípios do Treinamento Desportivo	06	07-14/03/06
Conteúdos do treinamento desportivo	06	21 - 28/03/06
Seleção dos exercícios e capacidade de rendimento	06	04-11/04/06
Componentes da carga de treinamento	15	18-25/04/06 - 02-09/05/06
Periodização do treinamento desportivo	20	16-23-30/05/06 - 06-13-20-27/06/06

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 01 - DEFINIÇÃO DE TERMOS; HISTÓRIA E OBJETIVOS DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificar as principais escolas de treinamento e suas filosofias para alcançar o ápice esportivo e os objetivos do treinamento, compreender os conceitos definições e determinar os objetivos para o rendimento físico.

CONTEÚDO:

História do Treinamento Desportivo;
Principais Escolas de Treinamento Desportivo
Definição de Termos
Objetivos do Treinamento Desportivo

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas

AValiação:

Será realizada juntamente com outro conteúdo.

TEMA 02 - PRINCÍPIOS DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer todos os princípios que norteiam o treinamento desportivo, compreendendo como melhorar e manter uma performance física.

CONTEÚDO:

Conhecimento dos Princípios da: Individualidade; Adaptação; Sobrecarga; Carga; Supercompensação; Continuidade; Especificidade; Reversibilidade; Progressão; Detecção de Fadiga; Recuperação.

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AValiação:

Avaliação escrita, individual sobre os temas 01 e 02

TEMA 03 - CONTEÚDOS DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Saber o que deve se levar em conta na escolha dos exercícios, qual o tipo de exercício.

CONTEÚDO:

Finalidade, Economia e Eficácia na seleção dos exercícios.

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AValiação:

Será aplicada no próximo conteúdo.

TEMA 04 - SELEÇÃO DOS EXERCÍCIOS E CAPACIDADE DE RENDIMENTO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer e estabelecer uma relação entre o tipo de exercício e a fase de treinamento, incluindo o cuidado com as cargas de treinamento,

CONTEÚDO:

Seleção de exercício para desenvolvimento geral, especial e de competição.
Estímulo, carga.

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas

AVALIAÇÃO:

Trabalho em grupo sobre os exercícios que podem ser utilizados em um treinamento em forma de circuito de acordo com cada fase de treinamento.

TEMA 05 – COMPONENTES DA CARGA DE TREINAMENTO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Compreender as como determinar as cargas de treinamento e quais os efeitos que determinado tipo de exercício pode proporcionar.

CONTEÚDO:

Volume, intensidade, duração, frequência da carga de treinamento
Tipos e efeitos do treinamento desportivo (efeito imediato e posterior)

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AVALIAÇÃO:

Será realizada no próximo conteúdo.

TEMA 06 – PERIODIZAÇÃO DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Aprender como se organiza um calendário esportivo, de acordo com modelos já aprovados, além de diagnosticar as diferenças entre períodos e planificação de treinamento, usando como exemplo uma periodização simples.

CONTEÚDO:

Planificação do treinamento: Seção de treino, microciclo, mesociclo, macrociclo e megaciclo.
Períodos de Treinamento: Pré-preparatório, Preparatório, Específico, Competitivo e Transitório.
Periodização Simples

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AVALIAÇÃO:

Avaliação em forma de prova dos temas 5 e 6.
Desenvolvimento e apresentação de um trabalho de todo o conteúdo, em forma de um planejamento anual.

Bibliografia básica:

1. BOMPA, Tudor. *Treinando Atletas de Desporto Coletivo*, Ed. Phorte. São Paulo, 2005.

4

2. ZAKHAROV, Andrei; GOMES, Antonio Carlos. **Ciência do treinamento desportivo**. 2. ed. atual e ampl. Rio de Janeiro: Grupo Pulestra Sport, 2003. 338 p. ISBN 8572860053
3. FILIN, Vladimir Pavlov; GOMES, Antonio Carlos; SILVA, Sérgio Gregório da. **Desporto juvenil: teoria e metodologia**. Londrina: Centro de Informações Desportivas, 1996. 157 p.
4. BOMPA, Tudor O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. São Paulo: Phorte Editora, 2002. 423 p.
5. BOMPA, Tudor O. **Treinamento total para jovens campeões**. São Paulo: Manole, 2002. 248 p.
6. GOMES, Antonio Carlos. **Treinamento desportivo: estruturação e periodização**. Porto Alegre: Artmed, 2002. 205 p.

Bibliografia complementar:

7. ENOKA, Roger M. **Bases neuromecânicas da cinésioologia**. 2. ed São Paulo: Manole, 2000. 450 p.
8. ESCALISSIO, Humberto. **Condicionamento físico: 1000 exercícios**. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 381 p. FORTEZA DE LA ROSA, Armando. **Treinamento desportivo carga, estrutura e planejamento**. São Paulo: Phorte Editora, 2001. 140 p.
9. PETERSON, Lars. **Lesões do esporte: prevenção e tratamento**. 3. ed São Paulo: Manole, 2002. 534 p.
10. VOLKOV, Nicolai Ivanovich. **Teoria e prática do treinamento intervalado no esporte**. Campinas, SP: Multiesportes, 2002. 215 p.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


 Lorete Tasca Marcos
 Secretária Acadêmica
 Portaria nº 47/2021 - Belo Horizonte



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ 8
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Tática dos Esportes Coletivos	CÓDIGO:	7321
CRÉDITOS:	02	FASE:	8ª
PROFESSOR (A):	Carlos Augusto Euzébio	CARGA HORÁRIA:	36h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: “Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.”

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar o entendimento dos conceitos táticos dos esportes coletivos e sua metodologia de ensino.

EMENTA

Fundamentação teórica e metodologia de ensino da tática dos esportes coletivos

PROGRAMA DE ATIVIDADES

Tema	Nº de aulas	Datas
Tema 1 – Conceituação, estudo e aplicação das Táticas Apresentação e discussão do plano de ensino Táticas de Defesa, ataque, transição, pressão e situações especiais.	14	02.09,16,23 e 30.08 06 e 20.09
Tema 2 – Seminário de Táticas Debate sobre Futsal, handebol, basquetebol, voleibol	06	27.09 11 e 18.10
Tema 3 – A prática como componente curricular Metodologia do ensino da tática	12	25.10 01.08,22.09.11 06.12
Avaliação	04	13.09 e 13.12

TEMA 1- CONCEITUAÇÃO, ESTUDO E APLICAÇÃO DAS TÁTICAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Apresentar os principais conceitos táticos dos esportes coletivos, suas aplicações e variações.

ATIVIDADES:

- ❖ Apresentação do professor e dos acadêmicos e acadêmicas
- ❖ Definição de acordos para o semestre
- ❖ Apresentação do plano de ensino
- ❖ Aulas expositivas e práticas

METODOLOGIA:

- ❖ Debates em sala de aula
- ❖ Aulas dialogadas – Problemática dos temas

AValiação:

- ❖ Avaliação escrita individual (Valor 10,0)

TEMA 2 - SEMINÁRIO DE TÁTICAS:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Debater e aprofundar o conhecimento tático das modalidades de futsal, vôleibol e basquetebol.

ATIVIDADES:

- ❖ Seminário sobre as modalidades de futsal, vôleibol e basquetebol.

Avaliação

- ❖ Apresentação no seminário do trabalho desenvolvido.

TEMA 3 – A PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

Metodologia do ensino da tática e organização de situações de jogo para aplicação das táticas.

AValiação:

- ❖ Avaliação escrita individual (Valor 10,0)

BIBLIOGRAFIA

1. BAYER, Claude. O ensino dos desportos coletivos. Lisboa: Diná Livros, 1994.
2. MUTTI, Daniel. Futsal da iniciação ao alto nível. São Paulo: Brasipal, 1999.
3. PRIMO, Giancarlo. Baloncesto la defensa. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A., 1986.
4. SHONDELL, Donald S.; REYNAUD, Cecile. A bíblia do treinador de vôleibol. Porto Alegre: Artmed, 2005.
5. VISINTAINER, Jorge; WEBER, Ivan Hingo. O império do contrataque. Porto Alegre: Ed Sulina, 1989.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO

Lorete Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº42/2021-Secretaria UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Educação Física, Mídia e Marketing	CÓDIGO:	6461
CRÉDITOS:	02	BASE:	7
PROFESSOR(A):	Vânia Vitorio	CARGA HORÁRIA:	36 h/a
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar oportunidade sistematizada de produção/socialização de conhecimentos sobre as relações entre Educação Física, mídia e marketing esportivo, compreendendo seu processo histórico e sócio cultural e interferências na percepção da imagem corporal e consumo ligado ao esporte.

EMENTA: Processo histórico e sócio-cultural da Educação Física e do esporte vinculado a mídia, comércio e esporte, percepção da imagem corporal, o consumo ligado ao esporte. Marketing no esporte.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
1-Relação Educação Física, esporte, mídia e marketing	08	07, 14, 21, 28 agosto
2-Sistematização e produção de conhecimentos sobre a mídia/ educação física	12	04, 11, 18, 25 setembro 02, 09 outubro
3-Comércio e consumo relacionado a educação física e esporte.	04	16, 23 outubro
4-Projetos de marketing e de patrocínio na esfera da educação física	12	30 outubro 06, 13, 20, 27 novembro 11 dezembro

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AValiação

TEMA 1 - A RELAÇÃO EDUCAÇÃO FÍSICA, ESPORTE, MÍDIA E MARKETING

OBJETIVO ESPECÍFICO: Delimitar e constituir base teórica preliminar para estudos sobre a relação Educação Física, esporte, mídia e marketing.

CONTEÚDO:

- Conceito de Educação física, esporte, mídia e marketing
- O esporte na educação física
- Contexto e características da mídia brasileira
- O discurso midiático enquanto texto/contexto de análise da relação esporte-mídia
- A formação da cultura esportiva na sociedade globalizada/midiática;

ATIVIDADES:

- Identificação dos conhecimentos prévios dos alunos sobre o tema
- Apresentação e discussão do plano de ensino
- Textos para leitura, análise, discussão e reflexão
- Formação de grupos para sistematização e produção de mídia

METODOLOGIA:

- Trabalhos individuais e em grupos
- Aula expositiva e dialogada

- Produção midiática:

AVALIAÇÃO:

- Avaliação individual
- Produção midiática

TEMA 2 - SISTEMATIZAÇÃO E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTOS SOBRE A MÍDIA/ EDUCAÇÃO FÍSICA

OBJETIVO ESPECÍFICO: Sistematizar e produzir conhecimentos sobre a mídia/ educação física.

CONTEÚDO:

- Compreendendo a mídia local
- estrutura e funcionamento da mídia da região
- A educação física e o esporte na mídia
- Produção da mídia

ATIVIDADES:

- Estudo e pesquisa em rádio, tv, e jornais das veiculações sobre educação física
- Palestra com assessor de imprensa
- Visita a estúdio de tv e rádio
- Produção e análise de recursos midiáticos

METODOLOGIA:

- Trabalhos em grupos
- Aula expositiva e dialogada
- Pesquisa
- Saída de campo

AVALIAÇÃO:

- Análise da pesquisa
- Produção dos recursos midiáticos

TEMA 3 - COMÉRCIO E CONSUMO RELACIONADO A EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

OBJETIVO ESPECÍFICO: Refletir sobre o comércio e o consumo relacionados a educação física e o esporte.

CONTEÚDO:

- Causas e consequências do comércio e consumo na educação física e esporte
- Marketing e comércio esportivo

ATIVIDADES:

- Estudo de textos e projetos

METODOLOGIA:

- Trabalhos individuais e em grupos
- Aula expositiva e dialogada

AVALIAÇÃO:

- Participação teórico-prática

TEMA 4 - ELABORAÇÃO E APRESENTAÇÃO DE PROJETO DE MARKETING E PATROCÍNIO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Elaborar e apresentar projetos de marketing e patrocínio.

CONTEÚDO:

- Marketing, patrocínio e patrocínio esportivo
- Projeto de marketing e patrocínio

ATIVIDADES:

- Estudos de projetos

- Elaboração e apresentação de projetos

METODOLOGIA:

- Trabalhos individuais
- Aula expositiva e dialogada

AValiação:

- Elaboração e apresentação dos projetos

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR:

OBJETIVO ESPECÍFICO: Produzir e divulgar mídia marketing nos eventos do curso durante o semestre.

CONTEÚDO:

- Produção e exposição de mídia e marketing nos eventos

ATIVIDADES:

- Produção midiática nos eventos do curso da disciplina
- Produção de marketing para eventos do curso

AValiação:

- Produção e apresentação das produções

AValiações NO SEMESTRE:

PROVA INDIVIDUAL – 10,00

PROJETO DE MÍDIA – 10,00

PROJETO DE MARKETING – 10,00

PROJETO DE PATROCÍNIO – 10,00

OBS: A RECLPERAÇÃO SERÁ DE CONTEÚDO. ACONTECERÁ ANTES DA PROVA E NA SUA ENTREGA E DURANTE TODO O PROCESSO DE ELABORAÇÃO DOS PROJETOS.

BIBLIOGRAFIA:

- BELLONI, Maria Luiza. *O que é mídia-educação?* Campinas: Autores Associados, 2001.
 CARDIA, Wesley. *Marketing e patrocínio esportivo*. São Paulo: Artmed, 2004.
 GUARESEHI, Pedrinho A. BIZ, Osvaldo. *Mídia & democracia*. Porto Alegre: P.G. Q.B, 2005.
 PETERS, Tom. *A busca do zero*. São Paulo: Harbra, 1997.
 RIES, Al. TROUT, Jack. *Marketing da Guerra*. São Paulo: Makron Books, 1989.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

- BETTI, Mauro. *Violência em campo: dinheiro, mídia e transgressão às regras no futebol espetáculo*. Join: UNICL, 1997.
 _____. *Janela de vidro: educação física, esporte e televisão*. Campinas: Papirus, 1998.
 ECO, Umberto. *Viagem na realidade cotidiana*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1984.
 FERRES, João. *Televisão e educação*. Porto Alegre: ARTMED, 1996.
 IANNI, Otávio. *Teorias da globalização*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1995.
 ORTIZ, Renato. *Mundialização e cultura*. São Paulo: Brasiliense, 1994.

 ASSINATURA PROFESSOR

 ASS. COORD. DO CURSO


 Lorete Tasso Moraes
 Secretária Acadêmica
 Petrópolis 17/07/2021-RajadaUNISC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Estágio III	CODIGO:	6451
CRÉDITOS:	06	FASE:	7ª
PROFESSOR:	Antonio Sérgio Fernandes	CARGA HORÁRIA:	168
EMAIL:	afe@unesc.net	PERÍODO:	3º semestre 2007
		TELEFONES:	9993-9333 3433-6654

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVOS DA DISCIPLINA: Elaborar o planejamento, baseado na observação do trabalho dos profissionais, para executá-lo durante o semestre, referente a atividades de iniciação esportiva, arbitragem e atividades em espaços públicos.

EMENTA: Observação, planejamento e execução de atividades relacionadas a iniciação esportiva; arbitragem, súmulas, atividades em espaços públicos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1 Aperfeiçoamento das regras (modalidades: natação, tênis, atletismo, vôleibol, basquetebol, handebol, futebol).	22	03/08 – 10/08 – 17/08 – 24/08
2 Observação da utilização dos espaços da UNESC e asilo para a prática de atividades físicas, elaboração do planejamento de atividades.	04	24/08
3 Desenvolvimento do planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de basquetebol, handebol, futsal.	14	31/08 – 14/09 – 21/09
4 Execução de atividades na UNESC, asilo São Vicente de Paulo e hospital.	60	28/09 – 06/10 – 20/10 – 27/10 – 09/11 – 16/11 – 23/11 – 30/11
5 Avaliação: planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas; planejamento das atividades a serem realizadas no asilo e hospital; seminário de regras; auto-avaliação relatório final e nota do supervisor de estágio.	08	07/12 – 14/12

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AValiação

TEMA 1 - APERFEIÇOAMENTO DAS REGRAS (MODALIDADES: NATAÇÃO, TÊNIS, ATLETISMO, VOLEIBOL, BASQUETEBOLE, HANDEBOL, FUTEBOL)

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Discutir o programa de ensino;
- Aprofundar o conhecimento das regras das modalidades em questão

CONTEÚDOS:

- Regras oficiais e atualização das alterações

ATIVIDADES:

- Apresentação dos professores e acadêmicos(as)
- Discussão do programa de ensino
- Formação das equipes
- Apresentação das regras pelas equipes

METODOLOGIA:

- Seminário de regras

AVALIACÃO:

- Apresentação no seminário

TEMA 2 - OBSERVAÇÃO DA UTILIZAÇÃO DOS ESPAÇOS DA UNESC, CLUBES DE IDOSOS DA AFASC E HOSPITAIS E OUTROS LOCAIS QUE OFEREÇAM ESCOLINHAS DESPORTIVAS DE INICIAÇÃO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS, ELABORAÇÃO DO PLANEJAMENTO DE ATIVIDADES

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Realizar a análise de conjuntura dos espaços da UNESC e dos outros locais.

CONTEÚDOS:

- Análise de conjuntura

METODOLOGIA:

- Acompanhamento do trabalho dos acadêmicos na instituição.

AVALIACÃO:

- Trabalho sobre análise de conjuntura

TEMA 3 - DESENVOLVIMENTO DO PLANEJAMENTO NAS ESCOLINHAS ESPORTIVAS NAS MODALIDADES DE BASQUETEBOL, HANDEBOL, FUTEBOL/FUTSAL E ATIVIDADES COM IDOSOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Desenvolver o planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de basquetebol, handebol, futebol/futsal.
- Desenvolver planejamento de atividades com idosos considerando a realidade percebida.
- Construir o planejamento de atuação

CONTEÚDOS:

- Metodologia do ensino das modalidades
- Atividades com idosos: limites e possibilidades
- Planejamento das modalidades

METODOLOGIA:

- Trabalho em grupos com acompanhamento dos professores.

AVALIACÃO:

- Planejamento das atividades a serem realizadas
- Participação e intervenção nas atividades planejadas

TEMA 4 - EXECUÇÃO DE ATIVIDADES NA UNESC E NOS OUTROS LOCAIS ESCOLHIDOS PELOS ACADEMICOS



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Metodologia Científica II	CODIGO:	6418
CREDITOS:	04	FASE:	7ª
PROFESSOR(A):	Luís Afonso dos Santos	CARGA HORÁRIA:	72h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: “Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida”.

OBJETIVO DO CURSO: “Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação”.

OBJETIVOS GERAL DA DISCIPLINA: Elaborar o projeto de pesquisa para o trabalho de conclusão de curso (TCC)

EMENTA: linhas de pesquisa, tipos de pesquisa em Educação Física, elaboração do projeto de pesquisa.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Conceitos: metodologia científica, método científico, ciência.	04	06/08/2007
2- Caracterização dos tipos de pesquisa: pesquisa experimental, pesquisa descritiva e pesquisa bibliográfica e Linhas de Pesquisa do Curso de Educação Física	08	13/08 e 20/08
3- Estrutura do projeto de pesquisa. Elaboração do projeto de pesquisa: escolha do tema; definição do problema; objetivos; formulação das perguntas norteadoras; introdução; metodologia; coleta e tratamento dos dados; análise e discussão dos dados.	40	27/08, 03/09, 10/09, 17/09, 24/09, 01/10, 08/10, 15/10, 22/10, 29/10.
4- Revisão da metodologia científica, das normas da ABNT, da Unesc e do Curso	08	05/11, 12/11
5- Apresentação dos Projetos de pesquisa do TCC e entrega da versão final do mesmo.	12	19/11, 26/11 e 03/12

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – CONCEITOS: METODOLOGIA CIENTÍFICA, MÉTODO CIENTÍFICO, CIÊNCIA
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Apresentar e discutir o plano de ensino
- Diagnosticar o nível da turma com relação ao domínio da metodologia científica
- Acessar a base de dados

CONTEÚDOS:

- 1.1 Conceitos: metodologia científica, método científico, ciência, pesquisa
- 1.2 Base de dados

ATIVIDADES:

- 1.1 Apresentação do professor e acadêmicos(as)
- 1.3 Apresentação e discussão do programa de ensino
- 1.4 Diagnóstico da turma

METODOLOGIA:

8

- 1.5 Aula expositiva/dialogada
- 1.6 Trabalho em grupos
- 1.7 Acesso a base de dados no laboratório de informática

AVALIAÇÃO:

1.7 Observação dos indicadores (aprendizagem, participação, respeito, pontualidade, responsabilidade e comprometimento com a disciplina)

TEMA 3 - CARACTERIZAÇÃO DOS TIPOS DE PESQUISA: PESQUISA EXPERIMENTAL, PESQUISA DESCRITIVA E PESQUISA BIBLIOGRÁFICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Compreender as características de uma pesquisa científica e as diferenças de uma pesquisa experimental, descritiva e bibliográfica

CONTEÚDOS:

- 2.1 Tipos de pesquisa científica
- 2.2 As aplicações de cada modelo de pesquisa científica
- 2.3 Linhas de Pesquisa do Curso de Educação Física

METODOLOGIA:

- 2.4 Aula expositiva e dialogada
- 2.5 Discussão em grupos
- 2.6 Leitura de artigos

AVALIAÇÃO:

2.7 Observação dos indicadores (aprendizagem, participação, respeito, pontualidade, responsabilidade e comprometimento com a disciplina)

TEMA 3 - ESTRUTURA DO PROJETO DE PESQUISA: ELABORAÇÃO DO PROJETO DE PESQUISA; ESCOLHA DO TEMA; DEFINIÇÃO DO PROBLEMA; OBJETIVOS; FORMULAÇÃO DAS PERGUNTAS NORTEADORAS; INTRODUÇÃO; METODOLOGIA; COLETA E TRATAMENTO DOS DADOS; ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Compreender a importância do projeto de pesquisa para a elaboração e desenvolvimento da pesquisa;
- Elaborar o projeto de TCC
- Escolher o orientador do TCC

CONTEÚDOS:

- 3.1 Relação entre projeto e pesquisa
- 3.2 Etapas da elaboração do projeto de pesquisa
- 3.3 Projeto de pesquisa

METODOLOGIA:

- 3.4 Aulas expositivas/dialogadas
- 3.5 Apresentação e discussão do projeto individualmente para professores

AVALIAÇÃO:

3.6 Entrega da primeira versão do projeto (até 08/10)

TEMA 4 - REVISÃO DA METODOLOGIA CIENTÍFICA, DAS NORMAS DA ABNT E DA UNESC

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Rever a metodologia científica e as normas da ABNT e da UNESC

CONTEÚDOS:

- 4.1 Importância da metodologia científica

- 4.2 Normas da ABNT
- 4.3 Normas da UNESCO
- 4.4 Formação do trabalho

ATIVIDADES:

- 4.5 Leitura e interpretação de texto sobre metodologia científica

METODOLOGIA:

- 4.6 Aula expositiva dialogada com auxílio do data show

AValiação:

- 4.7 Observação dos indicadores (aprendizagem, participação, respeito, pontualidade, responsabilidade e comprometimento com a disciplina)

TEMA 05 - APRESENTAÇÃO DOS PROJETOS DE TCC E ENTREGA DA VERSÃO FINAL DO PROJETO DE PESQUISA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Apresentação oficial do projeto de pesquisa

CONTEÚDOS:

- 5.1 Formação para apresentação do trabalho (power point)
- 5.2 Formação da versão final do trabalho

METODOLOGIA:

- 5.3 Apresentação do projeto individual, perante uma banca de dois colegas da turma e do professor da disciplina.

AValiação:

- 5.4 Apresentação do projeto; indicadores: relação entre as partes do projeto, projeto completo, postura, domínio do assunto, apresentação, respostas adequadas (10).
- 5.5 Entrega do projeto completo (versão final) de forma escrita dentro das normas da ABNT e da UNESCO. Critérios: 10 a 15 páginas sendo que a entrega na data da apresentação tem peso (10) e até dia 20/06 tem peso (8,0)
- 5.6 Participação como membro da banca, com perguntas ou sugestões e observação dos indicadores durante o semestre (10).
- 5.7 Auto-avaliação (10)

Obs.: Os (as) acadêmicos (as) que não alcançarem a média 6,0 estarão reprovados na disciplina.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Associação Brasileira de Normas Técnicas. Informação e documentação – publicação periódica científica impressa. 2003.

LEOPARDI, Maria Tereza. *Metodologia da pesquisa na saúde*. 2. ed. Florianópolis: UFSC/Pós-graduação em enfermagem, 2002.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. 23. ed. Petrópolis: Vozes, 2004.

MOLINA NETO, Vicente. TRIVINHO, AUGUSTO N. S. (org.) *A pesquisa qualitativa em Educação Física: alternativas metodológicas*. 2. ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2004.

TEIXEIRA, Elizabeth. *As três metodologias: acadêmica, da ciência e da pesquisa*. Petrópolis: Vozes, 2003.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

LOMBARDI, José Claudinei. (org.) *Pesquisa em Educação: história, filosofia e temas transversais*. 2. ed. Campinas: Autores Associados: HISTEDBR. Campinas, 2000.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO



Lorete Faço Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº470/03 - Reitoria/UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Metodologia do Futebol de Campo e Salão	CÓDIGO:	6459
CRÉDITOS:	03	EASE:	7º
PROFESSOR:	Cléber de Medeiros	CARGA HORÁRIA:	54h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar aos acadêmicos a possibilidade de aprofundar os conhecimentos sobre tática e técnica no futebol e futsal, procurando de forma clara e objetiva oportunizar a aplicação dos conhecimentos no dia a dia do profissional de educação física.

EMENTA: O Futebol e Futsal no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos dos fundamentos que levam a uma aprendizagem e aprimoramento do Futebol e Futsal. Sistemas de jogo. Regras oficiais, arbitragem e estímulos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA/CONTEÚDO	N. DE AULAS	DATAS
APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PLANO DE ENSINO	03	01/08
1 FUTEBOL DE CAMPO – REGRAS E ORGANIZAÇÃO DO FUTEBOL	03	08/08
2 FUNDAMENTOS DO FUTEBOL	09	15, 22, 29/08
3 SISTEMA DE JOGO NO FUTEBOL	15	05, 12, 19, 26/09; 03/10
4 FUTSAL – REGRAS	03	10/10
5 SISTEMA DE JOGO NO FUTSAL	15	17, 24, 31/10; 07, 14/11
6 JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS	06	21, 28/11
7 PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR	09	Datas a serem definidas durante o semestre

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AValiação

TEMA 1 – FUTEBOL DE CAMPO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconhecer o histórico e a evolução do futebol, e Organização de uma equipe de futebol.
- Identificar e explicar as regras do futebol.

ATIVIDADES:

- Jogos e atividades utilizando o padrão de jogo;
- Pesquisa dos vários tipos de sistemas;
- Demonstração gráfica dos sistemas;
- Jogos e atividades utilizando os sistemas de jogo;
- Planejar a tática dentro de determinados sistemas de jogos;
- Jogos e atividades utilizando os sistemas de marcação;

METODOLOGIA:

- Aula expositiva dialogada, discussões de grupo, técnicas de trabalhos individuais e coletivos;
- Jogos Pré-desportivos

AValiação:

- Prova Individual

TEMA 6 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Vivenciar educativos recreativos a/ou pré-desportivo para posterior aplicação;

CONTEUDOS:

- 6.1 - Jogos pré-desportivos;

ATIVIDADES:

- Jogos e atividades (mini-jogos);

METODOLOGIA:

- Jogos em campo reduzido (2X2, 3X3, 4X4);

AValiação:

- Prova Individual

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

Serão destinadas 9 horas aulas para o desenvolvimento de atividades práticas a serem desenvolvidas, conforme descrito abaixo:

- Tema 1: Visita ao treino do Criciúma Esporte Clube (5 horas/aula)
- Tema 3: Visita do Treinador da Seleção Brasileira de Futsal Feminina (3 horas/aula)
- Grupo de discussão (GD) – 1 horas/aula

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARALJO, Sebastião. *O Futebol e seus Fundamentos*. 10^o. Rio de Janeiro: Imago Editorial Ltda, 2000.

Confederação Brasileira de Futebol. *Regras de jogo de futebol de Campo*. www.cbfbeweb.com.br

Confederação Brasileira de Futsal. *Regras Oficiais de Futsal*. www.cbfs.com.br

FRISSELLI, Arioldaldo; MANTOVANI, Marcelo. *Futebol – Teoria e Prática*. São Paulo: Phorte, 1999.

LUCENA, Ricardo. *Futsal e a Iniciação*. 4^a ed. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 2000.

MELO, Rogério Silva de. *Trabalho técnico para Futebol*. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 1999.

MELO, Rogério Silva de; MELO, Leonardo. *Ensinando Futsal*. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 361 p.

MUTTI, Daniel. *Da iniciação ao Alto Nível*. 2^a ed. São Paulo: Phorte, 2003.

VIANA, A. Riquieira & RIQUEIRA, José Elias. *Futebol Prático*. 2^a ed. Minas Gerais: Universidade Federal de Viçosa, 2000.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BRUNORO, José Carlos e AFIP, Antonio. Futebol 100% profissional. São Paulo: Editora Gente, 1999.

FLEURY, Suzy. Competência emocional: o caminho da vitória para equipes de futebol. São Paulo: Ed. Gente, 1998.

WEINECK, Jürgen. Futebol Total – Treinamento Físico no Futebol. Guarulhos, SP: Phorte, 2000.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO



Lorete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2021 Retomada NESP

- 1.2 - Histórico do handebol.
- 1.3 - Conceitos e classificações dos fundamentos: drible, passe, recepção, ritmo trifásico, arremesso e falta.
- 1.4 - Atividades e jogos para a aprendizagem dos fundamentos.

METODOLOGIA:

- 1 - Aulas expositivas, dialogadas, com intervenções e experimentais.
- 2 - Apresentação teórica por meio de lâminas e data-show.
- 3 - Atividades individuais, em duplas, pequenos e grandes grupos.

AValiação:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.
- 2 - Responder individualmente por escrito das questões sobre o conteúdo trabalhado (peso 10,0).
- 4 - Auto-avaliação.

TEMA 2 - METODOLOGIA DOS SISTEMAS DEFENSIVOS E DOS DESLOCAMENTOS DA DEFESA **OBJETIVO ESPECÍFICO:**

- Aprender os principais sistemas defensivos e os deslocamentos da defesa, bem como a aplicabilidade dos mesmos nas diversas categorias.

CONTEÚDOS:

- 2.1 - Teoria sobre os sistemas defensivos: individual (quadrado toda, meia quadra, nos 9m), por zona (1x5, 3x3, 4x2, 3x2x1, 5x1, 6x0) e misto (4+2, 5+1).
- 2.2 - Teoria sobre as formas de marcações (observação, aproximação, antecipação, interceptação, encaixe e com bloqueio).
- 2.3 - Teoria sobre os meios táticos defensivos (flutuação, cobertura, deslizamento, mudança de oponente, barreira dinâmica, basculação e distribuição de responsabilidades).
- 2.4 - Atividades e jogos para aprendizagem dos sistemas e dos deslocamentos defensivos.

METODOLOGIA:

- 1 - Aulas expositivas, dialogadas com intervenções e experimentais.
- 2 - Atividades individuais, em duplas, trios, pequenos e grandes grupos.
- 3 - Assistir jogos para identificar e analisar os sistemas e os deslocamentos defensivos.

AValiação:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.
- 2 - Responder individualmente por escrito cinco questões sobre o conteúdo trabalhado (peso 5,0).
- 3 - Auto-avaliação.

TEMA 3 - METODOLOGIA DOS SISTEMAS OFENSIVOS E DOS DESLOCAMENTOS DE ATAQUE **OBJETIVO ESPECÍFICO:**

- Aprender os sistemas ofensivos e os deslocamentos de ataque, bem como a aplicabilidade dos mesmos nas diversas categorias.

CONTEÚDOS:

- 3.1 - Teoria dos sistemas ofensivos (3/3 e 2/4 e suas variações).
- 3.2 - Teoria das fases do ataque (contra-ataque, organização e ataque em sistema).
- 3.3 - Teoria dos meios táticos ofensivos (elementares: 2x1, 3x2, 4x1 - simples: circulação da bola e dos jogadores - básicos: passe e vol, engajamento, cruzamento, cortina, permuta, bloqueio e tela - complexos: os procedimentos táticos e as circulações complexas).
- 3.4 - Atividades e jogos para aprendizagem dos sistemas ofensivos e dos deslocamentos de ataque.

METODOLOGIA:

- 1 - Aulas expositivas, dialogadas, com intervenções e experimentais.
- 2 - Atividades individuais, em duplas, trios, pequenos e grandes grupos.
- 3 - Assistir jogos para identificar e analisar os sistemas e os deslocamentos de ataque.

2

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.
- 2 - Responder individualmente por escrito cinco questões sobre o conteúdo trabalhado (peso 5,0).
- 3 - Auto-avaliação.

TEMA 4 - REGRAS OFICIAIS, ARBITRAGEM E SÚMULA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conhecer e preencher a súmula de handebol.
- Ter uma noção geral e básica sobre arbitragem e as regras do handebol.

CONTEÚDOS:

- 3.1 - Súmula de handebol.
- 3.2 - Teoria sobre as regras do handebol e arbitragem.

METODOLOGIA:

- 1 - Aula expositiva, dialogada, com intervenção e experimental.
- 2 - Atividades individuais e no grande grupo.
- 3 - A aprendizagem também acontecerá durante as outras aulas do semestre.

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação.
- 2 - Auto-avaliação.

TEMA 5 - APRENDIZADO DO HANDEBOL DE AREIA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Conhecer o jogo de handebol de areia.

CONTEÚDOS:

- 4.1 - Regras de handebol de areia.
- 4.1 - Jogo de handebol de areia.

METODOLOGIA:

- 1 - Aulas expositivas, dialogada, com intervenções e experimentais.
- 2 - Atividades com grandes grupos.

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça, tolerância.
- 2 - Responder em duplas três questões sobre as regras do handebol de areia (peso 3,0).
- 3 - Auto-avaliação.

TEMA 6 - CONHECIMENTOS BÁSICOS SOBRE O GOLEIRO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Apreender conhecimentos básicos sobre o goleiro.

CONTEÚDOS:

- 6.1 - Características do goleiro (psíquicas, físicas, técnicas e táticas e medidas antropométricas).
- 6.2 - Posicionamentos e defesas no gol.

METODOLOGIA:

- 1 - Aula expositiva, dialogada, com intervenção e experimental.
- 2 - Atividades individuais, em duplas, trios e no grande grupo.

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, assiduidade, respeito, cooperação.
- 2 - Responder em duplas duas questões sobre goleiro (peso 2,0).
- 3 - Auto-avaliação.

TEMA 7 - PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR (9 H/A): TORNEIO DE HANDEBOL DE AREIA E DE QUADRA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Socializar os conhecimentos teóricos e práticos apreendidos durante o semestre na participação de torneios internos.

OPERACIONALIZAÇÃO:

A turma será dividida em equipes para jogar e arbitrar jogos de handebol de areia e de quadra.

AVALIAÇÃO:

- 1- Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.
- 2- Desempenho no torneio de handebol de areia: peso 5,0 + o desempenho no handebol de quadra: peso 5,0 = 10,0.
- 4- Auto-avaliação.

AVALIAÇÕES:

- 1 - Responder individualmente por escrito dez questões sobre o tema 1 (peso 10,0).
- 2 - Responder individualmente por escrito cinco questões sobre o tema 2 e o tema 3 (5,0 + 5,0 = 10,0).
- 3 - Responder em duplas por escrito três questões sobre o tema 5 e duas questões sobre o tema 6 (3,0+2,0 = 5,0). Esta nota será somada com a auto-avaliação que será realizada no final do semestre (peso 5,0), portanto: 3,0+2,0+5,0 = 10,0.
- 4 - Prática como componente curricular (peso 10,0).

RECUPERAÇÃO:

Diagnosticar e recuperar o conteúdo, antes de realizar as avaliações.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- BHRET, Arno et al. *Manual de Handebol: Treinamento de base para crianças e adolescentes*. São Paulo: Phorte editora, 2002.
- FALKOWSKI, Manuel M^o Meléndez; FERNÁNDEZ, Ernesto Enriquez. *Los sistemas de juego defensivos*. Madrid: Esteban Sanz Martínez, 1988.
- FALKOWSKI, Manuel M^o Meléndez; FERNÁNDEZ, Ernesto Enriquez. *Los sistemas de juego ofensivos*. Madrid: Esteban Sanz Martínez, 1988.
- HANDEBOL. *Regras Oficiais, 2003-2004*. São Paulo: Phorte editora, 2003.
- TENROLLER, Carlos Alberto. *Handebol: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- GRECO, Pablo Juan. *Caderno do Goleiro de Handebol*. Belo Horizonte, (s. n.), 2002.
- SIMÕES, Antonio Carlos. *Handebol defensivo: conceitos técnicos e táticos*. São Paulo: Phorte editora, 2002.
- TENROLLER, Carlos Alberto; TENROLLER, Andréia. *Preparação Física no Handebol*. Porto Alegre: Calábria, 2006.
- ZAMBERLAN, Elói. *Handebol: escolar e de iniciação*. Cambé: Imagem, 1999.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO


Loreta Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 7021-Faculdade ESC

Aplicação do plano de atividades
Relatório das atividades desenvolvidas

AVALIAÇÃO:

Será em forma de seminário.

TEMA 5 – ATIVIDADE DE PESQUISA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Possibilitar ao acadêmico o desenvolvimento de um artigo científico.

CONTEÚDOS:

Desenvolvimento de um artigo científico.

ATIVIDADES:

Desenvolvimento de um artigo científico.

METODOLOGIA:

Revisão de literatura, coleta de dados, apresentação e discussão dos resultados e conclusão.

AVALIAÇÃO:

Será em forma de seminário.

BIBLIOGRAFIA

CARVALHO, Alex Moreira. *Aprendendo metodologia científica: uma orientação para os alunos de graduação*. São Paulo: O Nome da Rosa, 2000. 125 p.

HOWLEY, Edward T.; FRANKS, B. Don. *Manual do instrutor de condicionamento físico para a saúde*. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2000. 448 p.

MATOS, Oslei de. *Atividades físicas em academia*. Rio de Janeiro: Sprint, 2002. 188 p.

NAHAS, Markus Vinícius. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 4. ed. rev. e atual. Londrina: Midiograf, 2006. 282 p.

SILVEIRA NETO, Eduardo; NOVAES, Jefferson. *Ginástica de academia teoria e prática*. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

SOARES, Carmen Lúcia. [et al.]. *Metodologia do ensino de educação física*. São Paulo: Ed. Cortez, 1992. Coleção: mestrado 2. grau. Série formação do professor.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BAECHLE, Thomas R. *Treinamento de força: passos para o sucesso*. Porto Alegre: Artmed, 2000. 190 p.

WEINECK, Jürgen. *Treinamento ideal*. 9. ed. São Paulo: Ed. Manole, 2000.

WEINECK, Jürgen. *Atividade física e esporte: para quê?*. Barueri, SP: Manole, 2003.

VERKHOSHANSKI, Yuri V. *Treinamento desportivo: teoria e metodologia*. Porto Alegre: Artmed, 2001. 215 p.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO



Lorete Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 470/2014-REITORIA/UNESC

Aula expositiva/dialogada

AValiação:

Será em forma de seminário.

TEMA 2 – ACOMPANHAMENTO DE ATIVIDADES ESPORTIVAS IV (RENDIMENTO ESPORTIVO).

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Proporcionar ao acadêmico a observação e o acompanhamento junto ao esporte de rendimento.

CONTEÚDOS:

Planejamento, desenvolvimento e acompanhamento de atividades técnicas e táticas na modalidade escolhida.

Planejamento, desenvolvimento e acompanhamento de atividades voltadas a preparação física na modalidade escolhida.

Planejamento e desenvolvimento de outras atividades que envolvam o rendimento esportivo.

ATIVIDADES:

Observação e/ou acompanhamento nos treinos. (Tático, Técnico).

Observação e/ou acompanhamento nos treinos. (Físico).

METODOLOGIA:

Preparação do plano de atividades

Aplicação do plano de atividades

Relatório das atividades desenvolvidas

AValiação:

Será em forma de seminário.

TEMA 3 – ACOMPANHAMENTO DE ATIVIDADES DE ACADEMIA.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Possibilitar ao acadêmico uma experiência maior na área de academia, observando, planejando e desenvolvendo atividades.

CONTEÚDOS:

Planejamento, desenvolvimento e acompanhamento de atividades realizadas em academias.

ATIVIDADES:

Observação e/ou acompanhamento da atividade de musculação.

Observação e/ou acompanhamento da atividade de dança.

Observação e/ou acompanhamento da atividade de natação e hidroginástica.

METODOLOGIA:

Preparação do plano de atividades

Aplicação do plano de atividades

Relatório das atividades desenvolvidas

AValiação:

Será em forma de seminário.

TEMA 4 – ACOMPANHAMENTO DE ATIVIDADES COMUNITÁRIAS II (PROGRAMAS DE SAÚDE PÚBLICA PSP).

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Possibilitar ao acadêmico o desenvolvimento de um programa de exercícios físicos em postos de saúde.

CONTEÚDOS:

Planejamento, desenvolvimento e acompanhamento de exercícios físicos nos postos de saúde.

ATIVIDADES:

Planejamento e acompanhamento de um programa de exercícios físicos em postos de saúde.

METODOLOGIA:

Preparação do plano de atividades

2



UNIVERSIDADE DO EXTREMO-SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	ESTÁGIO IV	CÓDIGO:	6452
CRÉDITOS:	08	PASE:	8º
PROFESSOR(A):	CLÉBER DE MEDEIROS	CARGA HORÁRIA:	144 h/aula
		PERÍODO:	1º sem./2008

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Elaborar e aplicar um planejamento referente a atuação profissional em: academia, laboratórios, projetos comunitários e de rendimento esportivo, baseado no conhecimento teórico adquirido durante o curso e por meio da observação do trabalho dos profissionais nos devidos campos de atuação.

EMENTA: Observação, planejamento e execução de atividades relacionadas a academia, laboratório, treinamento esportivo, preparação física, programas comunitários e pesquisa e outros possíveis campos de atuação.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
Apresentação do plano, discussão das atividades, elaboração do cronograma das atividades.	13	25/28/02 - 03/03
Acompanhamento de atividades esportivas IV (rendimento esportivo).	35	06, 10, 13, 17, 20, 24, 27, 31/03 - 03/04
Acompanhamento de atividades de academia.	37	07, 10, 14, 17, 21, 24, 28/04 - 01, 05/05
Acompanhamento de atividades comunitárias II (programas de saúde pública PSF).	12	08, 12, 15, 19, 22, 26, 29/05 - 02/06
Atividade de pesquisa	08	05, 09/06
Relatório de estágio.	03	12/06
Seminário.	16	16, 19, 23, 26/06
	144	

TEMAS/ OBJETIVOS/ CONTEÚDOS/ ATIVIDADES/ METODOLOGIA/ AVALIAÇÃO

TEMA I - APRESENTAÇÃO DO PLANO, DISCUSSÃO DAS ATIVIDADES, ELABORAÇÃO DO CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Estabelecer juntamente com os acadêmicos o desenvolvimento do estágio IV.

CONTEÚDOS:

Apresentação do plano
Discussão da forma do estágio
Preenchimento das fichas e relatório.

ATIVIDADES:

Diagnóstico da turma
Formação das equipes (duplas ou trios quando necessário)
Distribuição dos locais

METODOLOGIA:

AValiação

Será uma avaliação escrita individual dos temas 04, 05 e 06.

TEMA 7 – DISPÊNDIO ENERGÉTICO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Saber calcular o dispêndio energético em várias situações de exercício físico.

CONTEÚDOS:

Dispêndio energético em diferentes tipos de exercício.

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas

AValiação:

Será uma avaliação escrita individual dos temas 07

Será realizado um trabalho em grupo de todo o conteúdo.

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR – Aplicação dos conhecimentos referente a prescrição de exercício em outra população.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Estabelecer uma relação entre académico e a comunidade, propondo um programa estratégias de prescrição de exercício e tipos de atividade de acordo com a população avaliada.

CONTEÚDOS:

Os académicos deverão avaliar e prescrever um programa para prescrever uma sessão de treinamento.

METODOLOGIA:

Aulas práticas

AValiação:

Trabalho em grupo em forma de projeto de aplicação.

RECUPERAÇÃO: Realizar uma revisão antes da prova e diagnosticar a possibilidade de rever a avaliação.

BIBLIOGRAFIA

1. MARINS, João Carlos Bouza; GIANNICHI, Ronaldo Sérgio. **Avaliação e prescrição de atividade de física guia prático**. 2.ed Rio de Janeiro: Shape, 1998. 287 p.
2. HEYWARD, Vivian H. **Avaliação física e prescrição de exercício: técnicas avançadas**. 4. ed Porto Alegre: Artmed, 2004. 319 p. (Biblioteca Artmed)
3. POLLOCK, Michael L.; WILMORE, Jack H. **Exercícios na saúde e na doença: avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação**. 2. ed. Rio de Janeiro: METISI, 1993. 718 p.
4. SIMÃO, Roberto. **Fisiologia e prescrição de exercícios para grupos especiais**. 3. ed São Paulo: Phorte, 2007. 152 p.
5. **MANUAL para teste de esforço e prescrição de exercício**. 4. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 1996. 334 p.
6. SHANKAR, Kamala. **Prescrição de exercícios**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 358 p.

BIBLIOGRAFIACOMPLEMENTAR

1. MONTEIRO, Wallace David. **Personal training manual para avaliação e prescrição de condicionamento físico**. 2.ed Rio de Janeiro: Sprint, 1999. 264 p.
2. SKINNER, James S. **Prova de esforço e prescrição de exercício para os casos específicos**. Rio de Janeiro: Revinter, 1991.


Larate Tassou Marins
Secretaria Acadêmica
Portaria nº47/2021-Rectoria/UNESC

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Prescrição e Orientação do Exercício	CÓDIGO:	6460
CRÉDITOS:	02	FASE:	7ª
PROFESSOR (A):	Joni Márcio de Farias	CARGA HORÁRIA:	36 h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 45/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Oferecer conhecimentos gerais sobre prescrição de exercício físico, fazendo com que os alunos relacionem outras disciplinas, como fisiologia do exercício, medidas de avaliação com a prescrição de exercício físico para a saúde e rendimento físico.

EMENTA: Introdução ao estudo das bases metodológicas e das técnicas empregadas na avaliação e prescrição de exercícios físicos. Fundamentos bioquímicos e fisiológicos para a prescrição e orientação do exercício físico. Prescrição de exercício físico para aptidão física voltada para promoção da saúde, performance atlética e situações especiais.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
Atividade Física e Aptidão Física	02	07/08/2007
Motivos Relacionados a Saúde	02	14/08/2007
Avaliação da Saúde pré-exercício	04	21 – 28/08/2007
Montagem de programas de exercício	02	04/09/2007
Prescrição de Exercícios	04	11 – 18/09/2007
Princípios norteadores para programas de exercício:		
Coeficiente energético	04	25/09 – 02/10/2007
Frequência cardíaca	04	09 – 16/10/2007
Consumo máximo de O ₂	04	23 – 30/10/2007
METs	04	06 – 13/11/2007
Dispendio Energético	06	20 – 27/11 – 04/12/2007
Prática como componente curricular	08	

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – ATIVIDADE FÍSICA E APTIDÃO FÍSICA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Identificar os benefícios da atividade física relacionada a saúde e aptidão física.

CONTEÚDOS:

Benefícios da atividade física
Aptidão física relacionada a saúde

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas.

AVALIAÇÃO:

Será realizada com outro tema.

TEMA 2 – MOTIVOS DA PRÁTICA DO EXERCÍCIO RELACIONADO A SAÚDE

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Diferenciar os componentes ou aspectos relacionados a saúde e ao exercício físico.

CONTEÚDOS:

Aspectos biológicos
Aspectos psicológicos
Aspectos sociais

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas.

AValiação:

Será realizada com outro tema.

TEMA 3 – AVALIAÇÃO DA SAÚDE PRÉ-EXERCÍCIO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Diagnosticar todas as considerações antes de prescrever um exercício físico.

CONTEÚDOS:

Objetivos do diagnóstico.

Modificações e implicações nas síndromes metabólicas.

Considerações na escolha dos testes.

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas.

AValiação:

Será uma avaliação escrita individual dos temas 01, 02 e 03.

TEMA 4 – MONTAGEM DE PROGRAMAS DE EXERCÍCIO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Verificar os componentes necessários para montar programas de exercício físico para todas as populações.

CONTEÚDOS:

Prescrição do exercício (como fazer e considerações)

Escolha dos exercícios.

Prescrição inadequada.

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas.

AValiação:

Será realizada com outro tema.

TEMA 5 – PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Como prescrever exercício físico em diversas situações.

CONTEÚDOS:

Situações normais e situações especiais (grávida, diabético, alto risco coronariano e obesidade)

Aptidão cardiorrespiratória

Resistência orgânica

Força / resistência muscular

Flexibilidade

Composição corporal

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas.

AValiação:

Será realizada com outro tema.

TEMA 6 – PRINCÍPIOS NORTEADORES PARA PROGRAMAS DE EXERCÍCIO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: A utilização de parâmetros fisiológicos para a prescrição de exercício físico.

CONTEÚDOS:

Coefficiente Energético (Prescrição de exercício na caminhada, Dança, Exercício com peso, Avaliação de força / resistência muscular, Prescrição para natação)

Frequência Cardíaca

Consumo Máximo de Oxigênio (caminhada, corrida e ciclo-ergometro)

MET:

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas.





UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: CINEANTROPOMETRIA
CRÉDITOS: 03
PROFESSOR(A): BARBARA REGINA ALVAREZ
E-MAIL: procsa@ig.com.br

CÓDIGO: 6446
FASE: 6ª
CARGA HORÁRIA: 54 h/aula
PERÍODO: Matutino

PLANO DE ENSINO

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Esta disciplina objetiva aprimorar a utilização das diferentes técnicas de medidas antropométricas, a fim de avaliar diversos aspectos e características físicas e sua relação com a qualidade de vida do homem.

EMENTA: Histórico, critérios para validação de testes de aptidão física, medidas e avaliação cineantropométricas, princípios básicos para validação de testes, habilidades técnicas na utilização de equipamentos, aplicação de baterias de testes, uso de programas de medidas e avaliação.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Histórico e evolução da Cineantropometria	3	4/8
2- Critérios para validação de medidas e testes de aptidão física	3	11/8
3- Avaliação antropométrica	15	18/8, 25/8, 1/9, 8/9, 15/9
4- Avaliação da aptidão física /Aplicação de baterias de testes	12	22/9, 06/10, 29/10, 20/10, 21/10
5- Métodos para avaliação dos níveis de prática de atividade física	4	27/10
6- Aplicação de diferentes Baterias de Testes	6	3/11, 10/11
7- Uso de programas para avaliação da Aptidão Física	3	17/11
8- Prática como componente curricular	9	24/11, 1/12, 8/12

TEMAS/OBJETIVOS/ CONTEÚDOS/ ATIVIDADES / METODOLOGIAS/ AVALIAÇÕES

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – HISTÓRICO E EVOLUÇÃO DA CINEANTROPOMETRIA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Mostrar a evolução histórica da Cineantropometria, sua origem e contribuição para os estudos atuais.

CONTEÚDOS:

Definição e origem da Cineantropometria

Evolução histórica

Evolução histórica da Antiguidade até o Sec. XX

Evolução histórica a partir do Sec. XX

Evolução histórica da Cineantropometria no Brasil.

ATIVIDADES:

Leitura e discussão de textos.

4

METODOLOGIA:

Aula expositiva e dialogada.

TEMA 2 – CRITÉRIOS PARA VALIDAÇÃO DE TESTES DE APTIDÃO FÍSICA.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá entender os critérios para validação de testes de aptidão física.

CONTEÚDOS:

Validade.

Confiança ou fidedignidade.

Objetividade.

Normas.

ATIVIDADES:

Leitura.

Exercício dirigido.

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada.

Discussão de texto.

tema 3 – AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá entender os princípios e pressupostos e métodos da antropometria aplicada e cineantropometria.

CONTEÚDOS:

Padronização e pontos anatómicos.

Principais instrumentos de medidas.

Classificação de medidas antropométricas.

Alturas e Comprimentos.

Dobras Cutâneas.

Perímetros.

Dilímetros Ósseos.

Equações Antropométricas: Subsídio para uso no estudo da composição corporal.

ATIVIDADES:

Leitura.

Coleta das medidas em laboratório de Cineantropometria.

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada.

Aula no laboratório de Cineantropometria.

AVALIAÇÃO

Prova escrita individual: Conteúdo Temas 2 e 3.

Pontuação: 10 pontos.

TEMA 4: AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA/APLICAÇÃO DE BATERIAS DE TESTES

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Desenvolver métodos para avaliação dos níveis de atividades físicas e sua aplicabilidade em diferentes situações.

CONTEÚDOS:

Variáveis morfológicas: Somatotipo, composição corporal, técnicas para estimativa do percentual de gordura corporal, índice de massa corporal, Índice de Cintura e Quadril.

Variáveis funcionais: Gasto energético, capacidade aeróbica, resistência muscular localizada, teste de força explosiva, flexibilidade, teste de resistência anaeróbica, teste de agilidade.

ATIVIDADES:

Aula prática em laboratório.

Estudo dirigido.

Realização de todos os testes.

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada.

Aula prática.

TEMA 5: MÉTODOS PARA AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá: diferenciar métodos e instrumentos empregados para medida da aptidão física suas especificações e vantagens.

CONTEÚDOS:

Introdução;

Classificação dos métodos diretos e indiretos; monitoração de frequência cardíaca; pedômetro; acelerômetros e questionários.

ATIVIDADES:

Leitura

Exercício dirigido

Atividade prática

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

Discussão de texto

Aula em laboratório

AValiação

Prova escrita Individual: Conteúdo Temas 4 e 5

Pontuação: 10 pontos

TEMA 6: APLICAÇÃO DE DIFERENTES BATERIAS DE TESTES

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Fazer um levantamento e análise crítica construtiva das diferentes baterias de testes que tem sido aplicada em academias, Clubes e Escolinhas de Esportes, Polícia Militar, corpo de Bombeiros.

CONTEÚDOS:

Levantar quais as práticas de avaliação física nos locais referenciados.

ATIVIDADES:

Visitas e entrevistas em clubes-escolinhas e academias

METODOLOGIA:

Os alunos deverão entrar em contato com os clubes, academias e escolinhas de esporte e marcar uma entrevista com os responsáveis pelas avaliações dos atletas;

Elaborar um questionário, de acordo com o que for considerado relevante na preparação e aplicação das baterias de testes;

Realizar a entrevista semi-estruturada. Buscar todas as informações com relação a metodologia de aplicação dos testes, classificação, períodos de aplicação etc;

Elaborar o relatório final - apresentação teórica e escrita.

Pontuação: 10 pontos

TEMA 7: USO DE PROGRAMAS PARA AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Utilização de programas para avaliação da aptidão física

CONTEÚDOS:

Avaliação das variáveis antropométricas

Avaliação das variáveis funcionais

Classificação e interpretação dos dados.

ATIVIDADES:

Aula prática em laboratório de informática

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

Aula prática

TEMA 8: PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Aplicação prática dos conteúdos teóricos trabalhados em sala de aula.

ATIVIDADE

Os alunos deverão dividir-se em cinco grupos. Dois para avaliação nutricional e três para avaliação Física.

Determinar um grupo de, no mínimo 20 alunos, de um dos cursos da UNESC.

Construir uma ficha para a coleta de dados.

Preparar o local e os materiais para realização das medidas e dos testes físicos, bem como marcar o horário.

Aplicar as medidas antropométrica e a bateria de testes nos alunos, a fim de avaliar a aptidão física relacionada à saúde.
Entregar para os avaliados os resultados individuais da aptidão física relacionada à saúde.
Entregar (para o professor) um relatório final com tratamento estatístico de todos os dados coletados nas avaliações.

METODOLOGIA:

Os alunos serão orientados em todas as etapas da coleta de dados.

AValiação:

Entrega do relatório final.

Pontuação: 10 pontos.

Observação: Serão realizadas quatro avaliações: 2 individuais e 2 em grupo, Valendo 10 pontos cada. Para a obtenção da média final serão somadas as quatro notas e dividido por quatro.

BIBLIOGRAFIA

- 1- PITANGA, F.G. Testes Medidas e Avaliação em Educação Física e Esportes. Salvador (BA): Edição do autor, 2001.
- 2- MATSUDO, V.K.R. Testes em Ciência do Esporte. São Paulo: Gráficos Burti Ltda., 1984.
- 3- KISS, M.P.D. Avaliação em Educação Física: Aspectos biológicos e educacionais. São Paulo, Ed. Manole, 1987.
- 4- MATHEWS, D.K. Medidas e Avaliação em Educação Física. Rio de Janeiro: Ed. Interamericana, 1980.
- 5- PETROSKI, E. Antropometria, Técnicas e Padronizações. Florianópolis: Ed. Palloni, 1999.
- 6- TRUSCHLER, K. Medidas e Avaliação em Educação Física e Esportes. São Paulo (SP): Manole, 2003.

ASSINATURA PROFESSOR

DEPARTAMENTO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Tassia Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2015 - Reitoria/UNESO



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	TÊNIS	CÓDIGO:	6600
CRÉDITOS:	2	FASE:	5ª
PROFESSOR(A):	NEIVAN GERALDINO	CARGA HORÁRIA:	36 h/a
E-MAIL:	nelvangueraldino@yahoo.com.br	PERÍODO:	2º SEMESTRE 2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Possibilitar a formação acadêmica crítica e criativa, com funções técnicas em aulas teóricas e práticas, estabelecendo constante diálogo e respeito mútuo.

EMENTA: Origem e evolução. Fundamentos, regras e aspectos pedagógicos para a prática do tênis.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Histórico do Tênis	2	02/08
2-Mini-tênis/ Fundamentos do tênis	18	09/08- 16/08- 23/08- 30/08- 06/09- 13/09- 20/09- 27/09- 04/10
3-Tênis comunitário e profissional	6	11/10-18/10-25/10
4-Regras oficiais e arbitragem	4	01/11-08/11
5- Avaliação	6	22/11- 29/11-06/12

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 - HISTÓRICO DO TÊNIS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Proporcionar conhecimentos sobre a história do tênis.

CONTEÚDOS:

A origem do tênis a partir de Jeu de Paume.

O lawn Tennis.

O tênis no Brasil.

ATIVIDADES:

Trabalho em grupos e individual.

METODOLOGIA:

Trabalho em grupos e individual.

Apresentar tópicos do histórico do tênis no retroprojetor.

AVALIAÇÃO:

Apresentação do trabalho em sala de aula.

Trabalho escrito individual.(04/10)

TEMA 2 - MINI-TÊNIS/ FUNDAMENTOS DO TÊNIS:

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Proporcionar conhecimentos técnicos e táticos sobre tênis.

Prática da mecânica do tênis.

Treinos para iniciantes, amadores e profissionais.
Realização de campeonato de duplas entre os alunos.

ATIVIDADES:

Jogos e aulas para terceiros.

Exercícios específicos.

METODOLOGIA:

Atividades em grupo.

Aula expositiva e dialogada.

AValiação:

Observar a participação e interesse.

Avaliação prática (simulação de aula) (18/10)

Auto-avaliação.

TEMA 3 - TÊNIS COMUNITÁRIO/ TÊNIS PROFISSIONAL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Proporcionar conhecimento técnico e tático para o trabalho de nível iniciante ao nível profissional.

CONTEÚDOS:

Definições de plano de treinamentos.

Treinamento de alto nível.

ATIVIDADES:

Fazer treinamentos com iniciantes.

Fazer treinamento com tenistas de nível avançado.

METODOLOGIA:

Atividades em grupo.

Aulas expositivas e dialogadas.

AValiação:

Dar aulas para iniciantes.

Dar aulas para nível avançado.

TEMA 4 - REGRAS OFICIAIS E ARBITRAGEM

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender as principais regras para aplicá-las no jogo.

CONTEÚDOS:

Regras oficiais do tênis.

ATIVIDADES:

Jogo para aplicar as regras e gestos de arbitragem.

Funções dos árbitros de cadeira e linha.

METODOLOGIA:

Atividades individuais e em grupos.

Aula expositiva e dialogada.

AValiação:

Avaliação escrita individual.

Observar a participação e interesse.

Saídas de campo:

Entrevista e análise de partidas no decorrer de um campeonato. (16-27/08)

Observar e executar aulas para crianças do (bairro da juventude). (a definir)

Observar e executar aulas para os alunos da S.R. Mampituba (a definir)

BIBLIOGRAFIA

GALLI, Maria Ines Marzuc. Atividades perceptivo motoras no tênis. Criciúma: FUCCI, 1993. 59 p.

JONES, C. M. Tácticas de Tênis: análisis del jugador y del juego para vencer. 2 ed. Barcelona, 1978. 224 p.

GALLIETT, Rosângela. Tênis: metodologia de ensino. Rio de Janeiro: Sprint, 1996. 156 p.

RAVENSDALE, Tom. Tênis da iniciação à competição. Portugal: Presença, 1977. 112 p.

BRUSTOLIN, Milton. Tênis no Brasil: história, ensino e ideias. Rio de Janeiro: Sprint, c/1995. 92 p.

BUDINGER, Hugo. Tênis para crianças. Rio de Janeiro: Ed/Tecnoprint, 1982. 93 p.

TILDEN, William T. Tênis, como jogá-lo melhor: um guia completo sobre técnica e táticas. 2 ed. Pioneira, 1977. 164 p.

4

MESQUITA, Paulo Ricardo de Araújo. Tênis. São Paulo, Brasil 95 p.
PULJAK, Mary. Tênis: notas de aulas. Montevideo: Garcia, 1981. 45 p.
DEUTSCHER, Tênis Bund. Tênis: golpes básicos. Rio de Janeiro: Ao livro Técnico, 1983. 70 p.
LAVER, Rod. Tênis: 228 dicas. Rio de Janeiro: Editora Americana John Wiley, 1983. 76 p.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR DEPARTAMENTO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Tasso Marcos
Secretaria Acadêmica
Fone/Fax (41) 3221-1000/1001/1002/1003/1004/1005/1006/1007/1008/1009/1010/1011/1012/1013/1014/1015/1016/1017/1018/1019/1020/1021/1022/1023/1024/1025/1026/1027/1028/1029/1030/1031/1032/1033/1034/1035/1036/1037/1038/1039/1040/1041/1042/1043/1044/1045/1046/1047/1048/1049/1050/1051/1052/1053/1054/1055/1056/1057/1058/1059/1060/1061/1062/1063/1064/1065/1066/1067/1068/1069/1070/1071/1072/1073/1074/1075/1076/1077/1078/1079/1080/1081/1082/1083/1084/1085/1086/1087/1088/1089/1090/1091/1092/1093/1094/1095/1096/1097/1098/1099/1100/1101/1102/1103/1104/1105/1106/1107/1108/1109/1110/1111/1112/1113/1114/1115/1116/1117/1118/1119/1120/1121/1122/1123/1124/1125/1126/1127/1128/1129/1130/1131/1132/1133/1134/1135/1136/1137/1138/1139/1140/1141/1142/1143/1144/1145/1146/1147/1148/1149/1150/1151/1152/1153/1154/1155/1156/1157/1158/1159/1160/1161/1162/1163/1164/1165/1166/1167/1168/1169/1170/1171/1172/1173/1174/1175/1176/1177/1178/1179/1180/1181/1182/1183/1184/1185/1186/1187/1188/1189/1190/1191/1192/1193/1194/1195/1196/1197/1198/1199/1200/1201/1202/1203/1204/1205/1206/1207/1208/1209/1210/1211/1212/1213/1214/1215/1216/1217/1218/1219/1220/1221/1222/1223/1224/1225/1226/1227/1228/1229/1230/1231/1232/1233/1234/1235/1236/1237/1238/1239/1240/1241/1242/1243/1244/1245/1246/1247/1248/1249/1250/1251/1252/1253/1254/1255/1256/1257/1258/1259/1260/1261/1262/1263/1264/1265/1266/1267/1268/1269/1270/1271/1272/1273/1274/1275/1276/1277/1278/1279/1280/1281/1282/1283/1284/1285/1286/1287/1288/1289/1290/1291/1292/1293/1294/1295/1296/1297/1298/1299/1300/1301/1302/1303/1304/1305/1306/1307/1308/1309/1310/1311/1312/1313/1314/1315/1316/1317/1318/1319/1320/1321/1322/1323/1324/1325/1326/1327/1328/1329/1330/1331/1332/1333/1334/1335/1336/1337/1338/1339/1340/1341/1342/1343/1344/1345/1346/1347/1348/1349/1350/1351/1352/1353/1354/1355/1356/1357/1358/1359/1360/1361/1362/1363/1364/1365/1366/1367/1368/1369/1370/1371/1372/1373/1374/1375/1376/1377/1378/1379/1380/1381/1382/1383/1384/1385/1386/1387/1388/1389/1390/1391/1392/1393/1394/1395/1396/1397/1398/1399/1400/1401/1402/1403/1404/1405/1406/1407/1408/1409/1410/1411/1412/1413/1414/1415/1416/1417/1418/1419/1420/1421/1422/1423/1424/1425/1426/1427/1428/1429/1430/1431/1432/1433/1434/1435/1436/1437/1438/1439/1440/1441/1442/1443/1444/1445/1446/1447/1448/1449/1450/1451/1452/1453/1454/1455/1456/1457/1458/1459/1460/1461/1462/1463/1464/1465/1466/1467/1468/1469/1470/1471/1472/1473/1474/1475/1476/1477/1478/1479/1480/1481/1482/1483/1484/1485/1486/1487/1488/1489/1490/1491/1492/1493/1494/1495/1496/1497/1498/1499/1500/1501/1502/1503/1504/1505/1506/1507/1508/1509/1510/1511/1512/1513/1514/1515/1516/1517/1518/1519/1520/1521/1522/1523/1524/1525/1526/1527/1528/1529/1530/1531/1532/1533/1534/1535/1536/1537/1538/1539/1540/1541/1542/1543/1544/1545/1546/1547/1548/1549/1550/1551/1552/1553/1554/1555/1556/1557/1558/1559/1560/1561/1562/1563/1564/1565/1566/1567/1568/1569/1570/1571/1572/1573/1574/1575/1576/1577/1578/1579/1580/1581/1582/1583/1584/1585/1586/1587/1588/1589/1590/1591/1592/1593/1594/1595/1596/1597/1598/1599/1600/1601/1602/1603/1604/1605/1606/1607/1608/1609/1610/1611/1612/1613/1614/1615/1616/1617/1618/1619/1620/1621/1622/1623/1624/1625/1626/1627/1628/1629/1630/1631/1632/1633/1634/1635/1636/1637/1638/1639/1640/1641/1642/1643/1644/1645/1646/1647/1648/1649/1650/1651/1652/1653/1654/1655/1656/1657/1658/1659/1660/1661/1662/1663/1664/1665/1666/1667/1668/1669/1670/1671/1672/1673/1674/1675/1676/1677/1678/1679/1680/1681/1682/1683/1684/1685/1686/1687/1688/1689/1690/1691/1692/1693/1694/1695/1696/1697/1698/1699/1700/1701/1702/1703/1704/1705/1706/1707/1708/1709/1710/1711/1712/1713/1714/1715/1716/1717/1718/1719/1720/1721/1722/1723/1724/1725/1726/1727/1728/1729/1730/1731/1732/1733/1734/1735/1736/1737/1738/1739/1740/1741/1742/1743/1744/1745/1746/1747/1748/1749/1750/1751/1752/1753/1754/1755/1756/1757/1758/1759/1760/1761/1762/1763/1764/1765/1766/1767/1768/1769/1770/1771/1772/1773/1774/1775/1776/1777/1778/1779/1780/1781/1782/1783/1784/1785/1786/1787/1788/1789/1790/1791/1792/1793/1794/1795/1796/1797/1798/1799/1800/1801/1802/1803/1804/1805/1806/1807/1808/1809/1810/1811/1812/1813/1814/1815/1816/1817/1818/1819/1820/1821/1822/1823/1824/1825/1826/1827/1828/1829/1830/1831/1832/1833/1834/1835/1836/1837/1838/1839/1840/1841/1842/1843/1844/1845/1846/1847/1848/1849/1850/1851/1852/1853/1854/1855/1856/1857/1858/1859/1860/1861/1862/1863/1864/1865/1866/1867/1868/1869/1870/1871/1872/1873/1874/1875/1876/1877/1878/1879/1880/1881/1882/1883/1884/1885/1886/1887/1888/1889/1890/1891/1892/1893/1894/1895/1896/1897/1898/1899/1900/1901/1902/1903/1904/1905/1906/1907/1908/1909/1910/1911/1912/1913/1914/1915/1916/1917/1918/1919/1920/1921/1922/1923/1924/1925/1926/1927/1928/1929/1930/1931/1932/1933/1934/1935/1936/1937/1938/1939/1940/1941/1942/1943/1944/1945/1946/1947/1948/1949/1950/1951/1952/1953/1954/1955/1956/1957/1958/1959/1960/1961/1962/1963/1964/1965/1966/1967/1968/1969/1970/1971/1972/1973/1974/1975/1976/1977/1978/1979/1980/1981/1982/1983/1984/1985/1986/1987/1988/1989/1990/1991/1992/1993/1994/1995/1996/1997/1998/1999/2000/2001/2002/2003/2004/2005/2006/2007/2008/2009/2010/2011/2012/2013/2014/2015/2016/2017/2018/2019/2020/2021/2022/2023/2024/2025/2026/2027/2028/2029/2030/2031/2032/2033/2034/2035/2036/2037/2038/2039/2040/2041/2042/2043/2044/2045/2046/2047/2048/2049/2050/2051/2052/2053/2054/2055/2056/2057/2058/2059/2060/2061/2062/2063/2064/2065/2066/2067/2068/2069/2070/2071/2072/2073/2074/2075/2076/2077/2078/2079/2080/2081/2082/2083/2084/2085/2086/2087/2088/2089/2090/2091/2092/2093/2094/2095/2096/2097/2098/2099/2100/2101/2102/2103/2104/2105/2106/2107/2108/2109/2110/2111/2112/2113/2114/2115/2116/2117/2118/2119/2120/2121/2122/2123/2124/2125/2126/2127/2128/2129/2130/2131/2132/2133/2134/2135/2136/2137/2138/2139/2140/2141/2142/2143/2144/2145/2146/2147/2148/2149/2150/2151/2152/2153/2154/2155/2156/2157/2158/2159/2160/2161/2162/2163/2164/2165/2166/2167/2168/2169/2170/2171/2172/2173/2174/2175/2176/2177/2178/2179/2180/2181/2182/2183/2184/2185/2186/2187/2188/2189/2190/2191/2192/2193/2194/2195/2196/2197/2198/2199/2200/2201/2202/2203/2204/2205/2206/2207/2208/2209/2210/2211/2212/2213/2214/2215/2216/2217/2218/2219/2220/2221/2222/2223/2224/2225/2226/2227/2228/2229/2230/2231/2232/2233/2234/2235/2236/2237/2238/2239/2240/2241/2242/2243/2244/2245/2246/2247/2248/2249/2250/2251/2252/2253/2254/2255/2256/2257/2258/2259/2260/2261/2262/2263/2264/2265/2266/2267/2268/2269/2270/2271/2272/2273/2274/2275/2276/2277/2278/2279/2280/2281/2282/2283/2284/2285/2286/2287/2288/2289/2290/2291/2292/2293/2294/2295/2296/2297/2298/2299/2300/2301/2302/2303/2304/2305/2306/2307/2308/2309/2310/2311/2312/2313/2314/2315/2316/2317/2318/2319/2320/2321/2322/2323/2324/2325/2326/2327/2328/2329/2330/2331/2332/2333/2334/2335/2336/2337/2338/2339/2340/2341/2342/2343/2344/2345/2346/2347/2348/2349/2350/2351/2352/2353/2354/2355/2356/2357/2358/2359/2360/2361/2362/2363/2364/2365/2366/2367/2368/2369/2370/2371/2372/2373/2374/2375/2376/2377/2378/2379/2380/2381/2382/2383/2384/2385/2386/2387/2388/2389/2390/2391/2392/2393/2394/2395/2396/2397/2398/2399/2400/2401/2402/2403/2404/2405/2406/2407/2408/2409/2410/2411/2412/2413/2414/2415/2416/2417/2418/2419/2420/2421/2422/2423/2424/2425/2426/2427/2428/2429/2430/2431/2432/2433/2434/2435/2436/2437/2438/2439/2440/2441/2442/2443/2444/2445/2446/2447/2448/2449/2450/2451/2452/2453/2454/2455/2456/2457/2458/2459/2460/2461/2462/2463/2464/2465/2466/2467/2468/2469/2470/2471/2472/2473/2474/2475/2476/2477/2478/2479/2480/2481/2482/2483/2484/2485/2486/2487/2488/2489/2490/2491/2492/2493/2494/2495/2496/2497/2498/2499/2500/2501/2502/2503/2504/2505/2506/2507/2508/2509/2510/2511/2512/2513/2514/2515/2516/2517/2518/2519/2520/2521/2522/2523/2524/2525/2526/2527/2528/2529/2530/2531/2532/2533/2534/2535/2536/2537/2538/2539/2540/2541/2542/2543/2544/2545/2546/2547/2548/2549/2550/2551/2552/2553/2554/2555/2556/2557/2558/2559/2560/2561/2562/2563/2564/2565/2566/2567/2568/2569/2570/2571/2572/2573/2574/2575/2576/2577/2578/2579/2580/2581/2582/2583/2584/2585/2586/2587/2588/2589/2590/2591/2592/2593/2594/2595/2596/2597/2598/2599/2600/2601/2602/2603/2604/2605/2606/2607/2608/2609/2610/2611/2612/2613/2614/2615/2616/2617/2618/2619/2620/2621/2622/2623/2624/2625/2626/2627/2628/2629/2630/2631/2632/2633/2634/2635/2636/2637/2638/2639/2640/2641/2642/2643/2644/2645/2646/2647/2648/2649/2650/2651/2652/2653/2654/2655/2656/2657/2658/2659/2660/2661/2662/2663/2664/2665/2666/2667/2668/2669/2670/2671/2672/2673/2674/2675/2676/2677/2678/2679/2680/2681/2682/2683/2684/2685/2686/2687/2688/2689/2690/2691/2692/2693/2694/2695/2696/2697/2698/2699/2700/2701/2702/2703/2704/2705/2706/2707/2708/2709/2710/2711/2712/2713/2714/2715/2716/2717/2718/2719/2720/2721/2722/2723/2724/2725/2726/2727/2728/2729/2730/2731/2732/2733/2734/2735/2736/2737/2738/2739/2740/2741/2742/2743/2744/2745/2746/2747/2748/2749/2750/2751/2752/2753/2754/2755/2756/2757/2758/2759/2760/2761/2762/2763/2764/2765/2766/2767/2768/2769/2770/2771/2772/2773/2774/2775/2776/2777/2778/2779/2780/2781/2782/2783/2784/2785/2786/2787/2788/2789/2790/2791/2792/2793/2794/2795/2796/2797/2798/2799/2800/2801/2802/2803/2804/2805/2806/2807/2808/2809/2810/2811/2812/2813/2814/2815/2816/2817/2818/2819/2820/2821/2822/2823/2824/2825/2826/2827/2828/2829/2830/2831/2832/2833/2834/2835/2836/2837/2838/2839/2840/2841/2842/2843/2844/2845/2846/2847/2848/2849/2850/2851/2852/2853/2854/2855/2856/2857/2858/2859/2860/2861/2862/2863/2864/2865/2866/2867/2868/2869/2870/2871/2872/2873/2874/2875/2876/2877/2878/2879/2880/2881/2882/2883/2884/2885/2886/2887/2888/2889/2890/2891/2892/2893/2894/2895/2896/2897/2898/2899/2900/2901/2902/2903/2904/2905/2906/2907/2908/2909/2910/2911/2912/2913/2914/2915/2916/2917/2918/2919/2920/2921/2922/2923/2924/2925/2926/2927/2928/2929/2930/2931/2932/2933/2934/2935/2936/2937/2938/2939/2940/2941/2942/2943/2944/2945/2946/2947/2948/2949/2950/2951/2952/2953/2954/2955/2956/2957/2958/2959/2960/2961/2962/2963/2964/2965/2966/2967/2968/2969/2970/2971/2972/2973/2974/2975/2976/2977/2978/2979/2980/2981/2982/2983/2984/2985/2986/2987/2988/2989/2990/2991/2992/2993/2994/2995/2996/2997/2998/2999/3000/3001/3002/3003/3004/3005/3006/3007/3008/3009/3010/3011/3012/3013/3014/3015/3016/3017/3018/3019/3020/3021/3022/3023/3024/3025/3026/3027/3028/3029/3030/3031/3032/3033/3034/3035/3036/3037/3038/3039/3040/3041/3042/3043/3044/3045/3046/3047/3048/3049/3050/3051/3052/3053/3054/3055/3056/3057/3058/3059/3060/3061/3062/3063/3064/3065/3066/3067/3068/3069/3070/3071/3072/3073/3074/3075/3076/3077/3078/3079/3080/3081/3082/3083/3084/3085/3086/3087/3088/3089/3090/3091/3092/3093/3094/3095/3096/3097/3098/3099/3100/3101/3102/3103/3104/3105/3106/3107/3108/3109/3110/3111/3112/3113/3114/3115/3116/3117/3118/3119/3120/3121/3122/3123/3124/3125/3126/3127/3128/3129/3130/3131/3132/3133/3134/3135/3136/3137/3138/3139/3140/3141/3142/3143/3144/3145/3146/3147/3148/3149/3150/3151/3152/3153/3154/3155/3156/3157/3158/3159/3160/3161/3162/3163/3164/3165/3166/3167/3168/3169/3170/3171/3172/3173/3174/3175/3176/3177/3178/3179/3180/3181/3182/3183/3184/3185/3186/3187/3188/3189/3190/3191/3192/3193/3194/3195/3196/3197/3198/3199/3200/3201/3202/3203/3204/3205/3206/3207/3208/3209/3210/3211/3212/3213/3214/3215/3216/3217/3218/3219/3220/3221/3222/3223/3224/3225/3226/3227/3228/3229/3230/3231/3232/3233/3234/3235/3236/3237/3238/3239/3240/3241/3242/3243/3244/3245/3246/3247/3248/3249/3250/3251/3252/3253/3254/3255/3256/3257/3258/3259/3260/3261/3262/3263/3264/3265/3266/3267/3268/3269/3270/3271/3272/3273/3274/3275/3276/3277/3278/3279/3280/3281/3282/3283/3284/3285/3286/3287/3288/3289/3290/3291/3292/3293/3294/3295/3296/3297/3298/3299/3300/3301/3302/3303/3304/3305/3306/3307/3308/3309/3310/3311/3312/3313/3314/3315/3316/3317/3318/3319/3320/3321/3322/3323/3324/3325/3326/3327/3328/3329/3330/3331/3332/3333/3334/3335/3336/3337/3338/3339/3340/3341/3342/3343/3344/3345/3346/3347/3348/3349/3350/3351/3352/3353/3354/3355/3356/3357/3358/3359/3360/3361/3362/3363/3364/3365/3366/3367/3368/3369/3370/3371/3372/3373/3374/3375/3376/3377/3378/3379/3380/3381/3382/3383/3384/3385/3386/3387/3388/3389/3390/33



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	ESTÁGIO SUPERVISIONADO I	CÓDIGO:	6423
CRÉDITOS:	04	FASE:	5ª
PROFESSOR(A):	JONI MARCIO DE FARIAS	CARGA HORÁRIA:	72h/a
E-MAIL:	jmf@unesc.net	PERÍODO:	M/ 2º semestre / 2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: A disciplina de Estágio I visa oportunizar os acadêmicos o conhecimento de alguns possíveis locais de atuação profissional, verificando a realidade e propondo modificações quando necessárias.

EMENTA: observação do trabalho nos vários locais de campos de intervenção da educação física e elaboração de relatório.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Apresentação e discussão do plano de ensino	04	07/08/06
2- Visitação das academias da região	08	14 e 21/08/06
3- Visitação as escolinhas da região	08	28/08/06 – 04/09/06
4- Visita a Clubes Esportivos	08	11 e 18/09/06
5- Visita a espaços públicos e projetos comunitários	08	25/09/06 – 02/10/06
6- Visita aos hotéis	08	09 e 16/10/06
7- Visita aos laboratórios	08	23 e 30/10/06
8- Organização de arbitragem	08	06 e 13/11/06
9- Conhecimento sobre esportes radicais	04	20/11/06
10- Clínicas e espaços para reabilitação	04	27/11/06
11- Prática como componente curricular	04	04/12/06

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1- APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PLANO DE ENSINO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Apresentar e discutir o plano de ensino, que vai estabelecer as diretrizes e encaminhamentos da disciplina no ano de 2006

CONTEÚDOS:

Apresentação e discussão do planejamento do semestre

METODOLOGIA:

Aula expositiva

AVALIAÇÃO:

Este conteúdo não tem avaliação

TEMA 2- VISITA A ACADEMIAS DA REGIÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar algumas academias da região, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os equipamentos, entre outros, vislumbrando uma oportunidade de trabalho.

CONTEÚDOS:

Visitação das academias da região

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AVALIAÇÃO:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 3 – VISITA A ESCOLINHAS ESPORTIVAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar algumas escolinhas da região, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os materiais, entre outros, visando uma oportunidade de trabalho.

CONTEÚDOS:

Visitação das escolinhas da região, sendo de duas modalidades diferentes

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AVALIAÇÃO:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 4 – VISITA A CLUBES ESPORTIVOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar clubes esportivos, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os equipamentos, os profissionais, entre outros, visando uma oportunidade de trabalho.

CONTEÚDOS:

Visita a dois clubes esportivos

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AVALIAÇÃO:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 5 – VISITA A ESPAÇOS PÚBLICOS E PROJETOS COMUNITÁRIOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar alguns espaços públicos de algumas cidades da região, bem como verificar se existem projetos comunitários nestas cidades, como são desenvolvidos e o que pode ser implantado.

CONTEÚDOS:

Visita a algumas cidades da região

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AVALIAÇÃO:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 2 – VISITA AOS HOTÉIS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar hotéis que disponham de um tipo de atividades aos seus hóspedes, e a inserção dos profissionais de educação física nestes locais.

CONTEÚDOS:

Visitar hotéis que desenvolvam esta atividade

Organização do relatório de visitas



Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais (Florianoópolis)

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 7 – VISITA A LABORATÓRIOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Visitar alguns laboratórios da Unesoc e de outras instituições que tenham espaços de trabalho ao profissional de Educação Física, comparando o espaço físico, a metodologia de trabalho, os equipamentos, entre outros.

CONTEÚDOS:

Visita aos laboratórios

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 8 – ORGANIZAÇÃO DE ARBITRAGEM

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Acompanhar as atividades que tenham organização de arbitragem, como por exemplo um jogo de futebol, de vôlei, etc., desde que sejam de alto nível, verificando assim a organização desta área de conhecimento.

CONTEÚDOS:

Visita a locais que tenham arbitragem de forma profissional

Organização do relatório de visitas

Desenvolvimento de um plano diretor de melhorias (quando necessárias)

METODOLOGIA:

Visita em alguns locais

Aulas teóricas

AValiação:

Apresentação do relatório da visitação e entrega de um plano diretor de melhorias

TEMA 9 – CONHECIMENTO SOBRE ESPORTES RADICAIS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Oportunizar aos acadêmicos o conhecimento sobre alguns esportes radicais, seu funcionamento, legislação, profissional habilitado, local de prática, cuidados na prática, entre outras recomendações.

CONTEÚDOS:

Orientações para a realização destas atividades por um profissional de Educação Física.

METODOLOGIA:

Por meio de palestras por um profissional da área

AValiação:

Apresentação do relatório da palestra

TEMA 10 – CLÍNICAS E ESPAÇOS DE REABILITAÇÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Oportunizar aos acadêmicos o conhecimento sobre outros locais de atuação do profissional, como: clínicas de reabilitação, spas, entre outros. Conhecendo o funcionamento, estrutura, atividades desenvolvidas e o papel do profissional de educação física.

CONTEÚDOS:

Orientação para a realização destas atividades por um profissional de Educação Física.

METODOLOGIA:

Por meio de palestras por um profissional da área

AValiação:

Apresentação de um relatório da palestra.

TEMA II - A PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Oportunizar aos acadêmicos a vivência da interdisciplinaridade durante a sua vida acadêmica.

CONTEÚDOS:

Realizar junto com a disciplina de Cineantropometria uma avaliação física em alguns espaços (públicos ou privados).

METODOLOGIA:

Por meio de aulas teóricas e práticas.

AValiação:

Apresentação do relatório.

BIBLIOGRAFIA

BARPER, Claude. La usuedanza de los juegos desportivos coletivos. Barcelona: Hispano Europa, 1986.

GANDIN, Danilo; CRUZ, Carlos H. Carrilho, Planejamento na sala de aula. 4.ed. Porto Alegre: 2000.

SOARES, Carmen Lúcia, ...[et al.]. Metodologia do ensino de educação física. São Paulo: Ed. Cortez, 1992. Coleção magistério 2. grau. Série formação do professor.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 47/2021 - Retorno I/RESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO	CÓDIGO:	6443
CRÉDITOS:	4	FASE:	5ª
PROFESSOR(A):	RICARDO PINHO	CARGA HORÁRIA:	72h/a
		PERÍODO:	Matutino

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Conhecer, analisar e interpretar, através da literatura específica e atualizada, as mudanças que ocorrem nos sistemas físico-orgânicos decorrentes das manifestações fisiológicas em situação de repouso e em esforço físico, como também permitir ao aluno, através das interações entre conceitos e experiências, ampliar e construir seus conhecimentos referentes a bioquímica aplicada ao exercício físico.

EMENTA: Histórico, importância, conceitos e aplicações da Fisiologia do Exercício, metabolismo e produção de energia, princípios gerais do condicionamento físico, alterações agudas e adaptações persistentes dos sistemas orgânicos como resposta ao exercício físico em situações diversas. Fatores ambientais sobre a performance, exercícios em ambientes especiais e recursos ergogênicos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
Bioquímica do Exercício	16 aulas	01.08.15/08; 05/09
Sistema Neuro-muscular	12 aulas	12.19.26/09
Sistema Cardiorespiratório	16 aulas	03.10.17.24/10
Sistema Neuro-endócrino	08 aulas	31/10; 7/11
Termorregulação e Recursos Ergogênicos	12 aulas	14.21.28/11
Tópicos especiais em Fisiologia do Exercício	08 aulas	28/11; 5/12

*Aula de recuperação

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – BIOQUÍMICA DO EXERCÍCIO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Compreender as etapas do metabolismo intermediário na produção de energia e sua relação com o exercício físico.

CONTEÚDOS:

Introdução a disciplina

Produção de energia

Metabolismo energético e Exercício

Adaptações bioquímicas ao exercício

ATIVIDADES:

Aula demonstrativa sobre pesquisa em bioquímica do exercício no Lafipe/Unesc

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 2 – SISTEMA NEURO-MUSCULAR

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender a influência do exercício físico sobre alterações e adaptações do sistema neuro-muscular.

CONTEÚDOS:

Histofisiologia muscular

Adaptações neuromusculares ao treinamento

ATIVIDADES:

Não há atividades específicas

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 3 – SISTEMA CARDIORRESPIRATÓRIO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Analisar e interpretar, através da literatura específica e atualizada e através de atividades práticas as mudanças que ocorrem no sistema cardiorrespiratório decorrente esforço físico.

CONTEÚDOS:

Anatomo-fisiologia cardiorrespiratória

Regulação neuro-humoral do sistema cardiorrespiratório

Respostas e adaptações do sistema cardiorrespiratório ao exercício

ATIVIDADES:

Testes de esforço em diversos tipos de ergômetros.

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e atividades laboratoriais

AVALIAÇÃO:

Trabalho escrito

TEMA 4 – SISTEMA NEURO-ENDÓCRINO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender os mecanismos de regulação hormonal frente ao exercício físico

CONTEÚDOS:

Interação Hormônio-receptor

Resposta hormonal ao exercício

Regulação Hormonal e Metabolização de Substratos durante o Exercício

ATIVIDADES:

Não há atividades específicas

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 5 – TERMORREGULAÇÃO E RECURSOS ERGOGÊNICOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender as respostas agudas e persistentes do exercício em condições ambientais adversas;

Compreender as manifestações orgânicas e a interferência sobre a performance após a utilização de recursos ergogênicos

CONTEÚDOS:

Regulação da temperatura durante o exercício

Respostas fisiológicas ao exercício em ambientes diversos

Recursos Ergogênicos

ATIVIDADES:

Não há atividades específicas

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Prova escrita

TEMA 6 – TÓPICOS ESPECIAIS EM FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Aprofundar os conhecimentos referentes aos efeitos do exercício sobre mecanismos celulares e moleculares

CONTEÚDOS:

Exercício físico e sistema nervoso central

Exercício físico e respostas imunológicas

Exercício físico e estresse oxidativo

ATIVIDADES:

Não há atividades específicas

METODOLOGIA:

Aulas expositivas

AVALIAÇÃO:

Não haverá

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

Serão destinadas 12 horas aulas para o desenvolvimento de atividades práticas a serem desenvolvidas em sala de aula e laboratórios, conforme descrito abaixo:

Tema 1: Aula demonstrativa sobre pesquisa em bioquímica do exercício no Lafiber/Unesp – 4 horas/aula

Tema 3: Aula laboratorial sobre a resposta cardiorrespiratória no exercício – 8 horas/aula

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A aprovação na disciplina está vinculada à obtenção da média final igual ou superior a sete (7).

O aluno tem direito legal de faltar até 25% do total das aulas dadas (18 aulas).

As aulas terão seu início na hora e data preestabelecida pela coordenação.

A realização de provas em época especial, e de recuperação serão realizadas nos dias 07/10/06 e 25/11/06, sábado, às 08h e 20 min.

Fazer leitura prévia é imprescindível para melhor compreensão dos assuntos abordados em sala.

BIBLIOGRAFIA

GUYTON, Arthur C.; HALL, John E. Tratado de fisiologia médica. 10 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 973 p. ISBN 8527707136

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. Fisiologia do exercício : energia, nutrição e desempenho humano. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, c2003. 695 p. ISBN 8527708620

ROBERGS, Robert A.; ROBERTS, Scott O. Princípios fundamentais de fisiologia do exercício: para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte Editora, 2002. 489 p. ISBN 8586702536

POWERS, Scott K.; HOWLEY, Edward T. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. 3. ed. São Paulo: Manole, 2000. 527 p. ISBN 8520410464

WILMORE, Jack H.; COSTILL, David L. Fisiologia do esporte e do exercício. 2.ed São Paulo: Manole, 2001. 709 p. ISBN 8520410553

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

ASTRAND, Per-Olof; RODAHL, Kaare. Tratado de fisiologia do exercício. 2 ed. Rio de Janeiro: Interamericana, 1980. 617 p.

MAHAN, L. Kathleen; ESCOTT-STUMP, Sylvia. Krause, alimentos, nutrição & dietoterapia. 11. ed São Paulo: Roca, 2005. 1242 p. ISBN 8572413782

MARZZOCO, Anita; TORRES, Bayardo Baptista. Bioquímica básica. 2.ed Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1999. 360 p.

MAUGHAN, Ron; GLEESON, Michael; GREENHAFF, Paul L. Bioquímica do exercício e treinamento. São Paulo: Manole, 2000. 240 p. ISBN 8520409377

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. Fundamentos de fisiologia do exercício. 2.ed Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 667 p. ISBN 852770756X

PENTEADÓ, Marileide de Vucou Camargo (Org.). Vitaminas : aspectos nutricionais, bioquímicos, clínicos e analíticos. São Paulo: Manole, 2003. 612 p. ISBN 852041544X

PEREIRA, Benedito; SOUZA JUNIOR, Tácito Pessoa de. Metabolismo celular e exercício físico : aspectos bioquímicos e nutricionais. São Paulo: Phorte, 2004.

ROBERGS, Robert A.; ROBERTS, Scott O. Princípios fundamentais de fisiologia do exercício: para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte Editora, 2002. 489 p. ISBN 8586702536

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Folha nº 47/2021-Relatório 152



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



DISCIPLINA:	METODOLOGIA DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS II	CÓDIGO:	6455
CRÉDITOS:	04	FASE:	4ª Fase
PROFESSOR(A):	BARBARA REGINA ALVAREZ	CARGA HORÁRIA:	36h
		PERÍODO:	Mat. 2º S/ 2006

PLANO DE ENSINO

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científicas e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previsto na resolução 462 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

At o término do semestre o acadêmico deverá estar capacitado a utilizar os conhecimentos dos princípios fundamentais das atividades aquáticas, no ensino da natação nos diferentes estilos, conhecer diferentes métodos de treinamento para natação competitiva e ser capaz de organizar competições.

EMENTA: Aprofundamento nos estilos Crawl, Costas, Peito e Borboleta, organização de competição e arbitragem.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1. Aperfeiçoamento do nado Crawl	8	04/8; 11/8; 18/8 e 25/8
2. Aperfeiçoamento do nado Costas	8	01/9; 8/9; 15/9 e 22/9
3. Aperfeiçoamento do nado Peito	6	5/10; 12/10; e 20/10
4. Aperfeiçoamento do nado Borboleta	6	27/10; 3/11; 10/11
5. Saídas e Viradas	4	17/11 e 24/11
6. Prática como componente curricular	4	1/12; 8/12 (reposição)

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 - O NADO CRAW

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado crawl, a fim de desenvolver o aprendizado e o aperfeiçoamento.

CONTEÚDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico do Crawl: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de pernada, técnica de braçada, o apoio, tração e recuperação.

Coordenação.

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição

ATIVIDADES:

Aula expositiva e dialogada

METODOLOGIA:

Aula expositiva e dialogada

Estado dirigidos

TEMA 2 - O NADO COSTAS

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado costas, a fim de desenvolver o aprendizado e o seu aperfeiçoamento.

CONTEÚDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico de Costas: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de pernada, técnica de braçada, o apoio, tração e recuperação.

Coordenação.

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição

ATIVIDADES:

Aula expositiva e dialogada

Aula prática

Pesquisa

METODOLOGIA:

Aula expositiva dialogada

TEMA 3 – O NADO PEITO

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado Peito, a fim de desenvolver o aprendizado e o seu aperfeiçoamento.

CONTEÚDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico de Costas: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de passada, técnica de braçada, o apoio, tração e recuperação.

Coordenação

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição

ATIVIDADES:

Estudo dirigido

Atividades práticas na piscina

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva dialogada

Prova escrita individual 1 (conteúdo temas 1, 2 e 3) (Pontuação: 30 pontos)

TEMA 4 – O NADO BORBOLETA OU GOLFINHO

OBJETIVOS:

Estudar a técnica e praticar o nado Borboleta, a fim de desenvolver o aprendizado e o seu aperfeiçoamento.

CONTEÚDOS:

Musculatura envolvida

Desenvolvimento técnico do Borboleta: Posição do corpo, posição da cabeça, respiração, técnica de passada, técnica de braçada, o apoio, a tração e a recuperação.

Coordenação

Educativos e aperfeiçoamento

Regras para competição

ATIVIDADES:

Estudo dirigido

Atividades práticas na piscina

METODOLOGIA:

Os alunos deverão pesquisar e apresentar os conteúdos acima citados

TEMA 5 – SAÍDA E VIRADAS

OBJETIVOS:

Estudar e praticar as técnicas de saídas e viradas dos nados: Crawl, costas Peito e Borboleta.

CONTEÚDOS:

Fases das viradas

ATIVIDADES:

Estudo dirigido

Atividades práticas na piscina

METODOLOGIA:

1- Em sala de aula será realizada a pesquisa sobre o assunto, montado os pontos acima relacionados e finalmente será realizada a atividade prática.

Prova escrita individual 2 (conteúdo tema 4 e 5) (Pontuação: 10 pontos)

TEMA 6 – PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVOS:

Levar o aluno a vivenciar em clubes e academias, aulas e treinamento de equipes de natação.

CONTEÚDOS:

Divisão das equipes de natação em Cricúma, no estado de Santa Catarina e no Brasil.

As Escolinhas de natação, dificuldades e facilidades,

Tempos records nos diferentes níveis e estilos.

Treinamento nas diferentes faixas etárias.

ATIVIDADES:

Palestras com treinadores convidados.

Visitas às Escolinhas de Natação

METODOLOGIA:

Durante as visitas às Escolas, os alunos deverão analisar todos os aspectos que envolvem o treinamento e posteriormente procurar na literatura especializada os métodos de treinamento e fazer um paralelo.

Apresentar um relatório (escrito e oral) desta atividade.

AVALIAÇÃO:

Participação e entrega de relatório: (Pontuação: 10,0 pontos)

Avaliação da Participação: A participação em todas as aulas terá uma pontuação. O aluno que participar de todas as aulas práticas e teóricas terá uma pontuação máxima de 10 pontos. A inibição que não ocorrer será reduzido da nota máxima.

Obs. Avaliações serão realizadas 2 provas escritas individuais, valendo 10 pontos cada uma, 1 trabalho escrito, valendo 10 pontos, e a pontuação participação - 10 pontos. A somatoria de todas as notas é 30 pontos, os quais serão divididos por 3 para obtenção da média final.

Provas escritas individuais: 2 = (10 pontos cada) 20 pontos

Um Trabalho em grupo: 10 pontos

Total de pontos: 30

Média Final 30/3= 10 pontos

Referências Bibliográficas

- LABRAL, Fernando. Natação 1000 exercícios, Rio de Janeiro: Sprint, 1995.
- CORRÊA C. R. P. & MASSAUD M. G. Escola de Natação, Rio de Janeiro: Sprint, 1999.
- DUARTE, Cyllinda. Todos os esportes do mundo, São Paulo: Macron, 1996.
- JUNIOR, Grival. Natação animal, São Paulo: Manole, 2002.
- DELUCA, Adolfo Humberto & Fernandes, Ivani Regina. Brechadeira e Jogos Aquáticos, RJ: Sprint, 2002.
- MACHADO, David. Natação teoria e prática, Rio de Janeiro: Sprint, 1998.
- MASSAUD, M. G. & CORRÊA, C. G. Natação na Ilude Escolas, Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
- NAKAMURA, Osvaldo. Recreação aquática, São Paulo: Curs, 1997.
- PALMER, Mervyn. A Ciência do ensino da natação, São Paulo: Manole, 1990.
- ROCHA, Júlio. Hidroginástica teoria e prática, Rio de Janeiro: Sprint, 1994.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE

Lorete Tassia Marinho
Secretaria Acadêmica
Futara 7479021-Retorno UFFC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL-CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Metodologia do Atletismo	CÓDIGO:	6447
CREDITOS:	03	FASE:	5ª
PROFESSOR (A):	Roberto Carlos Bortolotto	CARGA HORÁRIA:	54h
		PERÍODO:	M/ 1º semestre de 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para atuarem como Técnicos, com conhecimento científico da cultura do movimento humano, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e a melhoria da qualidade de vida".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Desenvolver no aluno a capacidade de identificar e aperfeiçoar as técnicas das diferentes provas do atletismo e noções básicas de treinamento.

EMENTA: O Atletismo no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos que levem a uma aprendizagem e aprimoramento do Atletismo. Organização e execução de competições de atletismo. Regras oficiais, arbitragem e súmulas.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Corridas, Marcha atlética e Revezamentos	12	Fev/Março
2 Salto em Distância, Altura, Tríplo e Vara	12	Abril
3 Arremesso de Peso, Disco, Dardo e Martelo	15	Maio/junho
4 regras e organizações de eventos	06	junho
5- Prática como componente curricular	09	Março a junho

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 -CORRIDAS DE VELOCIDADE, MEIO FUNDO, FUNDO, BARREIRAS, OBSTÁCULOS E REVEZAMENTOS.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 1- Reconhecer as características técnicas das corridas de velocidade, Meio Fundo, Fundo, Barreiras, Obstáculos e Revezamentos;
- 2- Comparar o conceito da progressão pedagógica.

CONTEÚDOS:

- 1- Corridas de velocidade, Meio Fundo e Fundo.
- 2- Corridas com Barreiras- Linha Retas (100 e 110 metros)
- 3- Corridas com Barreiras em Curva (400 metros)
- 4- Corrida com Obstáculos/ Marcha Atlética
- 5- Revezamentos (4 x100m e 4x400m e Medley)

ATIVIDADES:

Reconhecer as diferentes técnicas de cada corrida: marcha atlética, aperfeiçoando a sua parte técnica.

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada
- 2- Aulas Práticas
- 3- Debates
- 4- Pesquisa bibliográfica
- 5- Seminário
- 6- Sites na Internet
- 7- Trabalho em grupo
- 8- Data show
- 9- Retroprojecor
- 10- Vídeo

AVALIAÇÃO:

- 1- Auto Avaliação
- 2- Frequência e Uniforme
- 3- Participação em aula
- 3- Participação em eventos
- 4- Testes Teóricos
- 5- Trabalho em grupo

TEMA I – SALTOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

*Identificar os estilos dos Saltos e propor situações de aprendizagem no atleta, e formar uma sequência de educativos técnicos para aprendizagem das diferentes estilos e técnicas das provas do atletismo.

CONTEÚDOS:

- 1- Salto com Vara
- 2- Salto com Triplo
- 3- Salto em Altura
- 4- Salto em Distância

ATIVIDADES:

- 1- Comparação da metodologia dos diferentes estilos.
- 2- Detalhes Técnicos e fundamentos.
- 3- Progressão Didática.
- 4- Educativos.

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada
- 2- Debates
- 3- Pesquisa bibliográfica
- 4- Seminário
- 5- Trabalho em grupo
- 6- Aulas Práticas
- 7- Site na Internet
- 8- Cartazes
- 9- Projetor de Slides
- 10- Retroprojecor
- 11- Vídeo

AVALIACÃO:

- 1- Auto Avaliação
- 2- Frequência e Uniforme
- 3- Participação em aula
- 4- Participação em eventos
- 5- Testes Teóricos e práticos
- 6- Trabalho em grupo

TEMA 3- LANCAMENTOS E ARREMESSOS

OBJETIVO ESPECIFICO:

*Identificar os estilos dos Saltos e propor situações de aprendizagem no atleta, e formar uma sequência de educativos técnicos para aprendizagem dos diferentes estilos e técnicas das provas do atletismo.

CONTEÚDOS:

- 1- Lançamento do Martelo
- 2- Lançamento do Dardo
- 3- Lançamento do Peso
- 4- Lançamento do Disco

ATIVIDADES:

- 1- Comparação da metodologia, dos diferentes estilos
- 2- Detalhes Técnicos e fundamentos
- 3- Progressão Didática
- 4- Educativos

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada
- 2- Debates
- 3- Pesquisa bibliográfica
- 4- Seminário
- 5- Sites na Internet
- 6- Trabalho em grupo
- 7- Data show
- 8- Projetor de Slides
- 9- Retro-projetor
- 10- Vídeo
- 11- Aulas práticas

AVALIACÃO:

- 1- Auto Avaliação
- 2- Frequência e Uniforme
- 3- Participação em aula
- 4- Participação em eventos
- 5- Testes Teóricos e práticos
- 6- Trabalho em grupo

TEMA 4- REGRAS ORGANIZAÇÕES DE EVENTOS E ESCALONAMENTO

OBJETIVO ESPECIFICO:

- 1- Identificar os tipos de eventos, e como organiza-los.
- 2- Comparar os tipos de pisos sintético, carvão e escalonamento.

CONTEUDOS:

- 1- Tipos de eventos: Escolar, Municipal, Estadual e Internacional.
- 2- Seriação.
- 3- Regulamentos das provas ruínas e não ruínas, o escalonamento para suas saídas.

ATIVIDADES:

Reconhecer e organizar os diferentes tipos de eventos e escalonamento das provas de Pista.

METODOLOGIA:

- 1- Participações em eventos.
- 2- Aulas práticas.
- 3- Organização de eventos.
- 4- Trabalho em grupo.
- 5- Vídeos.
- 6- Pistas.

AVALIACÃO:

- 1- Participações em eventos.
- 2- Frequência e uniforme.
- 3- Trabalho em grupo.

TEMA 5- PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 1- Prática do atletismo.
- 2- Vivenciar na prática o aprendizado das aulas.

CONTEUDOS:

- 1- Trabalho prático de treinamento em crianças e adolescentes.

ATIVIDADES:

Reconhecer e organizar os diferentes tipos de treinamentos.

METODOLOGIA:

- 1- Aulas práticas.
- 2- Organização de eventos.
- 3- Trabalho em grupo.
- 4- Vídeos.
- 5- Pistas.

AVALIACÃO:

- 1- Participações nos treinamentos.
- 2- Frequência e uniforme.
- 3- Trabalho em grupo.

BIBLIOGRAFIA:

- 3- BARROS, Nelson. O Atletismo. Rio de Janeiro: 2ª Ed. 1990.
- 4- BARROS, Nelson. Manual de Atletismo I, II, III. Leine. 1982.

4

- 5- BALLESTEROS, Dr. José M. Manual de Entrenamiento Básico. Londres, IFAA. 1992.
- 6- KARL KÖCK, Augusto. Antología do Atletismo. Uirajam. Ed. Livro Técnico. 1983.
- 7- Regras Oficiais de Atletismo 2002-2003.
- 8- SCHMOLINSKY, Gerhart. Atletismo. Barcelona. Ed. Estampa. 1982.
- 7- GUIA IAAF DO ENSINO DO ATLETISMO. HARALD MÜLLER-WOLFGANG RITZDORF. SANTA
FÉ-ARGENTINA 2000.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Tasso Marcos
Secretaria Acadêmica
Pateta nº02001-Ribeirão Preto

	<p align="center">UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO</p> <p align="center">PLANO DE ENSINO</p>		
DISCIPLINA:	Atividades de Academia II	CÓDIGO: FASE:	6445 6º
CRÉDITOS:	04	CARGA HORÁRIA:	72
PROFESSOR (A):	Victor Julienne Santos da Conceição	PERÍODO: Matutino	1º semestre / 07
E-MAIL:	victorjulienne@yahoo.com.br		

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar ao acadêmico a elaboração e reelaboração de conhecimentos teóricos/práticos referentes à atividades de Ginástica Laboral e Musculação, viabilizando a formação de profissionais críticos e criativos, conscientes de sua função pedagógica e técnica, conduzindo-o a um melhor desempenho no seu campo profissional.

EMENTA: Ginástica Laboral: conceito, aplicação e importância. Estudo e elaboração de atividades para compensação de diferentes situações de trabalho. Musculação: conceituação e tipos de sessão.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	Dias letivos	Períodos
Ginástica Laboral	24	Fevereiro: 23; Março: 2; 9; 16; 23; 30.	
Exercícios resistidos com Musculação	48	Abril: 13; 20; 27; Maio: 4; 11; 18; 25; Junho: 1; 15; 22; 29; Julho: 13	Abril: 6 (sexta-feira santa) Junho: 8 (recesso escolar)

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1- GINÁSTICA LABORAL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Entrar em contato com o trabalho de Ginástica Laboral;
- Conhecer sua aplicação e como organizar as atividades destinadas a cada ambiente de trabalho;

CONTEÚDO:

- Síntese histórica da ginástica laboral;
- Empregos da ginástica laboral;
- Estrutura do programa de Ginástica Laboral;
- Avaliação do local de trabalho;
- Ergonomia;
- Atividades aplicadas na ginástica laboral.

1

ATIVIDADES:

- Leituras e interpretação de textos sobre o tema.
- Seminário, Tema: Ginástica Laboral e o Bem-Estar no Trabalhador: qualidade de vida x produção.

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR –

- Desenvolvimento de um estudo sobre a importância da ginástica laboral, na cidade de Criciúma.

METODOLOGIA:

Estratégias de ensino/aprendizagem:

Será utilizada a abordagem sociocultural, proposta por Mizukami (1986), buscando a partir da solução de problemas, encontrar as respostas para as questões que permeiam o tema estudado. Reconhecendo a necessidade de refletir sobre os acontecimentos da sociedade e a apropriação do conhecimento para fazer uma crítica da realidade vivida.

As aulas serão de cunho expositivo e dialogado, procurando uma interação do aluno com o meio onde irá atuar profissionalmente.

Recursos:

Humanos: Professor.

Físicos: Sala de aula (6), mini auditório (sala 11), Sala de ginástica (aulas práticas).

Materiais: Livros, multimídia (datashow), retroprojetor, quadro (negro e/ou branco).

Avaliação:

Avaliação diagnóstica: participação em aula.

Avaliação formativa: auto-avaliação.

Avaliação sumativa: Resenhas sobre os conteúdos desenvolvidos.

Entrega de um artigo apresentado no seminário final do tema.

TEMA 2. EXERCÍCIOS RESISTIDOS COM PESO - MUSCULAÇÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conhecer as questões socioculturais sobre a modalidade musculação;
- Desenvolver o aprendizado sobre as questões morfológicas da modalidade musculação;
- Apresentar os exercícios com e sem aparelhos utilizados na modalidade musculação;
- Conhecer os fatores que influenciam num programa de musculação;
- Saber utilizar as metodologias e programas para montagem de um treino de musculação.

CONTEÚDOS:

- Estudo histórico e evolutivo da musculação;
- A musculação enquanto: competição, profilaxia, estética, terapêutica, preparação física;
- A classificação dos movimentos de musculação;
- Músculos agonistas, antagonistas e sinergistas;
- Tipos de contração muscular;
- Organização e montagem de um programa de musculação;
- Musculação para diferentes populações;
- Perfil do professor de musculação;
- Personal training;

ATIVIDADES:

- Leitura e discussão de textos;
- Atividades práticas na academia de musculação;
- Palestra com convidado (s).

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR –

- Pesquisa sobre os procedimentos metodológicos utilizados nas academias de musculação e ginástica da cidade de Criciúma/SC – 4h/a.
- Trabalho sobre o perfil dos praticantes de musculação – 4h/a.

METODOLOGIA:

Estratégias de ensino/aprendizagem:

Será utilizada a abordagem sociocultural, proposta por Mizukami (1986), buscando a partir da solução de problemas, encontrar as respostas para as questões que permeiam o tema estudado. Reconhecendo a necessidade de refletir sobre os acontecimentos da sociedade e a apropriação do conhecimento para fazer uma crítica da realidade vivida.

As aulas serão de cunho expositivo e dialogado, procurando uma interação do aluno com o meio onde irá atuar profissionalmente.

Recursos:

Humanos: Professor, Profissional de Educação Física convidado para explicar sobre Personal Training.

Físicos: Sala de aula (6), mini auditório (sala 11), Academia da Unesp (aulas práticas);

Materiais: Livros, multimídia (datashow), retroprojeto, quadro (negro e/ou branco), material disponível na Academia da Unesp.

Avaliação:

Avaliação diagnóstica: participação em aula;

Avaliação formativa: auto-avaliação;

Avaliação somativa: Resenhas sobre os conteúdos desenvolvidos;

Prova final - 13/07/2007.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

DELAVIER, F. Guia dos movimentos de musculação: abordagem anatômica. São Paulo: Manole, 2000.

FLECK, S. J.; KRAEMER, W. Fundamentos Do Treinamento De Força Muscular. 2ª ed., Artmed, 1999.

FLECK, S. J. Treinamento De Força Para Fitness E Saúde. São Paulo: Phorix, 2003.

MENDES, R. A.; LEITE, N. Ginástica Laboral: princípios e aplicações práticas. São Paulo: Manole, 2004.

LIMA, M. E. A.; ARAÚJO, J. N. G.; LIMA, F. P. A. (OR.) L.E.P.: dimensões ergonômicas e psicossociais. Belo Horizonte: Health, 1998.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

DANTAS, E. H. M. A prática da preparação física. Rio de Janeiro: Shape, 1995.

OLIVEIRA, J. R. G. A prática da ginástica laboral. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.

LIMA, D. G. Ginástica Laboral: custos e orçamentos na implantação de programas. Com abordagem ergonômica. São Paulo: Fontana, 2004.

FERREIRA, M. E. C. A Obesidade Masculina Pelo Corpo: malhado, forte e saudável. In: Revista Brasileira de Ciências do Esporte. V. 27, n. 1, p. 167-182, 2005.

BARROSO, R.; TRICOLI, V.; UGRINOWITSCH, C. Adaptação Neural e Morfológicas ao Treinamento de Força com Ações Excêntricas. In: Revista Brasileira de Ciências do Movimento. V. 13, n. 2, p. 111-122, 2005.

RAMALHO, V. P.; MARTINS JUNIOR, J. Influência da Periodização do Treinamento com Pêndulo na Massa Corporal Magra em Jovens Adultos do Sexo Masculino: um estudo de Caso. In: Revista da Educação Física/UEM. V. 14, n. 2, p. 49-56, 2003.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DEPART.

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Lorete Yasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Horário: 14h10001-Ratma/UECC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Dança (Opcativa)	CÓDIGO:	6610
CREDITOS:	02	FASE:	3ª
PROFESSOR(A):	Valter Savi	CARGA HORÁRIA:	36h
E-mail:	vas@unesc.net	PERÍODO:	Nº 1º semestre de 2007

1- MISSÃO DA UNESC

Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

2- OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física."

3- OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

Dominar fundamentos de execução dos movimentos do corpo em técnica de níveis e progressões graduais desenvolvidas com sensibilidade, expressão e criatividade.

4- EMENTA

A dança em diferentes estilos, técnicas, características e seu valor sócio-cultural e suas linguagens.

5- PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Dança de Salão: História. Fundamentos técnicos de diferentes estilos	36	22/2 - 1,8,15,22,29/3 - 5,12,19,26/4 - 3,10,17,24,31/5 - 14,21,28/6

Prova Final: 12/07/2007

TEMA 1 – Dança de salão: História. Fundamentos técnicos de diferentes estilos.

• OBJETIVO ESPECÍFICO:

Conhecer e vivenciar técnicas de diferentes estilos de dança de salão.

• CONTEÚDOS:

- 1.1- Vivenciar diferentes caracteres e estilos de dança de salão
- 1.2- Contexto histórico
- 1.3- Construção coreográfica.

• ATIVIDADES:

- 1- Anotações, diálogos, textos, mesa redonda.
- 2- Vivências práticas.

• METODOLOGIA:



- 1 – Aulas expositivas e dialogadas.
- 2 – Trabalhos individuais e de grupos.
- 3 – DVD.

• AVALIAÇÃO:

- 1 – Prova prática e teórica.
- 2 – Festival Interno de Dança de Salão.
- 3 – Auto-avaliação.

Prática como componente curricular: Será realizada com alunos da Extensão – UNESC – que fazem aula de dança de salão.

• REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. BRÉOOLATO, Roseli Aparecida. *Cultura Corporal da Dança* / Roseli Aparecida Brejolato. São Paulo: Icone, 2000. (Coleção Educação Física Escolar; no princípio de totalidade e na concepção histórico – crítico – social; volume 1).
2. CLARO, Edson. *Mundo – Dança – Educação Física*. São Paulo: Robe, 1995.
3. DANTAS, Estêlio H. *Pensando o corpo e o movimento*. Rio de Janeiro: Shape, 1994.
4. NANNI, Dionísia. *Dança-Educação – princípios, métodos e técnicas* / Dionísia Nanni – Rio de Janeiro – 2ª ed. – 2001.
5. VIANNA, Klaus. *A Dança*. São Paulo: Sciliano, 1990. VERDELL, Érica B. e Luiz Lemos Pimentel. *Dança na Escola*.

PROFESSOR

COORD. DE DEPTO

DIRETORIA DE ENSINO

CONSEPE


Lorete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 170/2021-Palácio UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Estágio II	CÓDIGO:	6450
CRÉDITOS:	05	FASE:	6ª
PROFESSOR(A):	Bárbara Regina Alvarez Joel Modesto Casagrande	CARGA HORÁRIA:	90 h/aula
		PERÍODO:	1º Semestre /2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVOS DA DISCIPLINA: Elaborar o planejamento, baseado na observação do trabalho dos profissionais, para executá-lo durante o semestre, referente a escolinhas, clubes e gerenciamento e administração esportiva.

EMENTA: observação, planejamento e execução de atividades relacionadas a escolinhas, clubes, hotéis e gerenciamento e administração esportiva.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1. Visita aos locais onde tem escolinhas de natação, tênis, atletismo, vôlei para a análise da conjuntura e elaboração de um planejamento a ser desenvolvido nas mesmas.	20	22/2, 01/03, 8/03, 15/03
2. Desenvolvimento do planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de natação, tênis, atletismo e vôlei.	45	29/03; 12, 19, 26/04, 03, 10, 17, 24/05 e 31/5 Até o dia 19/3 entrega de toda documentação assinada.
3. Análise da conjuntura de um hotel, elaboração do planejamento e execução de atividades no mesmo.	03	23/06, 30/06 (complementação da carga horária, sábado)
4. Observação de eventos e elaboração de uma proposta estrutural para o esporte nacional referente organização e gerenciamento.	03	- Regionais OLESC Competições nos Clubes Campeonato Juvenil de Atletismo E outros...
5. Avaliação: planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas; planejamento das atividades a serem realizadas nos hotéis; apresentação de ambos em seminário 1; relatório referente às atividades desenvolvidas nas escolinhas e hotéis; apresentação em seminário 2 e proposta de projeção para o esporte nacional e apresentação da mesma em forma de pôster e nota do supervisor de estágio.	15	22/3 (seminário 1 - planejamento das atividades nas escolinhas); 7, 14 e 21/06 - seminário 2 (relatório das atividades desenvolvidas nas escolinhas)

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1: Visita aos locais onde tem escolinhas de natação, tênis, atletismo, e vôlei para a análise da conjuntura e elaboração de um planejamento a ser desenvolvido nas mesmas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Discutir o programa de ensino
- Realizar o diagnóstico da turma enquanto grupo, cidade onde mora e trabalho e conhecimento referente a disciplina.

CONTEÚDOS:

- 1.1- 1.1 Fundamentos das modalidades esportivas: natação, tênis, atletismo, e vôlei.
- 1.2- 1.2 Guia para análise da conjuntura.
- 1.3- 1.3 Planejamento.
- 1.4- 1.4 Fichas de estágio.

ATIVIDADES:

- 1.5 Apresentação dos professores e acadêmicos(as)
- 1.6 Discussão do programa de ensino
- 1.7 Diagnóstico da turma
- 1.8 Formação das equipes (duplas ou trios)
- 1.9 Distribuição dos locais

METODOLOGIA:

- 1.10 Aula expositiva/dialogada
- 1.11 Serão 5 horas de visita para análise da conjuntura, 15 horas para elaborar o planejamento para atuação.

AVALIAÇÃO:

- 1.12 Planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas (5,0 Pontos)
- 1.13 Apresentação, em seminário 1, do planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas, dia 12/04 (5,0 Pontos)

TEMA 2: Desenvolvimento do planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de natação, tênis, atletismo e vôleibol.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Desenvolver o planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de natação, tênis, atletismo e voleibol.

CONTEÚDOS:

- 2.1 Trabalhar com os alunos nas escolinhas das modalidades citadas, sendo 15 horas/aula em cada modalidade (total de 3 modalidades).

METODOLOGIA:

- 2.2 Acompanhamento do trabalho dos acadêmicos, na instituição e nos locais de estágio.

AVALIAÇÃO:

- 2.4 Relatório referente às atividades desenvolvidas nas escolinhas (5,0 Pontos); apresentação do mesmo em seminário 2 (5,0 Pontos)
- 2.5 Nota do supervisor do estágio, nas escolinhas (10 Pontos)

TEMA 3: Análise da conjuntura de um hotel, elaboração do planejamento e execução de atividades no mesmo.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Realizar a análise da conjuntura de um hotel.
- Elaborar e executar um planejamento de atividades para um hotel.

CONTEÚDOS

- 3.1 Guia para análise da conjuntura em hotéis.
- 3.2 Atividades para hotel.

METODOLOGIA:

- 3.3 Trabalho em grupos com acompanhamento dos professores.
- 3.4 Acompanhamento do trabalho nos locais de estágio.

AValiação:

- 3.5 Planejamento das atividades a serem realizadas nos hotéis; (5,0 Pontos)
- 3.6 Apresentação do mesmo em seminário 2. dia: 14 e 21/6 (5,0 Pontos)

TEMA 4: Observação de eventos e elaboração de uma proposta estrutural para o esporte nacional referente organização e gerenciamento

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Observar os eventos esportivos de vários níveis, no que se refere a organização e gerenciamento esportivo.
- Escrever uma proposta estrutural para o esporte nacional referente organização e gerenciamento esportivo.

CONTEÚDOS

- 4.1 Estrutura do esporte municipal, estadual e nacional.
- 4.2 Organização e gerenciamento do esporte.
- 4.3 Análise dos Jogos (todos grupos); análise do campeonato de bocha (um grupo), dominó (um grupo) e canastra (um grupo) na S. R. Maripituba; análise de um evento regional exemplo LARM e LAC, (três grupos); análise do evento nacional (um grupo); análise da estrutura do Criciúma S.C (um grupo) e análise do Esporte Clube Próspera (um grupo). Campeonato Juvenil de Atletismo.

METODOLOGIA:

- 4.4 Aula expositiva/dialogada.
- 4.5 Sortear os grupos para as atividades citadas acima.

AValiação:

- 4.6 Relatório da análise dos eventos e Proposta de projeção para o esporte nacional, (5,0) e apresentação da mesma em forma de pôster (5,0)
- 4.7 Auto-avaliação do aluno.

OBS.: O ACADEMICO QUE NÃO ATINGIR MÉDIA FINAL 7,0 ESTARÁ AUTOMATICAMENTE REPROVADO.

REFERÊNCIAS

- BARBER, Claude. La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona: Hispano Europa, 1986.
- GANDIN, Danilo; CRUZ, Carlos H. Carrilho. Planejamento na sala de aula. 4 ed. Porto Alegre: 2000.
- SOARES, Carmen Lúcia, [et al.]. Metodologia do ensino de educação física. São Paulo: Ed. Cortez, 1992. Coleção magistério 2. grau. Série formação do professor.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Referências utilizadas nas disciplinas anteriores.


Lorete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2021-Relatório UNESP



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Eventos Comunitários	CÓDIGO:	6456
CRÉDITOS:	02	FASE:	VI
PROFESSOR(A):	Antonio Sergio Fernandes	CARGA HORÁRIA:	36 h/aula
EMAIL:	ase@unesc.net	PERÍODO:	1º Semestre / 2007

PLANO DE ENSINO

1. MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

2. OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 66/02 do Conselho Federal de Educação Física.

3. OBJETIVO DA DISCIPLINA: Apresentar as diferentes possibilidades de eventos comunitários e suas variações, elaborando projetos e executando-os, com o propósito de vivenciá-los.

4. EMENTA DA DISCIPLINA: Fundamentação teórica para o trabalho em comunidade; Planejamento, elaboração e execução de projetos de eventos comunitários: festivais, pinceladas, rua de lazer, acampamento esportivo-cultural-recreativo, acantonamento, colônias de férias, passeio ciclistico e outros.

5. PROGRAMA

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
1- Projeto de Eventos Comunitários	12h	26.02 / 05.03 / 19.03 / 26.03 / 02.04 / 09.04
2- Execução de Eventos Comunitários	24h	16.04 / 23.04 / 30.04 / 07.05 / 14.05 / 21.05 / 28.05 / 04.06 / 11.06 / 18.06 / 25.06 / 02.07

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – Projeto de Eventos Comunitários.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Analisar os diferentes tipos de eventos comunitários, compreendendo-os.

CONTEÚDOS: Teoria de Eventos e Projetos Comunitários, Elaboração de projetos e relatórios.

METODOLOGIA: Aulas expositivas e dialogadas, Trabalho em grupo.

AVALIAÇÃO: Elaboração de projeto de Eventos Comunitários.

TEMA 2 – Execução de Eventos Comunitários.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Aprender a elaborar e a executar um projeto de evento comunitário.

1

CONTEÚDOS: Projeto Gincana (público: adolescentes); Projeto Festival de Música (público: adultos); Projeto Colônia de Férias (público: 3ª idade); Projeto Rua do Lazer: *Comemoração do dia das crianças* (público: crianças carentes); Projeto Acolhimento (público: acadêmicos da 6ª fase).

ATIVIDADES: Realização de eventos comunitários com a comunidade.

METODOLOGIA: Aulas expositivas e dialogadas, Oficinas, Aulas práticas, Trabalhos em grupo, Relatórios.

AValiação: Execução dos Eventos Comunitários; Relatório de realização de Evento Comunitário; Prova.

6. AVALIAÇÃO (Critérios e Instrumentos):

Peso 1 - Organização e participação nos eventos, na qualidade de atorador - Avaliação Individual

Peso 1 - Organização e realização do evento, na qualidade de membro da Comissão Central Organizadora - Avaliação Individual e em Grupo - Entrega do projeto e do relatório do seu evento.

Peso 1 - Organização e realização do evento Rua do Lazer - Avaliação Individual e em Grupo - Entrega do projeto e do relatório da parte do seu grupo.

7. REFERÊNCIAS BÁSICAS:

CEBSA, Cleusa G. Gímenes. *Organização de eventos: manual para planejamento e execução*, São Paulo: Summus, 1997.

CIVITATE, Hector. *Acompañamento: organização e atividades*. São Paulo, 2000.

FERREIRA, Solange e colaboradores. *Recreação, jogos, recreação*. Rio de Janeiro: Sprint, 1993.

OLIVEIRA, J. B. *Como promover eventos: cerimonial e protocolo na prática*. São Paulo: Madras, 2000.

POIT, Davi Rodrigues. *Organização de eventos esportivos*, 2ª ed. Jundiaí: Do autor, 2000.

STEINHILBER, I. *Colônia de férias: administração e organização*. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

8. REFERÊNCIAS COMPLEMENTARES:

KINCHESCKI, José Carlos. *Cerimonial hierarquia protocolo: para eventos de organizações públicas e privadas brasileiras*. Florianópolis: UDESC, 2002.

MELO NETO, Francisco Paulo de. *Marketing de Eventos*. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

MELO NETO, Francisco Paulo de. *Marketing de patrocínio*. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

REQUINA, Renato. *O lazer no Brasil*. São Paulo: Brasiliense, 1977.

SOLER, Reinaldo. *Jogos Cooperativos*. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.

Professora

Coord. Departamento

Diretoria de Graduação

CONSEPE

Loreta Tassin Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria 147/2001-Relação UNESG



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - GRADE 1



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	Metodologia do Basquetebol	CODIGO:	6454
		FASE:	6ª fase
CRÉDITOS:	03	CARGA HORÁRIA:	54 h/aula
PROFESSOR (A):	Iruan Teixeira	PERÍODO:	M/ 1º semestre de 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para atuarem como docentes na educação infantil e educação básica e socializar o conhecimento científico da cultura do movimento humano acumulado historicamente pela humanidade, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e a melhoria da qualidade de vida".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar através da mediação dos conhecimentos e conteúdos envolvidos no processo, embasamento suficiente ao acadêmico para educar através dos movimentos do basquetebol, baseados nos princípios formativos dos valores morais e éticos, além de promover a inclusão social na busca da melhoria da qualidade de vida da sociedade.

EMENTA: O Basquetebol no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos dos fundamentos que levem a uma aprendizagem e aprimoramento do Basquetebol. Sistemas de jogo. Regras oficiais, arbitragem e súmula.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	N.º AULAS	DATAS
1 - Histórico e evolução do Basquetebol no Brasil e no mundo; Evolução do jogo e do esporte; Regras Oficiais do Basquetebol, súmula e mecânica de arbitragem (FIBA)	09	26 de Fevereiro de 2007, 05 e 12 de Março de 2007.
2 - Aprendizagem das condutas básicas do Basquetebol	06	19 e 26 de Março de 2007, (Dia 26: Avaliação)
3 - Aprendizagem dos Fundamentos do basquetebol: Manejo corporal; Manejo de bola; Passe; Driblu; Arremesso; Rebote;	15	02, 09, 16, 23 e 30 de Abril de 2007, (Dia 30: Avaliação)
4 - Sistema Tático Defensivo (a) - Posicionamento, Utilização, vantagens e desvantagens; Sistema Tático Ofensivo (b) - Posicionamento, Utilização, vantagens e desvantagens	18	07, 14, 21 e 28, Maio de 2007, 04 e 11 de Junho de 2007.
5 - A Prática como componente curricular	06	18 e 25 de Junho de 2007.

TEMAS/OBJETIVOS/ CONTEÚDOS/ ATIVIDADES/ METODOLOGIA/ AVALIAÇÃO

TEMA 1 – HISTÓRICO E EVOLUÇÃO DO BASQUETEBOL NO BRASIL E NO MUNDO; REGRAS OFICIAIS DO BASQUETEBOL; SÚMULA E MECÂNICA DE ARBITRAGEM.

1.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1.1.1 Conhecer a origem do basquetebol;
- 1.1.2 Conhecer as principais regras;
- 1.1.3 Apropriar conhecimentos referentes a origem e evolução do basquetebol mundial e brasileiro;
- 1.1.4 Compreender os significados e o preenchimento da súmula oficial de Basquetebol.

1.2 CONTEÚDOS:

- 1.2.1 Origem do Basquetebol;
- 1.2.2 Origem do basquetebol no Brasil, principais equipes e campeonatos nacionais e internacionais;
- 1.2.3 Regras Oficiais de Basquetebol.

1.3 ATIVIDADES:

- 1.3.1 apresentação do professor e acadêmicos;
- 1.3.2 apresentação do programa de ensino;
- 1.3.3 apresentação dos temas: histórico / origem;
- 1.3.4 Trabalho de pesquisa da origem e das principais regras do Basquetebol.

1.4 METODOLOGIA:

- 1.4.1 trabalho em grupos de pesquisa, seminário e de confecção de painéis para exposição.

1.5 AVALIAÇÃO:

- 1.5.1 Acompanhamento dos conteúdos escritos e confeccionados pelos grupos;
- 1.5.2 Verificação dos recursos materiais utilizado pelo grupo, sua organização e criatividade de exposição;
- 1.5.3 ordem e lição na exposição.

TEMA 2 – APRENDIZADO DAS CONDUTAS BÁSICAS DO BASQUETEBOL.

2.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 2.1.1 Desenvolver as capacidades gerais do jogo: inteligência, percepção, coordenação, criatividade, visão periférica, concentração;
- 2.1.2 Desenvolver valores humanos necessários para a prática de jogos coletivos: respeito, solidariedade, justiça, tolerância, alegria, amizade;
- 2.1.3 Oportunizar atividades recreativas para despertar o gosto pela modalidade.

2.2 CONTEÚDOS:

- 2.2.1 a experimentação do objeto do jogo, primeiro contato com a bola;
- 2.2.2 conhecendo o basquetebol;
- 2.2.3 grandes e pequenos jogos para despertar o gosto pela modalidade;

2.3 ATIVIDADES:

- 2.3.1 adaptação a bola solo e em grupos;
- 2.3.2 atividades com material alternativo: bolas de tênis, mini-cestas de basquetebol, bolas variadas, implementos para imitar trajetória da bola em direção a cesta, etc.
- 2.3.3 jogos em equipes sem a necessidade do aparato ideal do basquetebol (tabela, cesta, linhas, etc.);
- 2.3.4 sugestões de atividades conforme a idade cronológica e/ou o amadurecimento motor da criança.

2.4 METODOLOGIA:

- 2.4.1 aula expositiva e dialogada;
- 2.4.2 atividades individuais, em duplas, pequenos e grandes grupos;
- 2.4.3 atividade práticas criadas pelos acadêmicos;
- 2.4.4 adaptação para o basquetebol dos jogos e brincadeiras conhecidas das crianças.

2.5 AVALIAÇÃO:

- 3.5.1 observar os indicadores: participação, interesses, respeito, cooperação, assiduidade, responsabilidade;
- 3.5.2 participação;
- 3.5.3 trabalhos desenvolvidos em duplas;

TEMA 3 – APRENDIZADO DOS FUNDAMENTOS DO BASQUETEBOL.

3.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 3.1.1 conhecer para ensinar os fundamentos do basquetebol da iniciação ao aperfeiçoamento;
- 3.1.2 despertar o interesse e o gosto da criança pelo basquetebol;
- 3.1.3 oportunizar atividades relativas a maturidade psicomotora da criança;
- 3.1.4 Compreender a aplicabilidade dos fundamentos no treinamento do basquetebol

3.2 CONTEÚDOS:

- 3.2.1 atividades recreativas e técnicas para apropriação e domínio dos movimentos fundamentais do basquetebol: (controle de bola, drible, passe, bandeja, finta, arremesso e rebote)
- 3.2.2 conhecer para ensinar a sequência pedagógica dos fundamentos
- 3.2.3 Aprender para ensinar a execução correta dos elementos fundamentais do basquetebol
- 3.2.4 atividades e jogos que oportunizam o desenvolvimento das habilidades motoras necessárias para o basquetebol

3.3 ATIVIDADES:

- 3.3.1 a teoria dos fundamentos básicos;
- 3.3.2 jogos pré-desportivos que imitam o movimento dos fundamentos
- 3.3.3 jogos adaptados relativos aos fundamentos: street-ball, vinta e um (parado e corrido), mini basquetebol, etc.
- 3.3.4 os fundamentos sob o ponto de vista técnico
- 3.3.5 educativos de adaptação as passadas e aos tempos rítmicos
- 3.3.6 educativos para o arremesso em jump

3.4 METODOLOGIA:

- 3.4.1 aula expositiva dialogada
- 3.4.2 trabalhos em grupos
- 3.4.3 atividades práticas

3.5 AVALIAÇÃO:

- 3.5.1 participação nas aulas
- 3.5.2 observação da criatividade
- 3.5.3 apresentação de atividades desenvolvidas pelos acadêmicos.

TEMA 4 (a) – SISTEMA DEFENSIVO

4.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 4.1.1 conhecer os diferentes tipos de marcação e sua aplicação em diversas situações em equipes escolares além de desenvolver o raciocínio, a destreza, a cooperação e a visão educativa;

4.2 CONTEÚDOS:

- 4.2.1 - Marcação Zona
 - . Tipos: 2,1,2; 1,2,2; 3,2; 1,3,1; 2,3;
- 4.2.2 - Marcação individual
 - . Tipos: pressão, agressiva e flutuante.
- 4.2.3 - Marcação mista
 - . Tipos: Box-and-one, diamante e triângulo.
- 4.2.4 - Nomenclatura das posições.
- 4.2.5 - Característica de cada jogador e posição de defesa.
- 4.2.6 - Gráficos por setor de marcação conforme posição da bola.
- 4.2.7 - Vantagens e desvantagens das marcações Zona e Individual.

4.3 ATIVIDADES:

- 4.3.1 Apresentação do professor e turma;
- 4.3.2 Apresentação do programa de ensino;
- 4.3.3 Apresentação teórica e prática dos sistemas defensivos
- 4.3.4 Práticas de Mini jogos, grandes jogos e jogos pré-desportivos

- 4.3.5 Fixação do posicionamento defensivo através do elástico tensionado
- 4.3.6 Prática de atividades materiais alternativos (holas, elásticos, móveis, etc)

4.4 METODOLOGIA:

- 4.4.1 Aula expositiva/dialogada;
- 4.4.2 Atividades em duplas, trios e grupo, teórico / prático;
- 4.4.3 Exibição de vídeos ilustrativos (jogos)
- 4.4.4 Estudo e discussão de jogos em vídeo e/ou ao vivo.

4.5 AVALIAÇÃO:

- 4.5.1 Avaliação do sistema defensivo na prática, na apresentação das equipes;
- 4.5.2 Observando na apresentação da equipe;
- 4.5.3 Participação no treinamento da equipe;
- 4.5.4 Trabalhos de grupos mostrando a eficiência e deficiência de cada marcação

TEMA 4 (b) – SISTEMA OFENSIVO

4.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 4.1.1 Conhecer os diferentes tipos de jogadas conforme o tipo de marcação para aplicação em diversas situações em equipes escolares, além de desenvolver o raciocínio, a destreza, a cooperação e a visão educativa.

4.2 CONTEÚDOS:

- 4.2.1 Nomenclatura das posições de ataque
- 4.2.2 Característica de cada jogador e posição
- 4.2.3 Legenda universal dos gráficos;
- 4.2.4 Mini-jogos contra marcação zona
- 4.2.5 Mini-jogos contra marcação individual
- 4.2.6 Jogos pré-desportivos para fixação do posicionamento ofensivo

4.3 ATIVIDADES:

- 4.3.1 Apresentação teórica e prática das jogadas contra marcação individual e zona
- 4.3.2 Prática de jogos pré-desportivos, mini jogos e grandes jogos;
- 4.3.3 Prática com materiais alternativos

4.4 METODOLOGIA:

- 4.4.1 aula expositiva/dialogada;
- 4.4.2 atividades em duplas, trios e grupos; teórico prático;

4.5 AVALIAÇÃO:

- 4.5.1 avaliação das jogadas tradicionais na prática na apresentação da equipe;
- 4.5.2 avaliação de uma jogada criada em dupla;
- 4.5.3 observação da apresentação da equipe
- 4.5.4 Trabalhos de grupos mostrando a eficiência e deficiência de cada jogada

TEMA 5 – A PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

5.1 OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 5.1.1 Vivenciar a prática de ensino com os colegas de classe;
- 5.1.2 Experimentar a prática do basquetebol em todas as suas variações.

5.2 CONTEÚDOS:

- 5.2.1 Atividades práticas de ensino do basquetebol para a apropriação dos fundamentos do esporte e suas técnicas e táticas.

5.3 ATIVIDADES:

2

5.3.1 Circuito organizado pelos acadêmicos do curso para cada fundamento do basquetebol aplicado a crianças de escolinha de basquetebol.

5.3.2 Jogos, atividades e pré-desportivos criados pelos próprios alunos aplicadas na prática aos colegas de classe e para crianças da escolinha.

5.4 METODOLOGIA:

5.4.1 trabalho em circuito envolvendo acadêmicos, professor da disciplina e alunos de escolinhas de basquetebol.

5.4.2 aulas práticas desenvolvidas pelos acadêmicos

5.5 AVALIAÇÃO:

5.5.1 Desempenho das atividades propostas pelos acadêmicos.

5.5.2 Estrutura das atividades propostas pelos acadêmicos.

BIBLIOGRAFIA

- DAILTO, Moacyr. Basquete: Metodologia do ensino. 6 ed. São Paulo: Hemus, 1991.
- NEGRINE, Ailton. Educação Física e Desporto. 1990
- CAVALLARI, Vinícius Ricardo. Trabalhando com Recreação. 1993.
- Regras Oficiais de Basquetebol: 2001 – 2002. Rio de Janeiro: Sprint 2001.
- Regras Oficiais de Basquetebol: 1995-1997. Rio de Janeiro: Sprint
- Brasil Ministério da Educação e Cultura. Secretaria de Educação Física e Desportos. Caderno técnico-didático: Basquetebol, coletânea. Brasília: MEC.

COMPLEMENTAR

- Melhem, Alfredo. Brincando e aprendendo basquetebol: Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
- ALMEIDA, Marcos Bezerra de. Basquetebol 1000 exercícios. Rio de Janeiro: Sprint, 1999.
- ALMEIDA, Marcos Bezerra de. Basquetebol: iniciação. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

Larete Tassia Marcela
Secretaria Acadêmica
Petrópolis 1997-2001 - Petrópolis UNESP



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	Metodologia do Voleibol	CÓDIGO:	6455
CRÉDITOS:	03	FASE:	6ª
PROFESSOR(A):	Joni Marcio de Farias	CARGA HORÁRIA:	54 h/a
E-MAIL:	jmf12@unesc.net	PERÍODO:	M/ 1º semestre de 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientifica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Contribuir para a formação de alunos crítico participativo, proporcionando a eles o conhecimento sobre a história, as regras, os fundamentos e os sistemas mais utilizados no Voleibol, para que o mesmo tenha condições de repassar esse conhecimento adquirido.

EMENTA: O Voleibol no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos que levam a uma aprendizagem dos fundamentos do Voleibol. Sistemas de jogo. Regras oficiais, arbitragem e simulação.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
Apresentação do plano de ensino	03	27/02/06
Histórico e regras	03	06/03/06
Definição de termos e fundamentos	03	13/03/06
Estágios para aprendizagem do voleibol	03	20/03/06
Processo pedagógico do voleibol		
Atividades de coordenação motora	06	27/03/06 – 03/04/06
Jogos pré-desportivos	06	10 – 17/04/06
Fundamentos de toque por cima, manchete, saque por baixo e por cima, cortada e bloqueio	18	24/04/06 – 08-15-22-29/05/06 – 05/06/06
Sistemas táticos no voleibol	15	12 – 19 – 26/06/06 – 03-10/07/06

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – APRESENTAÇÃO DO PLANO DE ENSINO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Apresentar e discutir o plano de ensino junto com os acadêmicos.

CONTEÚDO: Apresentação de todo o conteúdo a ser estudado durante o semestre letivo.

ATIVIDADES: aula teórica

METODOLOGIA: Por meio de data show

AVALIAÇÃO: não tem avaliação

TEMA 2 – HISTÓRICO E REGRAS

OBJETIVO ESPECÍFICO: conhecer a origem do esporte, entender as regras para poder praticar o esporte na iniciação ao alto nível, aprendizagem do preenchimento da súmula de jogo.

CONTEÚDOS: Histórico, Regras e Súmula.

ATIVIDADES: Relatório das atividades, apresentação do relatório.

METODOLOGIA: Aula teórica, pesquisa bibliográfica.

AVALIAÇÃO: Apresentação dos trabalhos.

TEMA 3 – DEFINIÇÃO DE TERMOS E FUNDAMENTOS

OBJETIVO ESPECÍFICO: Definição de termos para o conhecimento da modalidade e das nomenclaturas utilizadas.

CONTEÚDOS: Definições de tática, deslocamentos, movimentações.

ATIVIDADES: Conhecimento sobre estes conceitos.

METODOLOGIA: Aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: não haverá

TEMA 4 – ESTÁGIOS PARA APRENDIZAGEM DO VOLEIBOL. PROCESSO PEDAGÓGICO DO VOLEIBOL.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer os estágios e as formas pedagógicas para o desenvolvimento do voleibol desde a iniciação até o alto nível.

CONTEÚDOS: Os estágios para a aprendizagem do voleibol, processo metodológico e pedagógico para a aprendizagem do voleibol.

ATIVIDADES: método progressivo associativo; dinâmico paralelo; exercícios formativos, educativos e de automatização.

METODOLOGIA: Aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: avaliação por meio de prova individual

TEMA 5 – ATIVIDADES DE COORDENAÇÃO MOTORA

OBJETIVO ESPECÍFICO: demonstrar e criar exercícios de coordenação relacionados ao voleibol.

CONTEÚDOS: todos os tipos de exercícios de coordenação, do simples ao combinado.

ATIVIDADES: exercícios formativos

METODOLOGIA: aulas práticas

AVALIAÇÃO: apresentação de trabalho em grupo.

TEMA 6 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

OBJETIVO ESPECÍFICO: Utilizar o método de jogos pré-desportivos para o aprendizado do voleibol.

CONTEÚDOS: Bola Voadora; Newton; Voleibol com dupla jogada; Mini vôlei e Baby vôlei; Voleibol no escuro; Vôlei com um toque no chão; Vôlei com quadra móvel; Vôlei em quatro quadras; Vôlei com diversas bolas.

ATIVIDADES:

METODOLOGIA: Aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: apresentação de trabalho em grupo.

TEMA 7 – FUNDAMENTOS DO VOLEIBOL

OBJETIVO ESPECÍFICO: Apresentar todos os fundamentos utilizados no voleibol. Fazer com que os acadêmicos possam aplicar este conteúdo na prática.

CONTEÚDOS: Toque por cima; manchete; saque por baixo e por cima; cortada e bloqueio.

METODOLOGIA: por meio de aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: prova individual.

TEMA 8 – SISTEMAS TÁTICOS DE VOLEIBOL

OBJETIVO ESPECÍFICO: desenvolver os sistemas táticos mais utilizados no voleibol, contribuindo para a formação de uma equipe.

CONTEÚDOS: sistemas de passe; sistemas de ataque; sistema de apoio no ataque e sistema defensivo.

METODOLOGIA: aulas teóricas e práticas.

AVALIAÇÃO: por meio de um trabalho em grupo (apresentação de uma equipe de competição).

BIBLIOGRAFIA

- 1- American Sport Education Program. Ensinando Voleibol para Jovens. 1992.
- 2- ARAÚJO, Jorge Barros de. Voleibol Moderno: Sistema Defensivo. 1994.
- 3- BORSARI, José Roberto. Voleibol – Fundamentos, Aulas, Circuitos, Exercícios e Adaptação. 1989.
- 4- BOJIKIAN, João Crisóstomo Marcionides. Ensinando Voleibol. 1999.
- 5- CARVALHO, Otto Moravia de. Galeria Técnica Distúico. 1982.
- 6- CARVALHO, Otto Moravia de. Voleibol, 1000 Exercícios. 1993.
- 7- DE ARAÚJO, Jorge Barros. Voleibol Moderno. 1994.
- 8- FRASCINO, José. O jogador e Equipe. Hemus. 1985.
- 9- KAPLAN, Odirich. Voleibol – A atual, Técnica, Tática em Treinamento. 1990.
- 10- KISHIMOTO, Tizuka Mochida. Jogos Tradicionais Infantis. 1994.
- 11- Manual do Treinador. C.B.V. – MEC. 1993.
- 12- Regras Oficiais de Voleibol – 2002.


Loreta Pasca Marcos
Secretária Acadêmica
Rolaria 1402621-Paraná/PR



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	Treinamento Desportivo	CÓDIGO:	6453
CRÉDITOS:	03	FASE:	6ª
PROFESSOR(A):	Joni Marcio de Farias	CARGA HORÁRIA:	54h/a
		PERÍODO:	M/ 1º semestre / 2007

MISSÃO DA UNESC: Promover o Desenvolvimento Regional para Melhorar a Qualidade do Ambiente de Vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO DA DISCIPLINA: Oferecer conhecimentos gerais sobre treinamento desportivo, fazendo com que os alunos relacionem outras disciplinas, como fisiologia do exercício, medidas de avaliação com o treinamento desportivo, organizando um planejamento esportivo para diversas modalidades esportivas.

EMENTA: Processo histórico do treinamento. Princípios do treinamento esportivo. Métodos de condicionamento físico. Características de diferentes planos de treinamento. Organização de macro, meso, microciclo e sessões de Treinamento

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
Definição de termos; História e objetivos do treinamento desportivo	03	21/02/06
Princípios do Treinamento Desportivo	06	07-14/03/06
Conteúdos do treinamento desportivo	06	21 - 28/03/06
Seleção dos exercícios e capacidade de rendimento	06	04-11/04/06
Componentes da carga de treinamento	15	18-25/04/06 - 02-09/05/06
Periodização do treinamento desportivo	20	16-23-30/05/06 - 06-13-20-27/06/06

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 01- DEFINIÇÃO DE TERMOS; HISTÓRIA E OBJETIVOS DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificar as principais escolas de treinamento e suas filosofias para alcançar o ápice esportivo e os objetivos do treinamento, compreender os conceitos definições e determinar os objetivos para o rendimento físico.

CONTEÚDO:

História do Treinamento Desportivo;
Principais Escolas de Treinamento Desportivo;
Definição de Termos
Objetivos do Treinamento Desportivo

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas

AValiação:

Será realizada juntamente com outro conteúdo.

TEMA 02 - PRINCÍPIOS DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer todos os princípios que norteiam o treinamento desportivo, compreendendo como melhorar e manter uma performance física.

CONTEÚDO:

Conhecimento dos Princípios da: Individualidade; Adaptação; Sobrecarga; Carga; Supercompensação; Continuidade; Especificidade; Reversibilidade; Progressão; Detecção de Fadiga; Recuperação,

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AValiação:

Avaliação escrita, individual sobre os temas 01 e 02

TEMA 03 – CONTEÚDOS DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Saber o que deve se levar em conta na escolha dos exercícios, qual o tipo de exercício.

CONTEÚDO:

Finalidade, Economia e Eficácia na seleção dos exercícios.

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AValiação:

Será aplicada no próximo conteúdo.

TEMA 04 – SELEÇÃO DOS EXERCÍCIOS E CAPACIDADE DE RENDIMENTO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer e estabelecer uma relação entre o tipo de exercício e a fase de treinamento, incluindo o cuidado com as cargas de treinamento.

CONTEÚDO:

Seleção de exercício para desenvolvimento geral, especial e de competição.
Estímulo, carga.

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas

AVALIAÇÃO:

Trabalho em grupo sobre os exercícios que podem ser utilizados em um treinamento em forma de circuito de acordo com cada fase de treinamento.

TEMA 05 – COMPONENTES DA CARGA DE TREINAMENTO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Compreender as como determinar as cargas de treinamento e quais os efeitos que determinado tipo de exercício pode proporcionar.

CONTEÚDO:

Volume, intensidade, duração, frequência da carga de treinamento
Tipos e efeitos do treinamento desportivo (efeito imediato e posterior)

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AVALIAÇÃO:

Será realizada no próximo conteúdo.

TEMA 06 – PERIODIZAÇÃO DO TREINAMENTO DESPORTIVO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Aprender como se organiza um calendário esportivo, de acordo com modelos já aprovados, além de diagnosticar as diferenças entre períodos e planificação de treinamento, usando como exemplo uma periodização simples.

CONTEÚDO:

Planificação do treinamento: Seção de treino, microciclo, mesociclo, macrociclo e megaciclo.
Períodos de Treinamento: Pré-preparatório, Preparatório, Específico, Competitivo e Transitório
Periodização Simples

METODOLOGIA:

Através de aulas teóricas e práticas

AVALIAÇÃO:

Avaliação em forma de prova dos temas 5 e 6;
Desenvolvimento e apresentação de um trabalho de todo o conteúdo, em forma de um planejamento anual.

Bibliografia básica:

1. BOMPA, Tudor. *Treinando Atletas de Desporto Coletivo*, Ed. Phorte, São Paulo, 2005

2. ZAKHAROV, Andrei; GOMES, Antonio Carlos. **Ciência do treinamento desportivo**. 2. ed. atual e ampl. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 2003. 338 p. ISBN 8572860053
3. FILIN, Vladimir Pavlov; GOMES, Antonio Carlos; SILVA, Sérgio Gregório da. **Desporto juvenil: teoria e metodologia**. Londrina: Centro de Informações Desportivas, 1996. 157 p.
4. BOMPA, Tudor O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. São Paulo: Phorte Editora, 2002. 423 p.
5. BOMPA, Tudor O. **Treinamento total para jovens campeões**. São Paulo: Manole, 2002. 248 p.
6. GOMES, Antonio Carlos. **Treinamento desportivo: estruturação e periodização**. Porto Alegre: ArtMed, 2002. 205 p.

Bibliografia complementar:

7. ENOKA, Roger M. **Bases neuromecânicas da cinesiologia**. 2. ed São Paulo: Manole, 2000. 450 p.
8. ESCALISSIO, Humberto. **Condicionamento físico: 1000 exercícios**. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 381 p. FORTEZA DE LA ROSA, Armando. **Treinamento desportivo carga, estrutura e planejamento**. São Paulo: Phorte Editora, 2001. 140 p.
9. PETERSON, Lars. **Lesões do esporte: prevenção e tratamento**. 3.ed São Paulo: Manole, 2002. 534 p.
10. VOLKOV, Nicolai Ivanovich. **Teoria e prática do treinamento intervalado no esporte**. Campinas, SP: Multiesportes, 2002. 215 p.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


 Lorete Tasso Marcos
 Secretária Acadêmica
 Portaria nº47/2021-Regional/UEFS



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ 3
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Tática dos Esportes Coletivos	CÓDIGO:	7321
CRÉDITOS:	02	FASE:	8ª
PROFESSOR(A):	Carlos Augusto Euzébio	CARGA HORÁRIA:	36h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: "Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida."

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar o entendimento dos conceitos táticos dos esportes coletivos e sua metodologia de ensino.

EMENTA

Fundamentação teórica e metodologia de ensino da tática dos esportes coletivos

PROGRAMA DE ATIVIDADES

Tema	Nº de aulas	Datas
Tema 1 – Conceituação, estudo e aplicação das Táticas: Apresentação e discussão do plano de ensino Táticas de Defesa, ataque, transição, pressão e situações especiais.	14	02/09, 16, 23 e 30/08 06 e 20/09
Tema 2 – Seminário de Táticas Debate sobre Futsal, Handebol, basquetebol/voleibol	06	27/09 11 e 18/10
Tema 3 – A prática como componente curricular Metodologia do ensino da tática	12	25/10 01, 08, 22, 29/11 06/12
Avaliação	04	13/09 e 13/12

TEMA 1- CONCEITUAÇÃO, ESTUDO E APLICAÇÃO DAS TÁTICAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Apresentar os principais conceitos táticos dos esportes coletivos, suas aplicações e variações.

ATIVIDADES:

- ❖ Apresentação do professor e dos acadêmicos e acadêmicas
- ❖ Definição de acordos para o semestre
- ❖ Apresentação do plano de ensino
- ❖ Aulas expositivas e práticas

METODOLOGIA:

- ❖ Debates em sala de aula
- ❖ Aulas dialogadas – Problemática dos temas

4

AValiação:

- ❖ Avaliação escrita individual (Valor: 10,0)

TEMA 2 - SEMINÁRIO DE TÁTICAS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Debater e aprofundar o conhecimento tático das modalidades de futsal, vôlei e basquetebol.

ATIVIDADES:

- ❖ Seminário sobre as modalidades de futsal, vôlei e basquetebol.

Avaliação

- ❖ Apresentação no seminário do trabalho desenvolvido.

TEMA 3 – A PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

Metodologia do ensino da tática e organização de situações de jogo para aplicação das táticas.

AValiação:

- ❖ Avaliação escrita individual (Valor: 10,0)

BIBLIOGRAFIA

1. BAYER, Claude. O ensino dos desportos coletivos. Lisboa: Dinalivros, 1994.
2. MITTI, Daniel. Futsal da iniciação ao alto nível. São Paulo: Brasipal, 1999.
3. PRIMO, Giancarlo. Baloncesto la defensa. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A., 1986.
4. SHONDELL, Donald S.; REYNAUD, Cecile. A bíblia do treinador de vôlei. Porto Alegre: Armed, 2005.
5. VISINTAINER, Jorge; WEBER, Ivan Hingo. O império do contra-ataque. Porto Alegre: Ed Sulina, 1989.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO



Lorete Tusco Marcos

Secretária Acadêmica

Protocolo nº 47/2021, Retorno, 16/05/21



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Educação Física, Mídia e Marketing	CÓDIGO:	6461
CRÉDITOS:	02	FASE:	7ª
PROFESSOR(A):	Vânia Vitorio	CARGA HORÁRIA:	36 h/a
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar oportunidade sistematizada de produção/socialização de conhecimentos sobre as relações entre Educação Física, mídia e marketing esportiva, compreendendo seu processo histórico e sócio-cultural e interferências na percepção da imagem corporal e consumo ligado ao esporte.

EMENTA: Processo histórico e sócio-cultural da Educação Física e do esporte vinculado a mídia, comércio e esporte, percepção da imagem corporal, o consumo ligado ao esporte, Marketing no esporte.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
1-Relação Educação Física, esporte, mídia e marketing	08	03, 14, 21, 28 agosto
2-Sistematização e produção de conhecimentos sobre a mídia/ educação física	12	04, 11, 18, 25 setembro 02, 09 outubro
3-Comércio e consumo relacionado a educação física e esporte	04	16, 23 outubro
4-Projetos de marketing e de patrocínio na esfera da educação física	12	30 outubro 06, 13, 20, 27 novembro 11 dezembro

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 - A RELAÇÃO EDUCAÇÃO FÍSICA, ESPORTE, MÍDIA E MARKETING

OBJETIVO ESPECÍFICO: Delimitar e constituir base teórica preliminar para estudos sobre a relação Educação Física, esporte, mídia e marketing.

CONTEÚDO:

- Conceito da Educação física, esporte, mídia e marketing
- O esporte na educação física
- Contexto e características da mídia brasileira;
- O discurso midiático enquanto texto/contexto de análise da relação esporte-mídia
- A formação da cultura esportiva na sociedade globalizada/midiática;

ATIVIDADES:

- Identificação dos conhecimentos prévios dos alunos sobre o tema
- Apresentação e discussão do plano de ensino
- Textos para leitura, análise, discussão e reflexão
- Formação de grupos para sistematização e produção de mídia

METODOLOGIA:

- Trabalhos individuais e em grupos
- Aula expositiva e dialogada

- Produção midiática

AVALIAÇÃO:

- Avaliação individual
- Produção midiática

TEMA 2 - SISTEMATIZAÇÃO E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTOS SOBRE A MÍDIA EDUCAÇÃO FÍSICA

OBJETIVO ESPECÍFICO: Sistematizar e produzir conhecimentos sobre a mídia/educação física

CONTEÚDO:

- Compreendendo a mídia local
- estrutura e funcionamento da mídia da região
- A educação física e o esporte na mídia
- Produção de mídia

ATIVIDADES:

- Estudo e pesquisa em rádio, tv, e jornais das veiculações sobre educação física
- Palestra com assessor de imprensa
- Visita a estúdio de tv e rádio
- Produção e análise de recursos midiáticos

METODOLOGIA:

- Trabalhos em grupos
- Aula expositiva e dialogada
- Pesquisa
- Saída a campo

AVALIAÇÃO:

- Análise da pesquisa
- Produção dos recursos midiáticos

TEMA 3 - COMÉRCIO E CONSUMO RELACIONADO A EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

OBJETIVO ESPECÍFICO: Refletir sobre o comércio e o consumo relacionados a educação física e o esporte

CONTEÚDO:

- Causas e consequências do comércio e consumo na educação física e esporte
- Marketing e comércio esportivo

ATIVIDADES:

- Estudo de textos e projetos

METODOLOGIA:

- Trabalhos individuais e em grupos
- Aula expositiva e dialogada

AVALIAÇÃO:

- Participação teórico-prática

TEMA 4 - ELABORAÇÃO E APRESENTAÇÃO DE PROJETO DE MARKETING E PATROCÍNIO

OBJETIVO ESPECÍFICO: Elaborar e apresentar projetos de marketing e patrocínio

CONTEÚDO:

- Marketing, patrocínio e patrocínio esportivo
- Projeto de marketing e patrocínio

ATIVIDADES:

- Estudos de projetos

- Elaboração e apresentação de projetos

METODOLOGIA:

- Trabalhos individuais
- Aula expositiva e dialogada

AValiação:

- Elaboração e apresentação dos projetos

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR:

OBJETIVO ESPECÍFICO: Produzir e divulgar mídia/marketing nos eventos do curso durante o semestre.

CONTEÚDO:

- Produção e exposição de mídia e marketing nos eventos

ATIVIDADES:

- Produção midiática nos eventos do curso da disciplina
- Produção de marketing para eventos do curso

AValiação:

- Produção e apresentação das produções

AValiações NO SEMESTRE:

PROVA INDIVIDUAL – 10,00

PROJETO DE MÍDIA – 10,00

PROJETO DE MARKETING – 10,00

PROJETO DE PATROCÍNIO – 10,00

OBS: A RECUPERAÇÃO SERÁ DE CONTEÚDO, ACONTECERÁ ANTES DA PROVA E NA SUA ENTREGA E DURANTE TODO O PROCESSO DE ELABORAÇÃO DOS PROJETOS

BIBLIOGRAFIA

- BEUONI, Maria Lúcia. *O que é mídia-educação?* Campinas: Autores Associados, 2001.
 CARDIA, Wesley. *Marketing e patrocínio esportivo*. São Paulo: Artmed, 2004.
 QUARESCHI, Pedrinho A. BIZ, Osvaldo. *Mídia & democracia*. Porto Alegre: P.G. O.U, 2005.
 PETERS, Tom. *A busca do uau!* São Paulo: Harbés, 1997.
 RIES, AL. TROUT, Jack. *Marketing de Guerra*. São Paulo: Makron Books, 1989.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- BETTL, Mauro. *Violência em campo: dinheiro, mídia e transgressão às regras no futebol espetáculo*. Join: UNIJU, 1999.
 _____. *Janela de vidro: educação física, esporte e televisão*. Campinas: Papirus, 1998.
 ECO, Umberto. *Viagem na irreversibilidade católica*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1988.
 FERRES, Jean. *Televisão e educação*. Porto Alegre: ARTMED, 1996.
 LANNI, Otávio. *Teorias da globalização*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1995.
 ORTIZ, Renato. *Mundialização e cultura*. São Paulo: Brasiliense, 1994.

 ASSINATURA PROFESSOR

 ASS. COORD. DO CURSO

 Lorete Tasca Marcos
 Secretária Acadêmica
 Portaria nº 97/2021-Relatoria/UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Estágio III	CODIGO:	6451
CRÉDITOS:	06	FASE:	7ª
PROFESSOR:	Antonio Sérgio Fernandes	CARGA HORÁRIA:	108
EMAIL:	afe@unesc.net	PERÍODO:	2º semestre 2007
		TELEFONES:	9993-9333 3433-6654

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVOS DA DISCIPLINA: Elaborar o planejamento, baseado na observação do trabalho dos profissionais, para executá-lo durante o semestre, referente a atividades de iniciação esportiva, arbitragem e atividades em espaços públicos.

EMENTA: Observação, planejamento e execução de atividades relacionadas a iniciação esportiva; arbitragem, simulação, atividades em espaços públicos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1. Aperfeiçoamento das regras (modalidades: natação, tênis, atletismo, voleibol, basquetebol, handebol, futebol).	22	03/08 – 10/08 – 17/08 – 24/08
2. Observação da utilização dos espaços da UNESC e asilo para a prática de atividades físicas; elaboração do planejamento de atividades.	04	24/08
3. Desenvolvimento do planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de basquetebol, handebol, futebol.	14	31/08 – 14/09 – 21/09
4. Execução de atividades na UNESC, asilo São Vicente de Paulo e hospital.	60	28/09 – 06/10 – 20/10 – 27/10 – 09/11 – 16/11 – 23/11 – 30/11
5. Avaliação: planejamento das atividades a serem realizadas nas escolinhas esportivas; planejamento das atividades a serem realizadas no asilo e hospital; seminário de regras; auto-avaliação; relatório final e nota do supervisor de estágio.	08	07/12 – 14/12

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 - APERFEIÇOAMENTO DAS REGRAS (MODALIDADES: NATACÃO, TÊNIS, ATLETISMO, VOLEIBOL, BASQUETEBOL, HANDEBOL, FUTEBOL)

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Discutir o programa de ensino
- Aprofundar o conhecimento das regras das modalidades em questão.

CONTEÚDOS:

- Regras oficiais e atualização das alterações

ATIVIDADES:

- Apresentação dos professores e acadêmicos(as)
- Discussão do programa de ensino
- Formação das equipes
- Apresentação das regras pelas equipes

METODOLOGIA:

- Seminário de regras

AValiação:

- Apresentação no seminário

TEMA 2 - OBSERVAÇÃO DA UTILIZAÇÃO DOS ESPAÇOS DA UNESC, CLUBES DE IDOSOS DA AFASC E HOSPITAIS E OUTROS LOCAIS QUE OFERECAM ESCOLINHAS DESPORTIVAS DE INICIAÇÃO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS. ELABORAÇÃO DO PLANEJAMENTO DE ATIVIDADES

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Realizar a análise de conjuntura dos espaços da UNESC e dos outros locais

CONTEÚDOS:

- Análise de conjuntura

METODOLOGIA:

- Acompanhamento do trabalho dos acadêmicos na instituição

AValiação:

- Trabalho sobre análise de conjuntura

TEMA 3 - DESENVOLVIMENTO DO PLANEJAMENTO NAS ESCOLINHAS ESPORTIVAS NAS MODALIDADES DE BASQUETEBOI, HANDEBOL, FUTEBOL/FUTSAL E ATIVIDADES COM IDOSOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Desenvolver o planejamento nas escolinhas esportivas nas modalidades de basquetebol, handebol, futebol/futsal
- Desenvolver planejamento de atividades com idosos considerando a realidade percebida
- Construir o planejamento de atuação

CONTEÚDOS:

- Metodologia do ensino das modalidades
- Atividades com idosos: limites e possibilidades
- Planejamento das modalidades

METODOLOGIA:

- Trabalho em grupos com acompanhamento dos professores

AValiação:

- Planejamento das atividades a serem realizadas
- Participação e intervenção nas atividades planejadas

TEMA 4 - EXECUÇÃO DE ATIVIDADES NA UNESC E NOS OUTROS LOCAIS ESCOLHIDOS PELOS ACADÊMICOS

2

CONTEÚDOS:

- Metodologia do ensino das modalidades
- Atividades com idosos
- Atividades de recreação

METODOLOGIA:

- Trabalho em grupos com acompanhamento dos professores.

AValiação:

- Planejamento das atividades a serem realizadas.
- Participação e intervenção nas atividades planejadas
- Observação e análise das aulas pelos professores supervisores
- Auto-avaliação
- Relatório Final

OBS.: O ACADEMICO QUE NÃO ATINGIR MÉDIA FINAL 7,0 ESTARÁ AUTOMATICAMENTE REPROVADO.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BAYER, Claude. L' Enseignement des Jeux Sportifs Collectifs. Paris: Éditions Vigot, 1994.

GANDIN, Danilo; CRUZ, Carlos H. Carrilho. Planejamento na sala de aula, 4.ed. Porto Alegre: 2000.

SOARES, Carmen Lucia. ...[et al.]. Metodologia do ensino de educação física, São Paulo: Ed. Cortez, 1992. Coleção magistério 2. grau. Série formação do professor.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Referências utilizadas nas disciplinas anteriores.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO


Lorete Tasso Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº47/2014-Reitoria/UEFS



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Metodologia Científica II	CÓDIGO:	6418
CREDITOS:	04	FASE:	7ª
PROFESSOR(A):	Luís Afonso dos Santos	CARGA HORÁRIA:	72h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: "Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida".

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVOS GERAL DA DISCIPLINA: Elaborar o projeto de pesquisa para o trabalho de conclusão do curso (TCC)

EMENTA: linhas de pesquisa, tipos de pesquisa em Educação Física, elaboração do projeto de pesquisa.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Conceitos: metodologia científica, método científico, ciência.	04	06/08/2007
2- Caracterização dos tipos de pesquisa: pesquisa experimental, pesquisa descritiva e pesquisa bibliográfica e Linhas de Pesquisa do Curso de Educação Física	08	13/08 e 20/08
3- Estrutura do projeto de pesquisa: Elaboração do projeto de pesquisa: escolha do tema; definição do problema; objetivos; formulação das perguntas norteadoras; introdução; metodologia; coleta e tratamento dos dados; análise e discussão dos dados.	40	27/08, 03/09, 10/09, 17/09, 24/09, 01/10, 08/10, 15/10, 22/10, 29/10
4- Revisão da metodologia científica, das normas da ABNT, da Unesc e do Curso	08	05/11, 12/11
5- Apresentação dos Projetos de pesquisa do TCC e entrega da versão final do mesmo.	12	19/11, 26/11 e 03/12

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1- CONCEITOS: METODOLOGIA CIENTÍFICA, MÉTODO CIENTÍFICO, CIÊNCIA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Apresentar e discutir o plano de ensino
- Diagnosticar o nível da turma com relação ao domínio da metodologia científica
- Acessar a base de dados

CONTEÚDOS:

- 1.1 Conceitos: metodologia científica, método científico, ciência, pesquisa
1.2 Base de dados

ATIVIDADES:

- 1.1 Apresentação do professor e acadêmicos(as)
1.3 Apresentação e discussão do programa de ensino
1.4 Diagnóstico da turma

METODOLOGIA:

8

- 1.5 Aula expositiva/dialogada
- 1.6 Trabalho em grupos
- 1.7 Acesso a base de dados no laboratório de informática

AVALIAÇÃO:

1.7 Observação dos indicadores (aprendizagem, participação, respeito, pontualidade, responsabilidade e comprometimento com a disciplina)

TEMA 2 – CARACTERIZAÇÃO DOS TIPOS DE PESQUISA: PESQUISA EXPERIMENTAL, PESQUISA DESCRITIVA E PESQUISA BIBLIOGRÁFICA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Compreender as características de uma pesquisa científica e as diferenças de uma pesquisa experimental, descritiva e bibliográfica

CONTEÚDOS:

- 2.1 Tipos de pesquisa científica
- 2.2 As aplicações de cada modelo de pesquisa científica
- 2.3 Linhas de Pesquisa do Curso de Educação Física

METODOLOGIA:

- 2.4 Aula expositiva e dialogada
- 2.5 Discussão em grupos
- 2.6 Leitura de artigos

AVALIAÇÃO:

2.7 Observação dos indicadores (aprendizagem, participação, respeito, pontualidade, responsabilidade e comprometimento com a disciplina)

TEMA 3 - ESTRUTURA DO PROJETO DE PESQUISA: ELABORAÇÃO DO PROJETO DE PESQUISA; ESCOLHA DO TEMA; DEFINIÇÃO DO PROBLEMA; OBJETIVOS; FORMULAÇÃO DAS PERGUNTAS NORTEADORAS; INTRODUÇÃO; METODOLOGIA; COLETA E TRATAMENTO DOS DADOS; ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Compreender a importância do projeto de pesquisa para a elaboração e desenvolvimento da pesquisa
- Elaborar o projeto de TCC
- Escolher o orientador do TCC

CONTEÚDOS:

- 3.1 Relação entre projeto e pesquisa
- 3.2 Etapas de elaboração do projeto de pesquisa
- 3.3 Projeto de pesquisa

METODOLOGIA:

- 3.4 Aulas expositivas/dialogadas
- 3.5 Apresentação e discussão do projeto individualmente para professora

AVALIAÇÃO:

3.6 Entrega da primeira versão do projeto (até 08/10)

TEMA 4- REVISÃO DA METODOLOGIA CIENTÍFICA, DAS NORMAS DA ABNT E DA UNESC

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Rever a metodologia científica e as normas da ABNT e da UNESC

CONTEÚDOS:

- 4.1 Importância da metodologia científica

- 4.2 Normas da ABNT
- 4.3 Normas da UNESC
- 4.4 Formação do trabalho

ATIVIDADES:

- 4.5 Leitura e interpretação de texto sobre metodologia científica

METODOLOGIA:

- 4.6 Aula expositiva/dialogada com auxílio do data show

AValiação:

- 4.7 Observação dos indicadores (aprendizagem, participação, respeito, pontualidade, responsabilidade e comprometimento com a disciplina)

TEMA 05 - APRESENTAÇÃO DOS PROJETOS DE TCC E ENTREGA DA VERSÃO FINAL DO PROJETO DE PESQUISA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Apresentação oficial do projeto de pesquisa

CONTEÚDOS:

- 5.1 Formação para apresentação do trabalho (power point)
- 5.2 Formação da versão final do trabalho

METODOLOGIA:

- 5.3 Apresentação do projeto individual, perante uma banca de dois colegas da turma e do professor da disciplina.

AValiação:

- 5.4 Apresentação do projeto, indicadores: relação entre as partes do projeto, projeto completo, postura, domínio do assunto, apresentação, respostas adequadas (10)
- 5.5 Entrega do projeto completo (versão final) de forma escrita dentro das normas da ABNT e da UNESC. Critérios: 10 a 15 páginas sendo que a entrega na data da apresentação tem peso (10) e até dia 20/06 tem peso (8,0)
- 5.6 Participação como membro da banca, com perguntas ou sugestões e observação dos indicadores durante o semestre (10)
- 5.7 Auto-avaliação (10)

Obs: Os (as) acadêmicos (as) que não alcançarem a média 6,0 estarão reprovados na disciplina.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Associação Brasileira de Normas Técnicas. Informação e documentação – publicação periódica científica impressa. 2003

LEOPARDI, Maria Tereza. Metodologia da pesquisa na saúde. 2. ed. Florianópolis: UFSC/Pós-graduação em enfermagem, 2007.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Pesquisa social: teoria, método e criatividade. 23. ed. Petrópolis: Vozes, 2004.

MOLINA NETO, Vicente. TRIVIÑOS, AUGUSTO N. S. (org.) A pesquisa qualitativa em Educação Física: alternativas metodológicas. 2. ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2004.

TEIXEIRA, Elizabeth. As três metodologias: acadêmica, da ciência e da pesquisa. Petrópolis: Vozes, 2005.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

LOMBARDI, José Claudinei. (org.) *Pesquisa em Educação: história, filosofia e temas transversais*. 2. ed. Campinas: Autores Associados. HISTEDBR, Caçador, 2000.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO



Lorete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Pórcia nº47200-Retiro, CCSU



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Metodologia do Futebol de Campo e Salão	CÓDIGO:	6459
CRÉDITOS:	03	FASE:	1ª
PROFESSOR:	Cléber de Medeiros	CARGA HORÁRIA:	54h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar aos acadêmicos a possibilidade de aprofundar os conhecimentos sobre tática e técnica no futebol e futsal, procurando de forma clara e objetiva oportunizar a aplicação dos conhecimentos no dia a dia do profissional de educação física.

EMENTA: O Futebol e Futsal no contexto histórico, social e educacional. Estado dos conteúdos e procedimentos metodológicos dos fundamentos que levem a uma aprendizagem e aprimoramento do Futebol e Futsal. Sistemas de jogo. Regras oficiais, arbitragem e árbitros.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA/CONTEÚDO	N. DE AULAS	DATAS
APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PLANO DE ENSINO	01	01/08
1. FUTEBOL DE CAMPO – REGRAS E ORGANIZAÇÃO DO FUTEBOL	03	08/08
2. FUNDAMENTOS DO FUTEBOL	09	15, 22, 29/08
3. SISTEMA DE JOGO NO FUTEBOL	15	05, 12, 19, 26/09; 03/10
4. FUTSAL – REGRAS	03	10/10
5. SISTEMA DE JOGO NO FUTSAL	15	17, 24, 31/10; 07, 14/11
6. JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS	06	21, 28/11
7. PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR	09	Datas a serem definidas durante o semestre

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – FUTEBOL DE CAMPO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconhecer o histórico e a evolução do futebol, e Organização de uma equipe de futebol.
- Identificar e explicar as regras do futebol.

(assinatura)

CONTEÚDOS:

- 1.1 - Histórico - Evolução
- 1.2 - Organização do Futebol
- 1.3 - Regras de jogo

ATIVIDADES:

- Apresentação do Programa da ensino: Augustões
- Análise da Organização do Futebol

METODOLOGIA:

- Aula expositiva dialogada, discussões de grupo;

AValiação:

- Não houve

TEMA 2 – FUNDAMENTOS DO FUTEBOL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Conhecer e praticar os fundamentos essenciais para a prática do futebol.
- Identificar os fundamentos do futebol em atividades recreativas e/ou pré-desportivas.

CONTEÚDOS:

- 2.1 - Passes;
- 2.2 - Chutes;
- 2.3 - Condução da bola;
- 2.4 - Domínio da bola;
- 2.5 - Drible;
- 2.6 - Finta;
- 2.7 - Cabeceio;

ATIVIDADES:

- Teoria dos fundamentos.
- Jogos e atividades utilizando os fundamentos.

METODOLOGIA:

- Aulas expositivas
- Jogos e atividades individuais, em duplas, trios e em grupo.

AValiação:

- Trabalho em grupo.

TEMA 3 – SISTEMA DE JOGO NO FUTEBOL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Reconhecer os diversos tipos de sistema de jogo para sua aplicabilidade.
- Aplicar os sistemas de jogo de acordo com as características individuais de cada jogador.

CONTEÚDOS:

- 5.1 - Esquema de Jogo:

WM	4-3-3
4-4-2	4-5-1
3-5-2	3-6-1
- 5.2 - Sistemas de Marcação:
 - Por zona - campo todo;
 - Por zona - campo de defesa;
 - Individual - campo todo;

1

Individual – campo de defesa;

ATIVIDADES:

- Pesquisa dos vários tipos de sistemas;
- Demonstração gráfica dos sistemas;
- Jogos e atividades utilizando os sistemas de jogo;
- Planejar a tática dentro de determinados sistemas de jogos.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva dialogada, discussões de grupo, técnicas de trabalhos individuais e coletivos;
- Jogo propriamente dito (Posicionamento dos jogadores).

AVALIACÃO:

- Prova Individual

TEMA 4 – FUTEBOL DE SALÃO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar e explicar as regras do futsal;

CONTEÚDOS:

- 1.4 – Histórico – Evolução;
- 1.5 – Regras de jogo

ATIVIDADES:

- Pesquisa dos vários tipos de sistemas;
- Demonstração gráfica dos sistemas;
- Jogos e atividades utilizando os sistemas de jogo;
- Planejar a tática dentro de determinados sistemas de jogos.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva dialogada, discussões de grupo, técnicas de trabalhos individuais e coletivos;
- Jogos Pré desportivos;

AVALIACÃO:

- Não haverá

TEMA 5 – SISTEMA DE JOGO NO FUTSAL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Reconhecer os diversos tipos de sistema de jogo para sua aplicabilidade;
- Aplicar os sistemas de jogo de acordo com as características individuais de cada jogador.

CONTEÚDOS:

5.2- Padrão de Jogo

Padrão de Jogo para iniciantes;

Padrão de Jogo para Alto Nível.

5.3 – Esquema de Jogo:

2-2	1-2-1 e 2-1-1
3-1 e 1-3	4-5-1
4-0	

5.4 – Sistemas de Marcação:

Por zona – Quadra toda;

Por zona – Quadra de defesa;

Individual – Quadra toda;

Individual – Quadra de defesa;

ATIVIDADES:

- Jogos e atividades utilizando o padrão de jogo.
- Pesquisa dos vários tipos de sistemas.
- Demonstração gráfica dos sistemas.
- Jogos e atividades utilizando os sistemas de jogo.
- Planejar a tática dentro de determinados sistemas de jogos.
- Jogos e atividades utilizando o sistema de marcação.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva dialogada, discussões de grupo, técnicas de trabalhos individuais e coletivos.
- Jogos Pré-desportivos.

AValiação:

- Prova Individual

TEMA 6 – JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Vivenciar educativos recreativos o/cu pré-desportivo para posterior aplicação.

CONTEÚDOS:

- 6.1 – Jogos pré-desportivos.

ATIVIDADES:

- Jogos e atividades (mini-jogos).

METODOLOGIA:

- Jogos em campo reduzido (2X2, 5X3, 4X4).

AValiação:

- Prova Individual

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

Serão destinadas 9 horas-aulas para o desenvolvimento de atividades práticas a serem desenvolvidas, conforme descrito abaixo:

- Tema 1: Visita ao treino do Grêmio Esporte Clube (3 horas/aula)
- Tema 3: Visita do Treinador da Seleção Brasileira de Futebol Feminino (3 horas/aula)
- Grupo de discussão (GD) – 1 hora/aula

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAUJO, Sebastião. O Futebol e seus Fundamentos. 10ª. Rio de Janeiro: Imago Editorial Ltda. 2008.

Confederação Brasileira de Futebol. Regras de jogo do futebol de Campo. www.cbftw.com.br

Confederação Brasileira de Futebol. Regras Oficiais de Futsal. www.cbfs.com.br

FRISSELLI, Ariahailto; MANTOVANI, Marcelo. Futebol – Teoria e Prática. São Paulo: Phorte, 1998.

LUCENA, Ricardo. Futsal e a Iniciação. 4ª ed. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 2000.

MELÔ, Rogério Silva de. Trabalho técnico para Futebol. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 1999.

MELÔ, Rogério Silva de; MELÔ, Leonardo. Ensinando Futsal, 3ª ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 361 p.

MUTTI, Daniel. Da iniciação ao Alto Nível. 2ª ed. São Paulo: Phorte, 2003.

VIANA, A. Riqueiro & RIQUEIRA, José Elias. Futebol Prático, 2ª ed; Minas Gerais: Universidade Federal de Viçosa, 2000.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BRUNORO, José Carlos e AFIF, Antonio. Futebol 100% profissional. São Paulo: Editora Gente, 1999.

FLEURY, Suzi. Competência emocional: o caminho da vitória para equipes de futebol. São Paulo: Ed. Gente, 1998.

WEINECK, Jürgen. Futebol Total – Treinamento Físico no Futebol. Guarulhos, SP: Phorte, 2000.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO



Lorete Tasso Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2021 - Reitoria/UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - MATRIZ 1
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Metodologia do Handebol	CODIGO:	6458
CREDITOS:	03	FASE:	7ª fase
PROFESSOR(A):	Azelle Arns	CARGA HORÁRIA:	54 h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: "Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida".

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Viabilizar a formação de profissionais críticos e criativos, conscientes de sua responsabilidade profissional, estabelecendo com eles o diálogo constante e o respeito mútuo, proporcionando aulas agradáveis para melhor aquisição e aplicação de conhecimentos sobre o esporte handebol.

EMENTA: O Handebol no contexto histórico, social e educacional. Estudo dos conteúdos e procedimentos metodológicos dos fundamentos que levem a uma aprendizagem e aprimoramento do Handebol. Sistemas de jogo. Regras oficiais, arbitragem e simulações.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMAS	Nº DE AULAS	DATAS
1 - Histórico e evolução do handebol. O ensino dos fundamentos do handebol.	15 aulas	02, 09, 16, 23 e 30/08
2 - Metodologia dos sistemas defensivos e dos deslocamentos da defesa.	09 aulas	06, 13 e 20/09
3 - Metodologia dos sistemas ofensivos e dos deslocamentos de ataque.	09 aulas	27/09 - 04 e 11/10
4 - Regras oficiais, arbitragem e simulações.	03 aulas	18 e 25/10 e no decorrer do semestre.
5 - Aprendizado do handebol de areia.	06 aulas	01/11
6 - Conhecimentos básicos sobre o goleiro.	03 aulas	08/11
7 - Prática como componente curricular.	09 aulas	22(4 h/a) e 29/11(4 h/a) - 06/12(1 h/a)
8 - Avaliação. Provas mensais em épocas especiais: 29/09 e 24/11.		Incluídas nos temas.

TEMAS/ OBJETIVOS/ CONTEÚDOS / ATIVIDADES / METODOLOGIAS / AVALIAÇÕES

TEMA 1 - HISTÓRICO E EVOLUÇÃO DO HANDEBOL. O ENSINO DOS FUNDAMENTOS DO HANDEBOL
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Analisar o plano de ensino.
- Conhecer a história e a evolução do handebol no mundo e no Brasil.
- Conhecer e praticar os fundamentos do handebol, compreendendo o processo pedagógico e metodológico, para contribuir na formação do atleta autônomo, inteligente e tecnicamente habilitado.

CONTEÚDOS:

- 1.1 - Plano de ensino, sugestões. Objetivos da disciplina, normas e avaliações.

1.2 - Histórico do handebol.

1.3 - Conceitos e classificações dos fundamentos: drible, passe, recepção, ritmo trifásico, arremessos e final.

1.4 - Atividades e jogos para a aprendizagem dos fundamentos.

METODOLOGIA:

1 - Aulas expositivas, dialogadas, com intervenções e experimentais.

2 - Apresentação teórica por meio de lâminas e data-show.

3 - Atividades individuais, em duplas, pequenos e grandes grupos.

AValiação:

1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.

2 - Responder individualmente por escrito dez questões sobre o conteúdo trabalhado (peso 10,0).

4 - Auto-avaliação.

TEMA 2 - METODOLOGIA DOS SISTEMAS DEFENSIVOS E DOS DESLOCAMENTOS DA DEFESA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Aprender os principais sistemas defensivos e os deslocamentos da defesa, bem como a aplicabilidade dos mesmos nas diversas categorias.

CONTEÚDOS:

2.1 - Teoria sobre os sistemas defensivos: individual (quadra toda, meia quadra, nos 9m), por zona (1x5, 3x3, 4x2, 3x2x1, 5x1, 6x0) e misto (4+2, 5+1).

2.2 - Teoria sobre as formas de marcações (observação, aproximação, antecipação, interceptação, encaixe e com bloqueio).

2.3 - Teoria sobre os meios táticos defensivos (flutuação, cobertura, deslizamento, mudança de oposta, barreira dinâmica, basculação e distribuição de responsabilidades).

2.4 - Atividades e jogos para aprendizagem dos sistemas e dos deslocamentos defensivos.

METODOLOGIA:

1 - Aulas expositivas, dialogadas com intervenções e experimentais.

2 - Atividades individuais, em duplas, trios, pequenos e grandes grupos.

3 - Assistir jogos para identificar e analisar os sistemas e os deslocamentos defensivos.

AValiação:

1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.

2 - Responder individualmente por escrito cinco questões sobre o conteúdo trabalhado (peso 5,0).

3 - Auto-avaliação.

TEMA 3- METODOLOGIA DOS SISTEMAS OFENSIVOS E DOS DESLOCAMENTOS DE ATAQUE

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Aprender os sistemas ofensivos e os deslocamentos de ataque, bem como a aplicabilidade dos mesmos nas diversas categorias.

CONTEÚDOS:

3.1 - Teoria dos sistemas ofensivos (3/3 e 2/4 e suas variações).

3.2 - Teoria das fases do ataque (contra-ataque, organização e ataque em sistema).

3.3 - Teoria dos meios táticos ofensivos (elementares: 2x1, 3x2, 4x3 – simples: circulação da bola e dos jogadores – básicos: passe e vai, engajamento, cruzamento, cortina, permuta, bloqueio e tela – complexos: os procedimentos táticos e as circulações complexas).

3.4 - Atividades e jogos para aprendizagem dos sistemas ofensivos e dos deslocamentos de ataque.

METODOLOGIA:

1 - Aulas expositivas, dialogadas com intervenções e experimentais.

2 - Atividades individuais, em duplas, trios, pequenos e grandes grupos.

3 - Assistir jogos para identificar e analisar os sistemas e os deslocamentos de ataque.

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.
- 2 - Responder individualmente por escrito cinco questões sobre o conteúdo trabalhado (peso 5,0).
- 3 - Auto-avaliação.

TEMA 4 - REGRAS OFICIAIS, ARBITRAGEM E SÚMULA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conhecer e preencher a súmula de handebol.
- Ter uma noção geral e básica sobre arbitragem e as regras do handebol.

CONTEÚDOS:

- 3.1 - Súmula de handebol.
- 3.2 - Teoria sobre as regras do handebol e arbitragem.

METODOLOGIA:

- 1 - Aula expositiva, dialogada, com intervenção e experimental.
- 2 - Atividades individuais e no grande grupo.
- 3 - A aprendizagem também acontecerá durante as outras aulas do semestre.

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação.
- 2 - Auto-avaliação.

TEMA 5 - APRENDIZADO DO HANDEBOL DE AREIA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Conhecer o jogo de handebol de areia.

CONTEÚDOS:

- 4.1 - Regras de handebol de areia.
- 4.1 - Jogo de handebol de areia.

METODOLOGIA:

- 1 - Aulas expositivas, dialogada, com intervenções e experimentais.
- 2 - Atividades com grandes grupos.

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça, tolerância.
- 2 - Responder em duplas três questões sobre as regras do handebol de areia (peso 3,0).
- 3 - Auto-avaliação.

TEMA 6 - CONHECIMENTOS BÁSICOS SOBRE O GOLEIRO

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Apreender conhecimentos básicos sobre o goleiro.

CONTEÚDOS:

- 6.1 - Características do goleiro (psíquicas, físicas, técnicas e táticas e medidas antropométricas).
- 6.2 - Posicionamentos e defesa no gol.

METODOLOGIA:

- 1 - Aula expositiva, dialogada, com intervenção e experimental.
- 2 - Atividades individuais, em duplas, trios e no grande grupo.

AVALIAÇÃO:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, assiduidade, respeito, cooperação.
- 2 - Responder em duplas duas questões sobre goleiro (peso 2,0).
- 3 - Auto-avaliação.

TEMA 7 - PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR (9 H/A): TORNEIO DE HANDEBOL DE AREIA E DE QUADRA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Solidificar os conhecimentos teóricos e práticos apreendidos durante o semestre na participação de torneios internos.

OPERACIONALIZAÇÃO:

A turma será dividida em equipes para jogar e arbitrar jogos de handebol de areia e de quadra.

AVALIAÇÃO:

1- Observar os indicadores: participação, interesse, respeito, cooperação, justiça e tolerância.

2- Desempenho no torneio de handebol de areia: peso 5,0 + o desempenho no handebol de quadra: peso 5,0 = 10,0.

4- Auto-avaliação.

AVALIAÇÕES:

1 - Responder individualmente por escrito dez questões sobre o tema 1 (peso 10,0).

2 - Responder individualmente por escrito cinco questões sobre o tema 2 e o tema 3 (5,0 + 5,0 = 10,0).

3 - Responder em duplas por escrito três questões sobre o tema 5 e duas questões sobre o tema 6 (3,0 + 2,0 = 5,0). Esta nota será somada com a auto-avaliação que será realizada no final do semestre (peso 5,0), portanto: 3,0 + 2,0 + 5,0 = 10,0.

4- Prática como componente curricular (peso 10,0).

RECUPERAÇÃO:

Diagnosticar e recuperar o conteúdo, antes de realizar as avaliações.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

EHRET, Arno et al. *Manual de Handebol: Treinamento de base para crianças e adolescentes*. São Paulo: Phorte editora, 2002.

FALKOWSKI, Manuel M^o Meléndez; FERNÁNDEZ, Ernesto Enríquez. *Los sistemas de juego defensivos*. Madrid: Esteban Sanz Martínez, 1988.

FALKOWSKI, Manuel M^o Meléndez; FERNÁNDEZ, Ernesto Enríquez. *Los sistemas de juego ofensivos*. Madrid: Esteban Sanz Martínez, 1988.

HANDEBOL. Regras Oficiais, 2003-2004. São Paulo: Phorte editora, 2002.

TENROLLER, Carlos Alberto. *Handebol: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

GRECO, Pablo Juan. *Caderno do Golfeiro de Handebol*. Belo Horizonte, (s. n.): 2002.

SIMÕES, António Carlos. *Handebol defensivo: conceitos técnicos e táticos*. São Paulo: Phorte editora, 2002.

TENROLLER, Carlos Alberto; TENROLLER, Andréia. *Preparação Física no Handebol*. Porto Alegre: Calábria, 2006.

ZAMBERLAN, Eli. *Handebol: escolar e de iniciação*. Cambé: Imagem, 1999.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. DO CURSO


Lorete Tosca Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 17/2021-Reconal/UESSC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – MATRIZ I
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Prescrição e Orientação do Exercício	CÓDIGO:	6460
CRÉDITOS:	02	FASE:	7ª
PROFESSOR (A):	Joni Marcio de Farias	CARGA HORÁRIA:	36 h/aula
		PERÍODO:	2º semestre 2007

MISSÃO DA UNESC: Educar, por meio do ensino, pesquisa e extensão, para promover a qualidade e a sustentabilidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Oferecer conhecimentos gerais sobre prescrição de exercício físico, fazendo com que os alunos relacionem outras disciplinas, como fisiologia do exercício, medidas de avaliação com a prescrição de exercício físico para a saúde e rendimento físico.

EMENTA: Introdução ao estudo das bases metodológicas e das técnicas em pregadas na avaliação e prescrição de exercícios físicos. Fundamentos bioquímicos e fisiológicos para a prescrição e orientação do exercício físico. Prescrição de exercício físico para aptidão física voltada para promoção da saúde, performance atlética e situações especiais.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
Atividade Física e Aptidão Física	02	07/08/2007
Motivos Relacionados a Saúde	02	14/08/2007
Avaliação da Saúde pré-exercício	04	21 – 28/08/2007
Montagem de programas de exercício	02	04/09/2007
Prescrição de Exercícios	04	11 – 18/09/2007
Princípios norteadores para programas de exercício:		
Coeficiente energético	04	25/09 – 02/10/2007
Frequência cardíaca	04	09 – 16/10/2007
Consumo máximo de O ₂	04	23 – 30/10/2007
METs	04	06 – 13/10/2007
Dispendio Energético	06	20 – 27/10 – 04/11/2007
Prática como componente curricular	08	

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – ATIVIDADE FÍSICA E APTIDÃO FÍSICA

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Identificar os benefícios da atividade física relacionada a saúde e aptidão física.

CONTEÚDOS:

Benefícios da atividade física

Aptidão física relacionada a saúde

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas

AVALIAÇÃO:

Será realizada com outro tema.

TEMA 2 – MOTIVOS DA PRÁTICA DO EXERCÍCIO RELACIONADO A SAÚDE

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Diferenciar os componentes ou aspectos relacionados a saúde e ao exercício físico.

CONTEÚDOS:

Aspectos biológicos

Aspectos psicológicos

Aspectos sociais



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: Primeiros Socorros

CREDITOS: 04

CARGA HORÁRIA:

72h

PROFESSOR(A): Luciano Sulino da Silva

PERÍODO:

Noturno
S/ 2005

2º

MISSÃO DA UNESC:

Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Socializar o conhecimento científico da cultura do movimento humano acumulado historicamente pela humanidade, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e melhoria da qualidade de vida.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Preparar o Aluno para avaliar o estado físico e mental da vítima, prestando-lhe atendimentos em socorros urgentes.

EMENTA: Conhecimentos gerais de socorros urgentes, prevenção, orientação e atendimentos em traumatismo e acontecimentos súbitos. Salvamentos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1-Anatomia E Terminologia Das Lesões: Primeiros Socorros E Socorrista. - Diagnóstico E Abordagem. - Sinais Vitais, Avaliação. - Primária/Secundária. - Prática/Comp. Curricular.	20 04	03-10-17-24-31/08/05 03/09/05
2-Ferimento, Traumatismo, - Entorse, Luxação. - Fraturas, Imobilização E: - Distensão. - Prática C/ Comp. Curricular.	20 04	14-21-28/09 E 05/10/05 22/10/05
3-Hemorragias, Queimaduras - Envenenamentos, Epilepsia - Afogamento, Parto De: - Urgência Choques, R.C.P - Transportes. - Prática C/ Comp. Curricular.	20 04	26/10 E 09-16-23-30/11/05 03/12/05

Temas/ Objetivos/ Conteúdos / Atividades / Metodologias / Avaliações

Obs: Os Conteúdos São Abordados Em Termos Gerais E Direcionados Para Cada Prática Específica.

Tema 1 -

Anatomia E Terminologia Das Lesões, Conceito Primeiros Socorros, Característica Do Socorrista, Diagnóstico, Abordagem, Sinais Vitais, Avaliações Primária E Secundária.

Objetivos Específicos:

- Característica Do Socorrista, E Como Saber Prestar Os Primeiros Socorros.

Conteúdos:

- 1- Conceito De Socorros Urgentes.
- 2- Objetivo Dos Atendimentos.
- 3- O Socorrista E Suas Funções.

Atividade:

- 1- Relação Professor/Alunos.
- 2- Relatos E Experiências.

Metodologia:

- 1-Aulas Expositivas.
- 2-Trabalhos Em Grupos.

Avaliação:

- 1-Prova.
- 2-Trabalho Em Equipe.

-Práticas Com Componentes Curricular

Tema 2:

Ferimentos, Traumatismo, Entorses, Luxações, Fraturas, Distensão, Imobilização.

Objetivo Específico:

Os Alunos Devem Aprender, Atender E Identificar O Problema.

Conteúdos:

- 1- Abordagem A Vítima.
- 2- Diagnóstico.

Atividades:

- 1- Relação Professor/Alunos.
- 2- Relatos E Experiências.

Metodologia:

- 1-Aulas Expositivas.
- 2-Trabalhos Em Pequenos Grupos.

Avaliação:

- 1-Trabalho Em Grupo.
- 2-Provas.

-Práticas Com Componentes Curriculares.

Tema 3:

Hemorragias, Queimaduras, Envenenamentos, Epilepsia, Afogamentos, Partos De Urgências, Choques, Transportes, Reanimação Cardiorrespiratória.

Objetivo Específico:

- Preparar Os Alunos Para Conhecer Os Sinais Vitais.

Conteúdo:

- 1-Pulsação, Respiração.
- 2-Temperatura E Pressão Arterial.

Atividade:

- 1- Relação Professor/Alunos.
- 2- Relatos E Experiências.
- 3- Trabalho No Laboratório I.

Metodologia:

- 1- Aulas Expositivas.
- 2- Trabalhos Em Grupos.

Avaliação:

- 1-Avaliação Práticas.
- 2-Avaliação Prova.

-Práticas Com Componentes Curriculares.

2

Bibliografia

- 1- Novêss J. S. E Geovanni J. S. Manual De Primeiros Socorros, Rio De Janeiro, Sprir, 1998.
- 2- Oliveira M. N. Primeiros Socorros, Como Combates E Prevenção Das Emergências Diárias, Rio De Janeiro, Tecnoprint, 1994.
- 3- Adams J. C. Manual Das Fraturas E Lesões Articulares, São Paulo, Artes Médicas, 1997.
- 4- Alves J. Noções De Primeiros Socorros, Rio De Janeiro, Impressora Brasileira, 1998.
- 5- SANTOS R. R. CANETTI M. D. RIBEIRO JUNIOR C. ALVAREZ F. S.
manual de socorros de emergência ed ateneu-2000.
- 6- SENAC/DN. PRIMEIROS SOCORROS: como agir em situações de emergência /
José Márcio da Silva Silveira; Mercília Hartmann. Rio de Janeiro: Ed. SENAC
Nacional, 2002. 144p. IL.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORDENADOR CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE


Larete Tasca Marcolli
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2021 - Relação/UNES



UNESC- UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA LICENCIATURA GRADE 6
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: CINESIOLOGIA

CRÉDITOS: 02

CARGA HORÁRIA: 30 h/aula

PROFESSOR (A): BÁRBARA REGINA ALVAREZ

PÉRIODO: 2º S/05

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Socializar o conhecimento científico da cultura do movimento humano estimulada historicamente pela humanidade, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e melhoria da qualidade de vida.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

Ao término do semestre o acadêmico deverá estar capacitado a utilizar os conhecimentos dos princípios físicos aplicados à Educação Física e aos esportes na análise cinesiológica do movimento humano.

EMENTA: Histórico e Definições de cinesilogia, terminologia membros superiores e membros inferiores, coluna vertebral e Marcha

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Histórico e definições de cinesilogia	2	
2- Planos e eixos corporais	4	
3- Terminologia aplicada na cinesilogia	6	
4- Análise mecânica no Movimento corporal	6	
5- Sistema de alavancas	4	
6- Implicações cinesiológicas em exercícios que envolvem a coluna vertebral	4	
7- Marcha	4	

TEMAS/OBJETIVOS/ CONTEÚDOS / ATIVIDADES / METODOLOGIAS / AVALIAÇÕES

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

TEMA 1-

Histórico da Cinesilogia e sua aplicação na Educação Física e no esporte.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá conhecer o desenvolvimento histórico da cinesilogia e relacionar com seu desenvolvimento atual.

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva e dialogada

AVALIAÇÃO: Formativa: Participação em aula e entrega dos exercícios do estudo dirigido

TEMA 2- Planos e eixos corporais

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá dominar todos os planos e eixos anatômicos

CONTEÚDOS:

2.1- Posição eixos e planos

di

- 3.2- Eixo coronal, eixo longitudinal;
3.2- Plano sagital, plano coronal, plano transversal.

ATIVIDADES:

- 1- Estudo dirigido
2- Exercícios práticos

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada

AVALIACÃO: Exercícios dirigidos

TEMA 3- Terminologia aplicada na cinésio logia

OBJETIVO ESPECÍFICO

At final deste conteúdo o aluno deverá dominar a terminologias dos movimentos articulares.

- 3.1 Flexão e extensão; Deslizamento; Circundução; Rotação; Inclinação; Adução e Abdução; Pronação e Supinação;

TEMA 4: Análise mecânica no Movimento corporal

OBJETIVO ESPECÍFICO

O aluno deverá ser capaz de: Analisar biomecânica dos movimentos corporais.

CONTEÚDOS:

- 4.1- Mecânica Linear
4.2- Velocidade / aceleração / velocidade instantânea.

ATIVIDADES:

- 1- Exercícios dirigidos

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva e dialogada

AVALIACÃO: Trabalho

TEMA 5: Sistemas de Alavancas

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá ser capaz de reconhecer as alavancas do corpo Humanos. Bem como reconhecer sua melhor aplicação.

CONTEÚDOS:

- 5.1- Alavancas interpotentes;
5.2- Alavancas inter-resistentes;
5.3- Alavancas inter-fixas

ATIVIDADES:

- 1- Estudo dirigido
2- Exercícios práticos

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada

AVALIACÃO: Exercícios dirigidos

TEMA 6: Implicações cinésio logicas em exercícios que envolvem a coluna vertebral

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá reconhecer os prejuízos para a coluna vertebral, quando os exercícios são executados de maneira incorreta. Para tanto deverão dominar a avaliação postural.

CONTEÚDOS:

- 6.1- Avaliação postural
- 6.2 As atividades no trabalho e a coluna vertebral

ATIVIDADES:

- 1- Estudo dirigido
- 2- Exercícios práticos

METODOLOGIA:

- 1-Aula expositiva dialogada

AValiação: Exercícios dirigidos

TEMA 7: Estudo da Marcha

OBJETIVO ESPECÍFICO:

O aluno deverá reconhecer e avaliar, através da marcha, possíveis anormalidades individuais.

CONTEÚDOS:

- 7.1- A Marcha
- 7.2- A Marcha Patológica

ATIVIDADES:

- 1- Estudo dirigido
- 2- Exercícios práticos

METODOLOGIA:

- 1-Aula expositiva dialogada

AValiação: Exercícios dirigidos

Referências Bibliográficas

- GRANDJEAN, E. Manual de Ergonomia. Ed. Bookman, Porto Alegre, (1998).
- HAMILL, J., KNUTZEN K.M.: Bases biomecânicas do movimento humano. Editora Manole Ltda., São Paulo, (1999).
- HALL, S.: Biomecânica Básica. Editora Guanabara Koogan, Rio de Janeiro, (2000).
- HAY, J.G.: Biomecânica das Técnicas Desportivas. Ed. Interamericana, Rio de Janeiro, (1981).
- RASCH, P.J.; BURKE R.K.: Cinemologia e anatomia aplicada. Guanabara Koogan, Rio de Janeiro, (1977).
- HAINAUT, K.: Introducción a la Biomecánica. Editoria, UNIS, Barcelona, (1976).
- LEHMKUHL, L.; SMITH, L.K.: Cinemologia Clínica de Brinmontom. Editora Manole, São Paulo, (1987).
- BROER, M. Introdução a cinemologia. Rio de Janeiro: Torun Editora, 1973.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEP


Lorete Fátima Moraes
Secretária Acadêmica
Roteiro 04/19021-RoteiroUESC



PROGRAMA DE ENSINO

IDENTIFICAÇÃO

Disciplina: Metodologia Científica E Da Pesquisa

Créditos: 04

Professora: Luis Afonso dos Santos

Ano/Semestre: 2004/2

Carga Horária: 72 h/aulas

EMENTA

A Universidade no Contexto Social – Organização na Vida Universitária – Conhecimento e Ciência – A Pesquisa Científica: Estrutura e Apresentação de Trabalhos Acadêmicos de acordo com as Normas da ABNT.

Missão da UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

Objetivo da Disciplina: considerando-se a importância da produção do conhecimento através do ensino, pesquisa e extensão e a responsabilidade da instituição universitária enquanto geradora de saber, pretende-se:

- a) oferecer aos discentes uma maior informação na busca de melhor compreender a ciência e o conhecimento científico enquanto produtor de saber e gerador de uma melhor qualidade de vida;
- b) dispor o interesse pela pesquisa acadêmica, ampliando o conhecimento dos alunos sobre metodologia científica, além de buscar uma postura crítica dos estudantes em relação à leitura da realidade.

1-Conteúdo

Unidade I – A Universidade no Contexto Social

- 1.1 – Aspectos Históricos da Universidade;
- 1.2 – O Papel da Universidade na Produção/Elaboração do Conhecimento;
- 1.3 – Histórico, esboço/gramática e Programas de Pesquisa da UNESC;
- 1.4 – Organização na Vida Universitária:
 - 1.4.1- O Uso da Biblioteca;
 - 1.4.2- A Importância da Leitura no Ato de Estudar;
 - 1.4.3- A Documentação como Método de Estudo: fichamento, resumo e esquemas; resumos e artigos científicos;

Unidade II – Conhecimento e Ciência

- 2.1- Conceituação de Conhecimento;
- 2.2- Tipos de Conhecimento: popular, filosófico, teológico e científico;
- 2.3- A Visão Histórica da Ciência;
- 2.4- O Método Científico;
- 2.5- A Ética e o Espírito Científico;

Unidade III – A Pesquisa Científica

- 3.1- Conceituação e Finalidades da Pesquisa;
- 3.2- Tipos da Pesquisa;
- 3.3- Etapas para Elaboração de Projeto de Pesquisa;

Unidade IV – Estrutura e Apresentação de Trabalhos Acadêmicos

- 4.1 – Normas da ABNT (Associação Brasileira de Normas Técnicas);
- 4.2 – Diferenças para Elaboração e Apresentação de Trabalhos Acadêmicos da UNESC;

2- Metodologia de Ensino: exposições orais filológicas, trabalhos em grupo, debates sobre textos previamente lidos, seminários;

3- Procedimentos de Avaliação do Processo Ensino-Aprendizagem: trabalhos individuais, provas individuais, atividades em grupo, seminários;

4- Referências

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 6023 – Informação e documentação – Referência e Elaboração. Rio de Janeiro: Ago. 2002.

NBR 14724 – Informação e documentação – Trabalhos Acadêmicos – apresentação. Rio de Janeiro: Ago. 2002.

ALVES, Rubem. Filosofia da Ciência -- introdução ao jogo e suas regras. 13 ed. São Paulo: Brasiliense, 1990. 210p.

AZEVEDO, Israel Belo de. O Prazer da Produção Científica: diretrizes para a elaboração de trabalhos acadêmicos. 4ed. Piracicaba: São Paulo: UNIMEP, 1996.

BARROS, Aínil de F.P. de & LEBFELD, Neide Aparecida de S. Projeto de Pesquisa: proposta metodológica. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 1990.

CERVO, Amado Luiz, BERVIAN, Pedro Alcino. Metodologia Científica. 3ed. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1983. 249p.

CONTANDRIOPOULOS, André-Pierre et alii. Saber Preparar uma Pesquisa. 3ed. Rio de Janeiro: Hecoten Abramo, 1997.

CHASSOT, Aníbal. A Ciência Através dos Tempos. 9ed. São Paulo: Cortez, 1999. 370p.

DEMO, Pedro. Introdução à Metodologia da Ciência. 2 ed. São Paulo: Atlas, 1980.

Metodologia científica em Ciências Sociais. São Paulo: Atlas, 1980.

ECO, Umberto. Como se Faz uma Tese. São Paulo: Perspectiva, 1991. 170p.

GALIANO, Guilherme. O Método Científico: Teoria e Prática. São Paulo: Harbra, 1985.

GHIZZOTTI, Antônio Carlos. Como Elaborar Projetos de Pesquisa. São Paulo: Atlas, 1987.

Métodos e Técnicas de Pesquisa Social. São Paulo: Atlas, 1987.

HAGUETTE, Teresa M. Frota. Metodologias Qualitativas em Sociologia. Petrópolis: Vozes, 1990. 165p.

HUBNE, Leda Miranda (org.) Metodologia Científica: caderno de textos e técnicas. Rio de Janeiro: Agit, 1987.

KOCH, J.C. Fundamentos de Metodologia Científica. Porto Alegre: Vozes, 1982.

KUHN, Thomas. A Estrutura das Revoluções Científicas. São Paulo: Perspectiva, 1998.

LAKATOS, Eva Maria, MARCONI, Marina de Andrade. Metodologia Científica. São Paulo: Atlas, 1986.

LUDKE, Menga & ANDRÉ, Marli E. D. Pesquisa em Educação: Abordagens Qualitativas. São Paulo: EPU, 1980. 99p.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.) Pesquisa Social: teoria, método e criatividade. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001. 80p.

OLIVEIRA, S.L. Tratado de Metodologia Científica. São Paulo: Fozzetta, 1997.

PADUA, Eliabete Mattia Marchesini de. Metodologia da Pesquisa: abordagem teórico-prática. Campinas, SP: Papirus, 1996.

RÚDIO, Franz Vitor. Introdução ao Projeto de Pesquisa Científica. Petrópolis: Vozes, 1982.

SEVERINO, Antônio Joaquim. Metodologia do Trabalho Científico. 20 ed. São Paulo: Moraes, 1996. 159p.

TRIVINOS, Augusto N.S. Introdução à Pesquisa em Ciências Sociais – a Pesquisa Qualitativa em Educação. 2 ed. São Paulo: Atlas, 1990. 175p.


Lorete Tasto Marcol
Secretária Acadêmica
Petrópolis-470031-Resmaur/NEC



PROGRAMA DE ENSINO

IDENTIFICAÇÃO

Disciplina: Bioquímica e Biologia Celular
Créditos: 02
Professora: Emílio Luiz Strech

Fase: 1º fase
Carga Horária: 36 h/aulas

Ano/Semestre: 2004/2

Data Elaboração: 2004/2

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade de ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar (profissionais) para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, prevista na resolução 46/62 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Estudar a célula animal, seus componentes (biomembranas e organelas), fenômenos de nutrição, ciclo celular e o metabolismo intermediário.

EMENTA: Noções básicas de citologia e histologia. Metabolismo intermediário e integração metabólica. Alterações metabólicas do exercício e do treinamento.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Célula animal	4	03/08 – 10/08 – 17/08 Avaliação: 24/08
2- Histologia	4	31/08 – 14/09 – 21/09 Avaliação: 28/09
3- Bioquímica	18	05/10 – 19/10 – 26/10 – 09/11 – 16/11 – 23/11 – 30/11 Avaliação: 07/12 Seminar: 08 ou 10/12

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – Citologia I

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Compreender a estrutura básica da célula animal, a estrutura e função das organelas e junções celulares.

CONTEÚDOS:

- 1.1 – Estrutura celular, Origem e evolução das células
- 1.2 – Membranas celulares, Organelas
- 1.3 – Junções celulares, Citosqueleto

TEMA 2 – Citologia II e Histologia

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Compreender a estrutura e função do núcleo celular, o ciclo celular e síntese protéica. Noções de histologia.

CONTEÚDOS:

- 2.1 – Ciclo celular, Diferenciação celular
- 2.2 – Ribossomos e síntese protéica
- 2.3 – Histologia: tecido muscular

TEMA 3 – Fenômenos celulares de nutrição

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Compreender o metabolismo intermediário, a integração metabólica e as alterações bioquímicas do exercício e do treinamento.

CONTEÚDOS:

- 3.1 – Introdução ao metabolismo
- 3.2 – Metabolismo de carboidratos
- 3.3 – Metabolismo de lipídeos
- 3.4 – Metabolismo de proteínas
- 3.5 – Integração metabólica
- 3.6 – Bioquímica do músculo esquelético
- 3.7 – Adaptações metabólicas do exercício e treinamento

ATIVIDADES:

- 1 – Estudo e Discussão de Textos: Leitura e interpretação de textos selecionados durante o desenvolvimento da disciplina.
- 2 – Entrega de trabalhos

METODOLOGIA:

- 1 – Aulas expositivas e dialogadas; síntese de informações colhidas em fontes diversas.

AValiação:

- 1 – Provas individuais escritas (uma prova em cada tema): peso de 30% (Temas 1 e 2; peso de 20% cada Tema 3; peso de 40%)
- 2 – Seminário e trabalho escrito (apresentação e elaboração do mesmo): peso de 20%

BIBLIOGRAFIA

- ALBERTS, B.; BRAY, D.; LEWIS J. et al. (1997) *Biologia Molecular da Célula*. 3ª ed. Porto Alegre, Artes Médicas.
- CARVALHO, H.F.; RECCO-PIMENTEL, S.M. (2003) *A Célula 2001*. São Paulo, Manole.
- COOPER, G.M. (2001) *A Célula: uma abordagem molecular*. Porto Alegre, Artes Médicas.
- MAUGHAN, R.; GLEESON, M.; GREENHAFF, P.L. (2000) *Bioquímica do exercício e do treinamento*. São Paulo, Manole.
- STRYER, L. (2001) *Bioquímica*, 5ª ed. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan.


Lorete Tosca Marcos
Secretária Acadêmica
Rectoria (R-17) 2025 Rectoria/UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



DISCIPLINA: Brincadeiras e Jogos

CRÉDITOS: 02

CARGA HORÁRIA: 36h

PROFESSORA(A): Rosane Aparecida Bett Soratto

PERÍODO: 2º semestre / 2004

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científicas e tecnicamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Compreender a brincadeira como processo e atividade social infantil capaz de criar situações imaginárias e atribuir significados diversos às ações e objetos.

EMENTA: Condição histórica do jogo e da infância. Brincadeiras, jogos, brincadeiras e jogos populares. Dramatização como forma de comunicação verbal e não verbal.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS
1. Histórico e evolução do jogo – concepções de infância	06
2. Classificação dos jogos	08
3. Brincadeiras de rua e de parques	10
4. Dramatização	08
5. Avaliação	

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – Histórico e evolução do jogo

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Entender o significado do jogo buscando a dimensão do humano nos rituais históricos e culturais. Conhecer as diferentes concepções de infância e entender a criança como fruto das relações sociais e de produção.

CONTEÚDOS:

- Diferentes conceitos de jogo conforme o pensamento de filósofos, psicólogos e pedagogos.
- Aplicação do jogo em diversos contextos.
- Concepções de infância.

ATIVIDADES:

- Leitura e discussão dos textos.
- Trabalhos individuais e em equipes.
- Oficinas lúdicas.

METODOLOGIA: Aula teórica expositiva, utilização de vídeos e transparências, vivências corporais.

AValiação: Participação nas aulas, avaliação teórica e apresentação de trabalhos.

TEMA 2 – Classificação dos jogos

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Vivenciar o jogo enquanto jogo lúdico e educativo envolvendo situações construídas pelo material utilizado. Conhecer e distinguir os diferentes tipos de jogos e seus sentidos / significados.

CONTEÚDOS:

- Tipos de jogos conforme a classificação.
- Jogos tradicionais.
- Jogos educativos.
- Jogos de faz-de-conta.
- Pequenos jogos.
- Jogos pré-desportivos – grandes jogos.
- Jogos cooperativos.

ATIVIDADES:

- Construção de painéis ilustrados.
- Confecção de materiais utilizando sucatas para aplicação dos jogos em diversos contextos.

- Desconstrução e reconstrução dos jogos;
- Festival de jogos.

METODOLOGIA:

- Aulas teórico/práticas, discussão dos textos, trabalhos em grupos;
- Utilização de vídeos, vivência dos jogos.

AValiação: Avaliação teórica, trabalhos apresentados, participação nas aulas teórico/práticas.

TEMA 3 – Brincadeiras de rua e de parques

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer as diferentes manifestações culturais das brincadeiras produzidas nas ruas e nos parques e sua contribuição para o desenvolvimento infantil.

CONTEÚDOS:

- Brincadeiras produzidas em ruas e parques;
- Brincadeiras cantadas;
- Brincadeiras de roda;

ATIVIDADES:

- Prática das brincadeiras, trabalhos em equipes;
- Leitura, interpretação e discussão de textos;
- Pesquisa de brincadeiras populares – antigas e contemporâneas, observação e registros por fotos ou filmes, entrevistas).

2- METODOLOGIA: Aulas práticas e teóricas, vivências corporais, discussão, seminário de apresentação da pesquisa.

AValiação: Participação nas aulas e seminário, trabalhos em grupos, prova prática.

TEMA 4 – Dramatização como forma de comunicação verbal e não verbal

OBJETIVO ESPECÍFICO: Expressar ideias, sentimentos e valores por meio da linguagem oral, de gestos e expressões corporais.

CONTEÚDOS:

- Teatro de fantoches;
- Confecção e apresentação de teatro de bonecos;
- Caracterização com jornais, revistas, sacos plásticos e outros materiais;
- Confecção de histórias infantis ilustradas e em quadrinhos;
- Expressão corporal.

ATIVIDADES:

- Leitura e discussão de textos;
- Apresentação dos trabalhos – elaboração de histórias infantis;
- Confecção dos materiais;
- Mostra dos trabalhos.

METODOLOGIA:

- Aulas teórico / práticas;
- Pesquisa e elaboração de uma mostra dos trabalhos;
- Trabalhos em equipes.

AValiação:

- Elaboração conceitual – domínio do conteúdo teórico e prático;
- Avaliação prática;
- Participação nas aulas e trabalhos;
- A avaliação em todos os momentos será formativa e somativa.

BIBLIOGRAFIA

1. ARIÈS, Philippe. História Social da Criança e da Família. Rio de Janeiro: Editora Guanabara, 1978.
2. BAQUERO, Ricardo. Vygotsky e a Aprendizagem Escolar. Porto Alegre: Artur Médica, 1988.
3. BENJAMIN, Walter. A Criança O Brinquedo A Educação. São Paulo: Sumar, 1984.
4. BRECHT, Josef. Jogos para Crianças. São Paulo: Edições Loyola, 1990.
5. BROTTÓ, Fábio Onizzi. JOGOS COOPERATIVOS. Sorocaba, SP: Ed. Re-Novada, 1997.
6. BROGGERE, Gilson. Brinquedo e Cultura. São Paulo: Cortez, 1995. (Coleção questões da nossa época, volume 43).
7. EL KONIN, D.B. Psicologia do jogo. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
8. HUIZINGA, J. Homo Ludens. São Paulo: Editora Perspectiva, 1980.
9. KISHIMOTO, Tizuka Morchida. Jogos Tradicionais infantis: o jogo a criança e a educação. Petrópolis, RJ: Vozes, 1993.
10. _____. J. Brinquedo, brincadeira e a educação. São Paulo: Cortez, 1997.
11. KULMANN Jr. Moyses. Infância e Educação Infantil, uma abordagem histórica. Porto Alegre: Mediação, 1998.
12. MARCELLINO, N.C. Lamer e Humanização. Campinas, SP: Papirus, 2000. 4^o ed.
13. _____. Pedagogia da animação. CAMPINAS: Papirus, 1990.
14. VOLPATO, Gilson. Jogo, brincadeira e brinquedoteca: usos e significados no contexto escolar e familiar. Florianópolis: Cidade Futura, 2007.
15. VYGOTSKI, L.S. A Formação Social da Mente. São Paulo: Martins Fontes, 1994.
16. _____. Pensamento e Linguagem. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
17. WATSE, Lúise. Brinquedo & engenhocas: atividades lúdicas com sucatas. São Paulo: Scipione, 1989.

Loreta Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 47/2021 de 08/06/2021



IDENTIFICAÇÃO

Disciplina: Crescimento e Desenvolvimento Humano

Créditos: 04

Professor: Eduardo Luiz De Siqueira

Fase: 1ª fase

Carga Horária: 72 h/aulas

Ano/Semestre: 2004/2

Data Elaboração: 2004/2

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Compreender os processos de crescimento e desenvolvimento como fenômenos histórico-culturais produzidos a partir de múltiplas interações sociais.

EMENTA: Processo de desenvolvimento bio-psico-social da ser humana – Teorias do desenvolvimento humano – Processo de crescimento físico e maturacional. Fatores que interferem no crescimento e desenvolvimento físico e ontogenético do ser humano.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS
1- Sobre ciência, infância e modernidade: A experiência de Vitor e Bard no século XIX	08
2- Desenvolvimento e aprendizagem: entre o natural e o histórico: Filogênese e ontogênese	04
3- Concepções de aprendizagem e desenvolvimento 3.1 Conceção instata-maturacionista 3.2 Conceção ambientalista	16
4- Conceção construtivista – Jean Piaget	16
5- Conceção histórico-cultural – Lev Semenovitch Vygotsky	20
6- Neuropsicologia de Lúria	08

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – Sobre ciência, infância e modernidade: A experiência de Vitor e Bard no século XIX

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Estabelecer as relações entre ciência, infância e modernidade como subsídio para a compreensão dos processos de aprendizagem e desenvolvimento.

ATIVIDADES:

* Leitura de Textos

* Discussão em pequenos grupos

* Sistematização das ideias discutidas pelos diferentes grupos

AValiação: Relatório em dupla da análise do filme.

TEMA 2 – Desenvolvimento e aprendizagem: entre o natural e o histórico: Filogênese e ontogênese

OBJETIVO ESPECÍFICO: Compreender as diferenças entre o natural e o histórico no trato dos processos de aprendizagem e desenvolvimento. Estabelecer relações entre filogênese e ontogênese como antecedentes do desenvolvimento humano.

ATIVIDADES:

* Leitura de Textos

* Discussão em pequenos grupos

* Sistematização das discussões

* Aula expositiva

AValiação: Produção de texto individual

TEMA 3 – Concepções de aprendizagem e desenvolvimento: Conceção instata-maturacionista - Conceção ambientalista

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Compreender, caracterizar e problematizar as concepções de aprendizagem e desenvolvimento instata-maturacionista e ambientalista.

ATIVIDADES:

* Leitura de Textos

* Discussão em pequenos grupos

4

- * Sistematização das discussões
- * Aula expositiva

AValiação: Este tema será avaliado em forma de prova individual juntamente com o tema 4.

TEMA 4 – Concepção construtivista – Jean Piaget

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer, caracterizar e problematizar a concepção de aprendizagem e desenvolvimento construtivista.

ATIVIDADES:

- * Leitura de Textos
- * Discussão em pequenos grupos
- * Sistematização das discussões
- * Aula expositiva

AValiação: Prova individual envolvendo conteúdo dos temas 3 e 4.

TEMA 5 – Concepção Histórico-Cultural – Lev Semenovitch Vygotsky

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Conhecer, caracterizar e problematizar a concepção de aprendizagem e desenvolvimento histórico-cultural.

Analisar a importância dos estudos socioculturais para compreender os processos de aprendizagem e desenvolvimento.

ATIVIDADES:

- * Leitura de Textos
- * Trabalho de grupo
- * Apresentação dos trabalhos

AValiação: Será avaliada a apresentação dos trabalhos em grupo.

TEMA 6 – Neuropsicologia de Lúria

OBJETIVO ESPECÍFICO: Analisar a importância dos estudos da neuropsicologia para a compreensão/intervenção nos processos de aprendizagem e desenvolvimento.

ATIVIDADES:

- * Leitura de Textos
- * Discussão em pequenos grupos
- * Sistematização das

AValiação: Prova individual envolvendo os conteúdos dos temas 5 e 6.

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR – 12 H/A

A atividade prática proposta para a carga horária de 12 horas (organização) de uma observação, seguida de registro e análise na forma de relatório, dos comportamentos de um grupo de crianças ou adolescentes. O detalhamento desta atividade será discutido com os acadêmicos matriculados na disciplina.

BIBLIOGRAFIA

- BAQUERO, Ricardo. Vygotsky e a aprendizagem escolar. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- DAVIS, Claudia & OLIVEIRA, Zilma de. Psicologia na educação. São Paulo: Cortez, 1990.
- EDUCAÇÃO & SOCIEDADE. Vygotski – o manuscrito de 1929: temas sobre a constituição cultural do homem. Campinas, SP, Centro de Estudos Educação e Sociedade, UNICAMP, n. 71, 2, ed., jul/2000.
- FONTANA, Roseli & CREZ, Nazari. Psicologia e trabalho pedagógico. São Paulo: Atual, 1997.
- FREITAS, Maria Tereza de Assunção. Vygotsky e Bakhtin. São Paulo: Ática, 1994.
- KESSELRING, Thomas. Piaget. Petrópolis: Vozes, 1993.
- LEONTIEV, Alexei. O desenvolvimento do psiquismo. Lisboa: Horizonte Universitário, 1978.
- LURIA, A.R. A construção da mente. São Paulo: Ícone, 1992.
- LURIA, A.R. Desenvolvimento cognitivo. São Paulo: Ícone, 1994.
- LURIA, LEONTIEV & VYGOTSKY. Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem. Ícone: São Paulo, 1988.
- LURIA, LEONTIEV & VYGOTSKY. Psicologia e Pedagogia I: bases psicológicas da aprendizagem e do desenvolvimento. Lisboa: Editorial Estampa, 1991.
- LURIA, LEONTIEV & VYGOTSKY. Psicologia e Pedagogia II: investigações experimentais sobre problemas didáticos específicos. Lisboa: Editorial Estampa, 1991.
- MONTAGERO, Jacques & MAURICE-NAVILLE, Danielle. Piaget ou a inteligência em evolução. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- OLIVEIRA, Marta Kati de. Vygotsky: aprendizado e desenvolvimento um processo sócio-histórico. São Paulo: Scipione, 1993.
- PALANGANA, Ináia Campos. Desenvolvimento e aprendizagem em Piaget e Vygotsky: a relevância do social. São Paulo: Pexus, 1994.
- PIAGET, Jean. Problemas de Epistemologia Genética. São Paulo: Abril Cultural, 1980 (Coleção as Pequenas).
- REGO, Teresa Cristina. Vygotsky: uma perspectiva histórico-cultural da educação. Petrópolis: Vozes, 1998.
- SCHIFF, Michel. A Inteligência Desperdiçada. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.
- PAILLE, Yves de La et al. Piaget, Vygotsky e Wallon: teorias psicogenéticas em discussão. São Paulo: Summus, 1992.
- VEER, René Van Der & VALSINER, Jaci. Vygotsky: uma síntese. São Paulo: Loyola, 1996.
- VYGOTSKY, L.S. O desenvolvimento psicológico na infância. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- VYGOTSKY, L.S. Teoria e método em psicologia. São Paulo: Martins Fontes, 1996.
- VYGOTSKY, L.S. Pensamento e linguagem. São Paulo: Martins Fontes, 1993.
- VYGOTSKY, L.S. A formação social da mente. São Paulo: Martins Fontes, 1994.
- VYGOTSKY, L.S. & LURIA, A.R. Estudos sobre a história do comportamento: status, homem primitivo e criança. Porto Alegre:

Arias Médicas, 1996.

VYGOTSKY, L. S. Obras escogidas I. Madrid: Visor, 1993.

VYGOTSKY, L. S. Obras escogidas II. Madrid: Visor, 1995.

VYGOTSKY, L. S. Obras escogidas III. Madrid: Visor, 1995.



Lorete Tascón Marcos

Secretaría Académica

Politécnico nº700218 Barakaldo (B) SC



IDENTIFICAÇÃO

Disciplina: História E Filosofia Da Educação Física
Créditos: 04
Professora: Valdeir-Oliveira

Fase: 4ª fase
Carga Horária: 72 h/aulas

Ano/Semestre: 2004/2

Data Elaboração: 2004/2

PROGRAMA DE ENSINO

Missão da UNESC: “Promover o desenvolvimento regional para a qualidade do ambiente de vida.”

OBJETIVO DO CURSO: “Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.”

Ementa da disciplina: O processo histórico, social e político da origem e evolução da Educação Física. Bases epistemológicas históricas e filosóficas das correntes teóricas em Educação Física. O fenômeno da corporeidade e suas implicações filosóficas nos processos pedagógicos e esportivos.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Apreender o processo histórico, social e político da origem e evolução da Educação Física, a partir das bases epistemológicas e filosóficas do fenômeno da corporeidade, para compreender suas implicações nos processos pedagógicos e esportivos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Compreender o processo histórico, social e político da origem e evolução da Educação Física;
- Apreender as bases epistemológicas e filosóficas das correntes teóricas em Educação Física;
- Compreender o fenômeno da corporeidade e suas implicações filosóficas nos processos pedagógicos e esportivos.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

1. Origem da Educação Física:
 - 1.1. Antiguidade:
 - 1.1.1. aspectos sociais e políticos da Grécia antiga;
 - 1.1.2. concepções de formação humana: virtudes físicas e virtudes adquiridas;
 - 1.1.3. os grandes jogos, auge e decadência;
2. O período medieval:
 - 2.1. O predomínio da concepção teológica do corpo;
 - 2.2. A transição do período medieval para a modernidade:
 - 2.2.1. a consolidação da sociedade capitalista;
 - 2.2.2. a necessidade do culto do corpo: a educação física moderna;
3. Educação Física no Brasil:
 - 3.1. princípios sancionados da Educação Física brasileira;
 - 3.2. princípios normativos destas tendências;
 - 3.3. a emergência de novas tendências;
4. Novas tendências em Educação Física e o fenômeno da corporeidade:
 - a tendência desenvolvimentista;
 - a tendência crítico-emancipatória;
 - a tendência crítico-esportiva;

METODOLOGIA: As aulas serão desenvolvidas, principalmente, a partir de questões levantadas pelos alunos surgidas da leitura prévia dos textos sugeridos, mediante as quais o professor fará uma síntese provisória. Em seguida far-se-á a leitura crítica do texto em sala de aula. Também serão organizados seminários sobre temas específicos concernentes ao conteúdo programático. Elaboração de resumos críticos dos textos estudados.

LEITURA OBRIGATORIA: Os alunos deverão ler durante o semestre o livro:

GHISLAIELLI JUNIOR, Paulo. Educação Física Progressista: a pedagogia crítico-emancipatória do corpo e a Educação Física Brasileira. São Paulo: Loyola, 1991.

Data futura será desenvolvido um seminário sobre uma forma programática específica.

AValiação:

A avaliação será definida mediante análise de:

- Prova escrita;
- elaboração de questões na leitura dos textos;
- apresentação nos seminários;
- elaboração de resumos críticos dos textos; relatórios de atividades.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES DE LIMA, Homero L. Tendências epistemológicas em torno do "Movimento Humano" e suas implicações para o campo acadêmico. In: *Anais do X Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte*. Goiânia: CBCE, 1997. pp. 1326-1335.

BRACHT, Valter. *Educação Física e Aprendizagem Social*. Porto Alegre: Magister, 1992.

_____. *Educação Física: conhecimento e especificidade*. In: SOUZA, Estelita S.; VAGO, Tarciso M. *Trilhas e Partilhas educação física na cultura escolar e nas práticas sociais*. Belo Horizonte: 1997. pp. 13-23.

_____. *A Constituição das teorias pedagógicas da Educação Física*. In: *Cadernos CEDES*, São Paulo: CEDES, v.19, n° 48, pp. 69-88, 1999.

CAPARRÓZ, Francisco E. (Org.). *Educação Física Escolar: política, investigação e intervenção*. Vitória: Proterea, 2001.

CASTELANI FILHO, Lúcio. *Educação Física no Brasil: a História que não se conta*. São Paulo: Papirus, 1998.

COLETIVO DE AUTORES. *Metodologia de Ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

FERREIRA NETTO, Amarílio; GOELLNER, Silvano V.; BRACHT, Valter (Orgs.). *As Ciências do Esporte no Brasil*. Campinas: Autores Associados, 1995.

FERREIRA, Marcelo G. O esporte de alto rendimento como política pública do Estado Brasileiro. In: *Revista Pensar a Prática*. Goiânia: UFG, v. 2, n° 1/2, pp. 35-43, junho/jul., 1998/1999.

GHIRALDELLI, Paulo. *Educação Física Progressista: a pedagogia crítico-social dos conteúdos*. São Paulo: Loyola, 1988.

KUNZ, Elenor. *Educação Física: ensino e mudanças*. São Paulo: 1991.

_____. *Transformação didático-pedagógica do esporte*. São Paulo: 1994.

MANACORDA, Mario A. *História da Educação*, 10 ed. São Paulo: Cortez, 2002.

MARÇASSA, Luciana. E Educação Física em face do projeto de modernização do Brasil (1900-1970): as histórias que se contam. In: *Pensar a Prática*. Goiânia: UFG, v. 3, pp. 82-96, jul/jun 2000.

MARINHO, Izidil P. *História geral da Educação Física*. São Paulo: Cia. Brasil, (19--).

_____. *História da Educação Física no Brasil*. São Paulo: Cia. Brasil, (19--).

OLIVEIRA, Vitor M. *O que é Educação Física*. São Paulo: Brasiliense, 1982.

PRONI, Marcelo; LUCENA, Ricardo (Orgs.). *Esportes história e sociedade*. Campinas: Autores Associados/CBCE, 2002.

REVISTA BRASILEIRA DE CIÊNCIAS DO ESPORTE. Campinas, v. 25, n° 2, janeiro 2004.

SANT'ANNA, Denise B. *Educação Física e História*. In: CARVALHO, Vitor M.; RUBIO, Kátia (Orgs.). *Educação Física e Ciências Humanas*. São Paulo: Hucitec, 2001.

SOARES, Carmen L. *Educação Física raízes européias e Brasil*. Campinas: Autores Associados, 1994.



Lorete Pasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 47/2021 - Fespa/UNESQ



IDENTIFICAÇÃO

Disciplina: Produção E Interpretação De Textos
Créditos: 04
Professora: Antonia Javiera Calheta Maffei

Fase: 1ª fase
Carga Horária: 72 aulas

Ano/Semestre: 2004/2

Data Elaboração: 2004/2

PROGRAMA DE ENSINO

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Socializar o conhecimento científico da cultura do movimento humano acumulada historicamente pela humanidade, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e melhoria da qualidade de vida.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Conhecer, compreender e produzir gêneros textuais desenvolvendo autonomia por meio da leitura de textos técnico-científicos. Favorecendo assim, subsídios para a produção textual em norma padrão.

EMENTA: A linguagem como instrumento de comunicação. Produção e interpretação de textos técnicos. Normas gerais de ortografia.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- "Língua padrão: o que é e para que serve?"	12	05/08, 12/08 e 19/08
2- "Língua e escrita"	12	26/08 e 02/09 09/09 (1ª avaliação individual)
3- "Os gêneros da linguagem escrita em suas variedades textuais mais básicas: o texto-crítico, o texto opinativo e o texto informativo"	28	16/09, 23/09, 30/09, 07/10, 14/10 e 21/10 e 28/10 30/09 (entrega da resenha crítica)
4- "Tópicos gramaticais da escrita"	20	04/11 (dramatização), 11/11 (2ª avaliação individual), 18/11 (seminário debate), 25/11 e 02/12 09/12 - Prova final para quem ficar em exame. 02/08, 09/08, 26/08, 02/09, 16/09, 23/09, 30/09, 07/10, 14/10, 21/10 e 28/10

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – "Língua padrão: o que é e para que serve?"

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Conhecer e refletir sobre a noção de gramática, ultrapassando os limites tradicionais e frequentemente preconceituosos que definem gramática apenas como a "língua certa".

CONTEÚDOS:

1.1- Conceito de língua padrão.

1.2- Por que e para que devemos utilizar a língua padrão?

ATIVIDADES:

1- Produção de textos autorais.

2- Leitura e interpretação de textos.

METODOLOGIA:

1- Exposição oral docente, discussões e reflexões em grupo, orientações individuais aos acadêmicos.

2- Organização de grupos de produção textual, atitudinalmente.

3- Planejamento de leitura de textos.

AVALIAÇÃO: Participação ativa nas discussões do tema proposto, assim como nas produções textuais, na leitura e interpretação de textos.

TEMA 2 – "Língua e escrita"

OBJETIVO ESPECÍFICO: Saber diferenciar as modalidades da língua: ou seja, a gramática da fala e a gramática da escrita, uma vez que escrever bem não é simplesmente "impor a fala", mas reformulá-la em outra gramática.

CONTEÚDOS:

2.1- Conceito de gramática da fala e gramática da escrita. As especificidades de cada uma.

2.2- O universo da escrita.

ATIVIDADES:

1

- 1- Produção de textos autorais;
- 2- Leitura e interpretação de textos.

METODOLOGIA:

- 1- Exposição oral docente, discussões e reflexões em grupo, orientações individuais aos acadêmicos;
- 2- Organização de grupos de produção textual e individualmente;
- 3- Planejamento de leituras de textos.

AValiação:

- 1- Participação ativa nas discussões de tema-proposta, assim como nas produções textuais, na leitura e interpretação de textos;
- 2- No dia 09/09, será realizada a primeira avaliação do semestre (conteúdo: temas 1 e 2), que vale 10 pontos.

TEMA 3 – “Os gêneros da linguagem escrita em seus universos textuais mais básicos: o texto crítico, o texto opinativo e o texto informativo”

OBJETIVO ESPECÍFICO: Promover o estudo dos gêneros da linguagem escrita e estimular a produção autoral de textos e a participação ativa no processo de leitura e interpretação de textos.

CONTEÚDOS:

- 3.1- Conceito de texto crítico, texto opinativo e texto informativo;
- 3.2- Produção de textos autorais, de forma individual ou em grupo, a partir dos conceitos estudados e dos diversos temas propostos ao longo do semestre.

ATIVIDADES:

- 1- Produção de textos autorais;
- 2- Leitura e interpretação de textos;
- 3- Elaboração de resenha crítica de artigo científico;
- 4- Elaboração do Seminário/Debate: fundamentos, introdução, desenvolvimento e conclusão;
- 5- Apresentação de uma dramatização.

METODOLOGIA:

- 1- Exposição oral docente, discussões e reflexões em grupo, orientações individuais aos acadêmicos;
- 2- Organização de grupos de produção textual e individualmente;
- 3- Planejamento de leituras de textos;
- 4- Preparação e elaboração orientada do Seminário/Debate;
- 5- Orientação das propostas de dramatização.

AValiação:

- 1- Participação ativa nas discussões do tema proposto, assim como nas produções textuais, na leitura e interpretação de textos;
- 2- Até o dia 30/09, entregar a resenha crítica, que vale 10 pontos;
- 3- No dia 04/11, haverá a dramatização, preparada e apresentada pelos acadêmicos. No dia 11/11, será elaborado em sala um mesmo texto opinativo e informativo acerca da apresentação. Este vale 10 pontos (avaliação a ser realizada em duas aulas);
- 4- Na semana do dia 16/11 ao dia 18/11 será realizado o Seminário/Debate. A avaliação do texto escrito será grupal e vale 10 pontos.

TEMA 4 – “Tópicos gramaticais da escrita”

OBJETIVO ESPECÍFICO: Abordar particularmente as principais dificuldades técnicas por que passam os acadêmicos nos pontos em que a gramática da língua padrão escrita se distancia da linguagem oral, informal, cotidiana, do português do Brasil.

CONTEÚDOS:

- 1- Pronomes pessoais;
- 2- Estrangeirismos;
- 3- Gêneros dialéctos;
- 4- Emprego de *este* e *esse*;
- 5- Mistura de pronomes;
- 6- Formas de imperativo;
- 7- “Apesar de...” versus “Apesar de o...”;
- 8- Pontuação;
- 9- Verbos irregulares;
- 10- Regência;
- 11- Crase;
- 12- Os “quês” e os “porquês”;
- 13- O dito “cujo”;
- 14- Onde, seu, sua, dele, dela, meu(s), minhas...

ATIVIDADES:

- 1- Revisão de tópicos gramaticais da escrita;
- 2- Elaboração de textos específicos que trabalhem os conteúdos revisados. Os textos poderão ter extensão variada: de uma frase isolada a parágrafos mais extensos, contextualizados em um texto maior do não.

METODOLOGIA:

- 1- Discussão e reflexão sobre os “distanciamentos” e “acercamentos” entre a gramática da fala e a gramática escrita da língua padrão;
- 2- Aplicação dos tópicos gramaticais da escrita na produção dos textos em curso;
- 3- O presente tema terá seu desenvolvimento ao longo do semestre, em duas aulas, todos os dias, exceto nos dias das avaliações e apresentações.

AValiação:

- 1- Participação ativa na discussão e reflexão do tema proposto e na produção de textos.
- 2- Avaliação processual e cumulativa dos tópicos gramaticais, estes a serem verificados nas diversas modalidades de produção textual (escrita e oral) que serão realizadas no semestre.
- 3- No dia 11/11, será realizada uma avaliação (10 pontos) sobre tópicos gramaticais da escrita (avaliação a ser realizada em duas aulas).

BIBLIOGRAFIA

- BAER, Eupico; SOUZA, Ana Cláudia de. *Prática de leitura e produção de texto*. Curitiba: UNESC, 2001.
- CAMPEDIELLI, Samira Yousefi; SOUZA, Jesus Barbosa. *Produção de textos & usos da linguagem: curso de redação*. 2. ed. São Paulo: Saraiva, 1999.
- CIPRO NETO, Pasquale. *Inglês e bela*. Série de 4 volumes. 4. ed. São Paulo: Publifolha, 2002.
- _____. *Nossa língua em letra e música*. São Paulo: Publifolha, [ver data].
- _____. *O dia-a-dia da nossa língua*. São Paulo: Publifolha, [ver data].
- PARACO, Carlos Alberto; TEZZA, Consóvia. *Oficina de texto*. Petrópolis: Vozes, 2003.
- _____. *Prática de texto: língua portuguesa para nossos estudantes*. 7. ed. Petrópolis: Vozes, 1999.
- _____. *Prática de texto para estudantes universitários*. 3. ed. Petrópolis: Vozes, 2001.
- PARACO, Carlos Alberto; MADRYE, David. *Língua portuguesa: prática de redação para estudantes universitários*. 10. ed. Petrópolis: Vozes, 2002.
- PIORIN, José Luiz; SAVIOLI, Francisco Pletão. *Para entender o texto: leitura e redação*. 16. ed. São Paulo: Ática, 2000.
- GARCIA, Ottoni Moacyr. *Comunicação em prazo moderno: aprenda a escrever, aprendendo a pensar*. 20. ed. Rio de Janeiro: FGV, 2000.
- SÁNCHEZ M., Enilda. *Compreensão e produção de textos: dificuldades e ajuda*. Porto Alegre: Artmed, 2002.


Larote Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Fórum 11/11/21 - Petrópolis/UNESC

PLANO DE ENSINO

Disciplina: Anatomofisiologia I

Créditos: 04 **Carga Horária:** 72h/aulas **Período:** 1º/2005

Professor: Josele Maria

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para atuação no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: A disciplina de Anatomofisiologia I visa capacitar o aluno a identificar e descrever, as estruturas dos Sistemas Osteo-articular, Muscular, Digestório, Excretor e Urogenital, estabelecendo as devidas correlações funcionais dos respectivos sistemas, consolidando o emprego da nomenclatura anatômica, conforme a Nomenclatura Anatômica (PNA).

EMENTA: Noções gerais de Anatomia e Fisiologia Humanas. Localização anatômica, morfologia e funcionalidade dos sistemas orgânicos: Osteo-articular, Muscular, Digestório, Excretor e Urogenital.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DE TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Introdução ao Estudo da Anatomia e Fisiologia Humanas	2 aulas Teóricas	21/02 = 2 aulas teóricas
2- Sistema Osteo-articular	4 aulas Teóricas 6 aulas Práticas	21/02 = 2 aulas teóricas 28/02 = 2 aulas teóricas e 2 aulas práticas 07/03 = 4 aulas práticas
3- Sistema Muscular	10 aulas Teóricas 14 aulas Práticas	14/03 = 4 aulas teóricas 21/03 = 4 aulas práticas 04/04 = 4 aulas práticas 11/04 = 1 Prova Teórico-prática 18/04 = 2 aulas teóricas e 2 aulas práticas 25/04 = 4 aulas práticas
4- Sistema Digestório	8 aulas Teóricas 4 aulas Práticas	02/05 = 4 aulas teóricas 09/05 = 4 aulas práticas 23/05 = 11 Prova Teórico-prática
5- Sistema Urogenital	8 aulas Teóricas 4 aulas Práticas	30/05 = 4 aulas teóricas 06/06 = 4 aulas práticas 13/06 = 111 Prova Teórico-prática
6- Prática como componente curricular	12 aulas	28/04 = 4 aulas 16/05 = 4 aulas 20/06 = 4 aulas

TEMAS/OBJETIVOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA

TEMA 1 – Introdução ao Estudo da Anatomia e Fisiologia Humanas:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Compreender os conceitos de Anatomia e Fisiologia;

CONTEÚDOS:

1.1 - Divisões da Anatomia e Fisiologia Humanas

1.2 - Divisão do corpo humano, posição anatômica, Nomenclatura anatômica e princípios de construção do corpo humano.

1.3 - Normalidade e Alterações da Normalidade

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

TEMA 2 – Sistema Osteo-articular

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificação e descrição das estruturas anatômicas correlacionando estas com a sua fisiologia.

CONTEÚDOS:

2.1- Osso: conceito, fisiologia e classificação.

2.2 - Esqueleto: conceito, função e classificação. Constituição do esqueleto axial e esqueleto apendicular: torácico e pélvico.

2.3 - Artrologia: conceito, Classificação das Articulações: fibrosas, cartilaginosa e sinoviais. Articulações fibrosas: conceito, função, constituição e localização. Articulações cartilaginosa: conceito, função, constituição e localização.

2.4 - Articulações sinoviais: conceito, função, constituição (elementos constantes e inconstantes), localização, movimentos e classificação quanto a forma das superfícies articulares.

ATIVIDADES: Aulas práticas

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas

TEMA 3 – Sistema Muscular

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificação e descrição das estruturas anatómicas correlacionando estas com a sua fisiologia.

CONTEÚDOS:

3.1- Classificação dos músculos. Músculo: conceito, função e localização. Músculo estriado cardíaco: conceito, função e localização. Músculo estriado esquelético: elementos constituintes, origem, inserção e classificação.

3.2 - Atividade muscular, estrutura do músculo estriado, inervação, placa motora e junção neuromuscular.

3.3 - Contração muscular: conceito e mecanismos.

3.4 - Músculos Axiais do corpo e músculos dos membros superiores e inferiores. Postura e Deambulação. Postura, orientação do corpo, arcos dos pés, posição da linha de gravidade e estabilidade da postura. Desambulação: Fases da marcha, ciclo da marcha e padrão normal da marcha.

ATIVIDADES:

1- Aulas práticas.

2- Leitura e interpretação de textos sugeridos durante o desenvolvimento da disciplina.

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas.

AValiação:

1- I Prova teórico-prática individual, dos conteúdos dos temas 1, 2 e 3 (3.1,3.2 e 3.3). Peso 10,0.

TEMA 4 – Sistema Digestório

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificação e descrição das estruturas anatómicas correlacionando estas com a sua fisiologia.

CONTEÚDOS:

4.1- Tubo digestório: boca ou cavidade bucal: conceito, função e divisão. Língua: conceito, características gerais e função das papilas linguais. Dentist: conceito, características e funções. Faringe: conceito, função e divisão. Esôfago: conceito, função, porções e estreitamentos.

4.2 - Transporte e mistura do alimento no tubo presente na porção supra-diafragmática.

4.3- Estômago: conceito, função, partes e produção do suco gástrico.

4.4 - Intestinos: conceito e divisão. Intestino delgado: partes, estrutura e funções. Intestino grosso: partes, estrutura e funções.

4.5- Digestão e absorção no trato gastrointestinal.

4.6- Glândulas Anexas: Glândulas salivares: conceito, função e localização. Fígado: conceito, função, localização, produção da bile.

4.7- Sistema excretor: ductos hepáticos, vesícula biliar, ducto cístico e ducto colédoco, Pâncreas: conceito, função, porções endócrina e porção exócrina, partes e ductos pancreáticos.

ATIVIDADES: Aulas práticas.

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas.

AValiação: II Prova teórico-prática individual, dos conteúdos dos temas 3 (3.4) e 4. Peso 10,0.

TEMA 5 – Sistema Urogenital

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificação e descrição das estruturas anatómicas correlacionando estas com a sua fisiologia.

CONTEÚDOS:

4.1- Sistema Urinário

4.1.1- Conceito, função e constituição.

4.1.2 - Rim: conceito, função, morfologia externa e interna e formação da urina.

4.1.3 - Uréter: conceito, porções e pontos de estreitamento. Bexiga Urinária: conceito, função, forma, morfologia externa e interna. Uretra: conceito e comportamento no homem e na mulher.

4.2- Sistema Genital Masculino

4.2.1- Conceito, função e constituição. Escroto: conceito e estrutura.

4.2.2- Testículo: conceito, função, forma, envoltórios e espermatogênese. Epididimo: conceito, função e partes. Ducto deferente: conceito.

4.2.3- Funículo espermático: conceito e estrutura. Uretra masculina: partes. Pênis: conceito e partes. 4.2.4- Glândulas anexas (conceito, constituição e função): Vesículas seminais, Prostata e Bulbo-uretral.

4.2.5- Axão da testosterona.

4.3- Sistema Genital Feminino

4.3.1- Conceito e constituição.

4.3.2- Ovarios: conceito, forma, estrutura e ciclo ovariano.

4.3.3- Tubas uterinas: conceito, porções e ligamentos.

4.3.4- Útero: conceito, porções, parede uterina e angulações.

4.3.5- Vagina: conceito, fôrmeas e hister.

4.3.6- Vulva: conceito e constituição. Sistema hormonal feminino. Estômago: conceito, função, partes e produção do suco gástrico.

ATIVIDADES:

1- Aulas práticas.

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas.

AValiação:

1- III Prova teórico-prática individual, dos conteúdos do tema 5. Peso 10,0.

TEMA 6 – Prática como componente curricular

OBJETIVO ESPECÍFICO: Proporcionar ao aluno a aplicação dos conteúdos teóricos de anatomofisiologia na análise do consumo alimentar e de suplementos de praticantes de academia ou atletas quanto as implicações fisiológicas.

ATIVIDADES: Pesquisa em artigos científicos.

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva e dialogada.

2- Pesquisa na base de dados da biblioteca com os dados obtidos do estudo de caso realizado pela disciplina Bases da Nutrição Humana.

3- Apresentação e discussão dos resultados encontrados.

AValiação: Apresentação e discussão dos resultados obtidos pelo grupo. Peso 10,0.

Obs: Os grupos para pesquisa e apresentação dos resultados do estudo de caso serão compostos por 5 (cinco) alunos.

BIBLIOGRAFIA

1- AYES, MM. *Fisiologia*. 2ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1999.

2- GRAY, DL; DRAHILLY. *Anatomia Humana*. 4ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1985.

3- GUYTON, AC; HALL, JE. *Tratado de Fisiologia Médica*. 9ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997.

4- DANGELO, JG; FATTINI, CA. *Anatomia Humana Sistêmica e Segmentar para o estudante de medicina*. 2ed. São Paulo: Atheneu, 2002.

5- JACOB, SW; FRANCONI, C. *Anatomia e Fisiologia Humana*. 3ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1990.

6- SOBÓTTA, J; BECHER, H. *Atlas de Anatomia Humana*. 17ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan/ Vol. 1 e 2, 1998.

7- YOKOCHI, C.; ROSEN, JW. *Atlas fotográfico de Anatomia Sistêmica e Regional*. 3ed. São Paulo: Manole, 1999.


Lorete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Portaria nº 12021-Secretaria/UNESQ

PLANO DE ENSINO

Disciplina = Aprendizagem Desenvolvimento Motor
Créditos = 04
Professora = Eliza Tereza Stradotto

Carga Horária = 72h aulas
Semestre/Ano: 1º/2005

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física."

OBJETIVO DA DISCIPLINA: Expor e aprofundar a consciência crítico-social transformadora da realidade, permitindo a compreensão sobre a natureza e a importância do movimento humano, como meio de acesso e inserção no mundo vivido, favorecendo a construção de valores e atitudes por meio de métodos interativos.

EMENTA: Fundamentos Neurais da aprendizagem motora e cognitiva. Teorias da Aprendizagem Motora e Cognitiva. Relação das habilidades psico-motoras no desenvolvimento cognitivo, afetivo e social em diferentes faixas etárias e fatores que interferem na evolução motora e cognitiva do ser humano.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO:

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1. Desenvolvimento Motor e Aprendizagem Motora na infância.	12	25-fevereiro 04-março 11-março
2. Movimento Humano.	08	18-março 01-abril
3. Características Desenvolvimentistas nas diversas faixas.	16	08-abril 15-abril 22-abril 29-abril
4. Princípios de Aprendizagem no Processo Global e Cumulativo nas diversas áreas do desenvolvimento neuropsicomotor.	16	06-maio 13-maio 20-maio 26-maio: F. saída do C.
5. A educação Psicomotora na Formação e Estruturação da personalidade.	08	27-maio 03-junho
6. O professor de Ed. Física, sua Formação na função de Bacharelado	04	10-junho
7. O Desenvolvimento da Adolescência	08	17-junho 24-junho

OBS: 12 aulas serão trabalhadas extracurricularmente em academias onde observarão e farão entrevistas sobre o desenvolvimento dos adolescentes, que praticam atividades físicas nesses espaços.

TEMA 1:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Reconhecer as características Essenciais e Necessidades Básicas da Criança de 3 a 6 anos. Biopsicofisiológicas, para o seu melhor desenvolvimento e sociabilidade.

CONTEÚDOS: O Desenvolvimento Motor, o pensar e a linguagem, suas características e suas necessidades.

ATIVIDADES: Leitura de um Polígrafo, discutir pontos importantes. Questões levantadas pelos constantes.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva e dialogada;
- Debates;
- Exposição do plano de ensino;

AValiação:

- Observação constante de acadêmicos;
- Envolvimento dos acadêmicos quanto a disciplina;
- Verificação dos conteúdos, assimilados por meio da produção de textos;
- Questionamentos e discussão;
- Observação em Direções: Rotatória;

4

TEMA 2:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Reconhecer que o movimento é uma necessidade vital-essencial do ser humano, desde a exteriorização das emoções à consciência e à individualidade do próprio corpo, o movimento é revelador de uma conquista progressiva de independência.

CONTEÚDO:

- O movimento como Forma de Comportamento.
- Estudo da Motricidade e a sua importância no Desenvolvimento Psicológico da Criança.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva (Transparência).
- Trabalho em Dupla.
- Elaboração de um Artigo.

AValiação:

- O aprendizado demonstrado por meio do Escreva Artigo.
- As colocações Gerais sobre o tema verificado.

TEMA 3:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Compreender o ato motor como desenvolvimento vivenciado e não meramente mecânico, para oportunizar aos educandos, movimentos que não fique só no plano da representação e do conhecimento, mas uma regulação fisiológica do movimento em uma segunda condição a imagem do objeto com níveis elevados da representação perceptiva ou intelectual.

CONTEÚDOS:

- O ato Motor na Visão Wulffmann.
- A importância da Motivação.
- A importância da Imitação.
- As Relações Afetivas.

ATIVIDADES:

- Leitura em Sala de Aula sobre o polígono.
- Resumir as ideias contextualizando-as.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva e dialogada.
- Lâminas.
- Textos.

AValiação: Prova Operatória Individual (em momento de Estudo).

TEMA 4:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Compreender e Analisar a consciência e o Movimento, para que na prática surta aos educandos oportunizar formas de atividades e exercícios, que supram suas necessidades culturais orientadas, para o seu desenvolvimento cognitivo e Ativo.

ATIVIDADES: Leitura dos textos, exposição de cada um sobre o assunto abordado.

METODOLOGIA: Aulas expositivas, Individualmente exposição do tema verificado por alguns acadêmicos.

CONTEÚDOS:

- A neurociência e o movimento.
- Conceitos sobre movimento.
- O que mantém o corpo em movimento.
- Reflexos da Coluna com relação aos movimentos.
- Os reflexos de flexão provocam o movimento de todo o membro.
- Determinados reflexos consistem em movimentos rítmicos.
- Memória Perceptiva e Aprendizagem.
- A concentração como auxílio do Desenvolvimento do Exercício Físico.
- Sistemas de Controle.
- A função dos Pulmões no Desenvolvimento dos Exercícios Físicos.
- Músculos da Inspiração.
- Músculos da Expiração. Alteração da Respiração Antes do Exercício.
- Alteração da Respiração durante o Exercício.

ATIVIDADES:

- Exposição em Lâminas.
- Leitura dos Textos.
- Apresentação do Trabalho por Grupo (Tema Individual para cada um).

METODOLOGIA:

- Discussão e debates.
- Mem Ronda, para apresentação dos temas.
- Perguntas feitas pelos que estão presente ouvindo.

AValiação: Envolvimento dos acadêmicos.

TEMA 5:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Conhecer as teorias aplicadas ao processo de desenvolvimento Psicomotor do Estudante, saber de sua importância ligada ao movimento e a consciência do Esquema Corporal para a Estruturação da Personalidade.

CONTEÚDOS:

- História da Psicomotricidade e sua importância.
- Emoção em Construção na Criança, Conceitos Psicomotores (Esquema Corporal, Lateralidade, Orientação e Estruturação Espacial, Inteligência Espacial e Inteligência Corporal Cinemática), Coordenação Óculo-Manual, Equilíbrio, Desenvolvimento do Cérebro como órgão de Comunicação e Aprendizagem, A psicoacuidade na Escola, Formação do Especialista.

METODOLOGIA:

- Aula expositiva e dialogada.
- Leitura de Textos.

AValiação:

- Análise dos textos apresentados (Uma breve Síntese e forma de texto).
- Avaliação em Dupla sem consulta.

TEMA 6:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Discernir a Relação entre desenvolvimento e Aprendizagem nas diferentes faixas que envolvem o comportamento e o pensamento humano.

CONTEÚDOS:

- Um alerta às escolinhas.
- Piaget e a Origem do Conhecimento.
- Vygotsky e o processo de Aquisição do Conhecimento.
- O conhecimento na perspectiva de Wallon.
- Atividades Lúdicas, possibilidades Educacionais em Piaget.
- Wallon e o Sentido Educativo do Jogo.
- ATIVIDADES.
- Mesa Redonda com Sessões para falar dos textos.
- Uma Breve Abordagem explicativa sobre o assunto abordado.

METODOLOGIA:

- Debates.
- Formulações de perguntas feitas pelos acadêmicos a mesa.

AValiação:

Envolvimento dos acadêmicos (teoria e prática).

TEMA 7:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Compreender biologicamente as diferenças junto aos adolescentes no sentido de gênero, e quais medidas a serem tomadas quanto ao desempenho motor de ambos os sexos, bem como o reconhecimento de atividades mais indicadas para esta idade.

CONTEÚDO:

- Fatores que afetam o Surgimento da Puberdade.
- Fatores que afetam o impulso do crescimento Puberal.
- Variações Sazonais em Crescimento.
- Mudanças Filológicas.
- Mudanças em Tecidos do Corpo.
- Mudanças em Desempenho Motor.
- Coordenação Motora e Equilíbrio.
- Tendências muito Antigas e Variações Genéticas, em desempenho Motor.

BIBLIOGRAFIA:

BARBIZART & DUZÁBO. (1985). Manual de Neuropsicologia. Porto Alegre: Artes médicas.

1. BRONFENBRENNER, U. (1987). La ontología del desarrollo humano. Barcelona: Paies.
2. CAUDURO, M.T. (1993). Reflexões sobre a Psicomotricidade. Revista Educação para Crescer, REC-RS, Join: Linguat, 29-35.
3. DAMASCENO, B.; GUERREIRO, M. (1991). Desenvolvimento Neuropsíquico. IN: Pensamento e Linguagem: Estudos na perspectiva da Psicologia soviética. (10-16). Campinas: Papirus.
4. DANTAS, H. (1992). Do ato motor ao ato mental: A Gênese da inteligência segundo Wallon. IN: Piaget, Vygotsky, Wallon. (35-44). São Paulo: Summus.
5. DE MARCO, (1993). Pensamento e Educação Motora. São Paulo: Papirus.
6. FONSECA, V.; MENDES, N. (1987). Habilidade, essência, Quem é tu? Porto Alegre: Artes Médicas.
7. FONSECA, V. (1992). Manual de Observação Psicomotor. Lisboa: editorial Nollejas.
8. FONSECA, V. (1994). Proficiência motora em crianças normais e com dificuldades de aprendizagem. Comunicação apresentada em el Seminário de Psicomotricidad Terapéutica en la escuela CREI-SANTS de la Universidad de Barcelona.
9. FONSECA, V. (1995). Educação Especial: programa de Estimulação precoce. Uma introdução as ideias de Feinstein. Porto Alegre: Artes Médicas.
10. FONSECA, V. (1995). Introdução as dificuldades de aprendizagem. Porto Alegre: Artes Médica.

11. FREIRE, J.B. (1989). Educação do corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física. São Paulo: Scipione.
12. GARDNER, H. (1994). Estruturas da Mente: A teoria das inteligências múltiplas. Porto Alegre: Artes Médicas.
13. GONÇALVES, M.S. (1994). Sentir, pensar, agir: corporeidade e educação. Campinas: Papirus.
14. GONZALEZ, J. (1995). Processos neurológicos básicos em Psicomotricidade. Psicomotricidade: Revista de Estudos y Experiencias, 1, (49), 43-66.
15. IDL, S.M. (1994). A identificação dos distúrbios de aprendizagem em sala de aula. Temas sobre o desenvolvimento, 3 (18), 25-27.
16. LE BOULCH, J. (1982). O desenvolvimento psicomotor: do nascimento aos 6 anos. Porto Alegre: Artes Médicas.
17. LEFREVE, A.B. (1976). Exame neurológico evolutivo. São Paulo: Sarvier.
18. LEITE, L.B. (1991). As dimensões behaviorista e construtivista em Vygotsky e Piaget. IN: Pensamento e Linguagem. São Paulo: Papirus.
19. LONGO, P. (1992). Estruturas reflexivas e atividades motoras. Revista brasileira de ciência do esporte, 13 (3), 331-356.
20. LURIA, A.R. (1969). El cerebro y el psiquismo. Barcelona: Martínez Roca.
21. NEGRINE, A. (1995). Aprendizagem e desenvolvimento infantil. Psicomotricidade: alternativa pedagógica. Porto Alegre: Prodi.
22. PIETROV, M.A. (1973). A evolução do pensamento humano. Lisboa: ad presença.
23. SPRINGER, S.P.; DEUTSCH, G. (1990). Cerebro izquierdo, cerebro derecho. Barcelona: Gaudin.
24. VAYER, P. (1982). A criança diante do mundo. Porto Alegre: Artes Médicas.
25. VAYER, P. (1972). El Dialogue corporel. Paris: Doin.
26. VAYER, P.; FICQ, L. (1984). Educación psicomotriz e articulation motrice. Paris: Doin.
27. WALLON, Henry. A Evolução Psicológica da Criança. Portugal: Edições 70, Lda 1995.



Lorete Tarsa Marcos
Secretaria Acadêmica
Telefone: (51) 3031-8410/3031-8455



PROGRAMA DE ENSINO

IDENTIFICAÇÃO

Disciplina: Bases Da nutrição Humana
Créditos: 02
Professoras: Adriana Soares Lobo

Carga Horária: 36 h/aulas

Ano/Semestre: 2005/1

MISSÃO DA UNESC

Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (BACHARELADO)

Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA

Após final da disciplina o aluno deverá ser capaz de entender a importância de uma alimentação adequada para promoção e manutenção da saúde e obter umidivante no aumento da performance atlética.

EMENTA DA DISCIPLINA

Fundamentos básicos de nutrição. Nutrientes e suas classificações. Importância dos nutrientes para o organismo humano. Metabolização dos nutrientes em repouso e em exercício. Necessidades nutricionais para promoção da saúde e performance atlética. Avaliação de necessidade e demanda energética.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	Datas
1- Fundamentos básicos de nutrição.	16 aulas	23/02; 02/03; 09/03; 16/03; 23/03; 30/03; 06/04; 13/04
2- Nutrição para a saúde	08 aulas	20/04; 27/04; 04/05; 11/05
3- Nutrição para atividade física e esporte	12 aulas	18/05; 25/05; 01/06; 08/06; 15/06; 22/06

TEMAS / CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS/ CRONOGRAMA

TEMA 1 – Fundamentos básicos de nutrição

Objetivo Específico:

Identificar a importância dos nutrientes para o organismo humano, seu metabolismo e suas principais fontes alimentares.

Conteúdos:

Cincoletas básicas de nutrição

Digestão, absorção e transporte de nutrientes.

Carboidratos: definição, classificação, funções, fontes e metabolismo.

Fibras: definição, classificação, funções e fontes.

Proteínas: definição, classificação, funções, fontes e metabolismo.

Lipídios: definição, classificação, funções, fontes e metabolismo.

Vitaminas: definição, classificação, funções, fontes e metabolismo.

Minerais: definição, classificação, funções, fontes e metabolismo.

Água e eletrólitos.

Energia.

Atividades/ Metodologia:

Aulas expositivas dialogadas.

Atividade prática: Cálculo do gasto energético e necessidades de energia.

Seminários.

Leitura de artigos científicos.

Avaliação:

Seminário: Vitaminas e Minerais (Data: 30/03 e 06/04).

Avaliação escrita individual 1 (Data: 13/04)

TEMA 2 – Nutrição para a saúde

Objetivo Específico:

Conhecer as recomendações de ingestão alimentar para a saúde e os problemas associados à má alimentação.

Conteúdos:

Definições e considerações sobre recomendações nutricionais.

Necessidades e recomendações de nutrientes.

Guia Alimentares.

Problemas nutricionais (anúncias nutricionais, sobrepeso e obesidade, doenças crônicas não transmissíveis, distúrbios metabólicos).

Atividades/Metodologia:

Aulas expositivas dialogadas.

Estudo dirigido.

Leitura de artigos científicos.

Avaliação:

Estudo dirigido sobre problemas nutricionais (Data de entrega: 13/05).

TEMA 3 – Nutrição para a atividade física e o esporte

Objetivo Específico:

Entender benefícios de uma dieta equilibrada para a prática de atividades físicas e como coadjuvante no aumento da performance atlética.

Conteúdos:

Sistemas energéticos. Transferência de energia no repouso e na atividade física.

Nutrição esportiva: conceitos e mitos.

Considerações e recomendações de nutrientes para praticantes de atividades físicas e atletas de diferentes modalidades.

Dieta para diferentes fases de treino e competição.

Hidratação. Bebidas Esportivas.

Desidratação e Hipernatremia.

Suplementos esportivos: de carboidratos, lipídios, proteínas, vitaminas e minerais.

Anabolizantes.

Atividades/Metodologia:

Aulas expositivas dialogadas.

Estudo de caso: Análise do consumo alimentar e uso de suplementos em praticantes de atividade física ou atleta. (Articulação com a disciplina Anatomofisiologia).

Leitura de artigos científicos.

Avaliação:

Estudo de caso.

Avaliação escrita individual 2. Temas 2 e 3 (Data: 22/06).

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

1- Avaliações escritas individuais 1 e 2;

2- Seminários (apresentação oral do grupo com peso sete e avaliação escrita a ser realizada ao término das apresentações com peso três*);

3- Estudo dirigido (em duplas ou trios);

4- Estudo de caso.

Observações:

O atraso na entrega dos trabalhos acarretará na diminuição de um ponto por dia de atraso.

Uma semana antes de cada seminário o grupo deverá apresentar ao professor da disciplina o conteúdo a ser trabalhado.

*Ao final do seminário será realizada uma avaliação com todos os alunos sobre o conteúdo. Esta nota valerá três pontos na nota do seminário.

REFERÊNCIAS BÁSICAS

BACURAU, R.F. Nutrição e suplementação esportiva. 2.ª ed. São Paulo: Phorte Editora, 2001. 294 p.

DÂMASO, A. Nutrição e exercício na prevenção de doenças. Rio de Janeiro: MEDSI, 2001. 433 p.

CLARK, N. Guia de nutrição esportiva: alimentação para quem vive ativo. 2.ª ed. Porto Alegre: Artmed, 1998. 376 p.

GUEDES, D.P.; GUEDES, T.E.B.P. Controle do peso corporal, composição corporal, atividade física e nutrição. Londrina: Modigraf, 1998. 311 p.

KAMEL, D.; KAMEL, J.G.N. Nutrição e atividade física. 4.ª ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2003. 120 p.

MAHAN, L.R.; ESCOTT-STUMP, S. *Krebsz alimentos: nutrição e distúrbios*. 10.ª ed. São Paulo: Roca, 2000. 1157 p.

MCARDLE, W.D.; KATCH, F.I.; KATCH, V.L. Nutrição: para o desporto e exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001. 694 p.

_____. Fundamentos da Fisiologia do Exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 668 p.

OLIVEIRA, J.E.D.; MARCHINI, J.S. *Câmbios Nutricionais*. São Paulo: Sarvier, 1998. 403 p.

BENTEADO, M.V.C. (Org.). *Próteínas: aspectos nutricionais, bioquímicos, clínicos e analíticos*. São Paulo: Manole, 2003. 612 p.

PHILLIPS, S.T. et al. Pirâmide Alimentar Adaptada: guia para escolha de alimentos. *Revista de Nutrição*, 1992; v.12, n.1, p.65-80.

WILLIAMS, S.B. *Fundamentos de Nutrição e Dietoterapia*. 6.ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997. 604 p.

REFERÊNCIAS COMPLEMENTARES

CARVALHO, T. et al. Guidelines of the Brazilian Society of Sports Medicine: Dietary changes, fluid replacement, food supplements and drugs: demonstration of ergogenic action and potential health risks. *Rev Bras Med Esporte*, Apr 2003, v.9, n.2, p.87-88.

MAUGHAM, R.J.; BURKE, L.M. Nutrição Esportiva. Porto Alegre: Artmed, 2004. 198p.

SIMÕES, B. G.; COMBELL, C. S.-G. Recursos ergogênicos: suplementação de carboidratos, líquidos, monóxido de

YANNUCCI, H. et al. Aplicação das recomendações nutricionais adaptadas à população brasileira. *Cadernos de Nutrição, Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição*, 1996; 2: 154.

Sítios de interesse

www.matfaoonpauta.com.br
www.gml.com.br
www.rgvtr.com.br
www.aban.com.br



Lorete Tanca Marcos
Secretaria Acadêmica
Petrópolis, 09/2021. *Reitoria UNESP*



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO



DISCIPLINA: FUNDAMENTOS EPISTEMOLÓGICOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA
CREDITOS: 02 CARGA HORÁRIA: 36 PERÍODO: 1º Semestre/2005
PROFESSORA: Ana Lúcia Cardoso

PLANO DE ENSINO

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade de ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para atuação no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científicas e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

I - OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Partindo de questões consideradas essenciais da Epistemologia, discutir os campos do conhecimento correspondentes à Educação Física, na perspectiva da cientificidade e da organização disciplinar.

II - EMENTA: Bases epistemológicas e conceitos básicos em Educação Física; campo epistemológico da educação física; Tendências pedagógicas do ensino de Educação Física e intervenção profissional nos diversos campos de atuação.

III - PROGRAMA DE ATIVIDADES:

Plano temático e Distribuição do tempo:

Tema	nº de aulas	datas
1- Epistemologia e conhecimento	10 h/a	23 de fevereiro; 03, 09, 16, 23 de março.
2- A ciência moderna: constituição e significado	10 h/a	30 de março; 06, 13, 20, 27 de abril.
3- Epistemologia e Educação Física	16 h/a	04, 11, 18, 25 de maio; 01, 08, 15, 22 de junho.

TEMA 1 – Epistemologia e conhecimento

OBJETIVO ESPECÍFICO:

* Compreender a contribuição da epistemologia na construção do conhecimento.

TEMÁTICAS: a) Epistemologia como teoria do conhecimento;

A) abordagem positivista, fenomenológica, crítica-dialética.

TEMA 2 – A ciência moderna: constituição e significado

OBJETIVO ESPECÍFICO:

* Estudar questões básicas para a discussão epistemológica da ciência e suas caracterizações.

TEMÁTICAS:

A) crise da razão na modernidade.

TEMA 3 – Epistemologia e Educação Física

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Caracterizar e comparar as principais concepções de campos disciplinares da educação física presentes no Brasil e as possibilidades de articulação entre as áreas.

TEMÁTICAS:

Tendências pedagógicas. A articulação disciplinar e intervenção disciplinar em âmbito nacional; A crítica ao empreendimento científico na Educação Física; os meios de articulação; interdisciplinar existentes e perspectivas futuras.

IV- METODOLOGIA DE TRABALHO E AVALIAÇÃO:

- As aulas serão desenvolvidas, basicamente, pela metodologia expositivo-dialogada; além disso outros procedimentos poderão ser utilizados, tais como palestras, depoimentos, painéis, vídeos, etc.. A avaliação levará em conta a participação nas atividades oferecidas e na qualidade das contribuições à reflexão, além da preparação e exposição da tema selecionado e da produção do artigo ao final da disciplina.
- Tarefa semanal: leitura de (e) texto(s) obrigatório(s) por todos; preparação (quando for o caso) do tema selecionado pelo aluno(a) (ou dupla) para exposição e discussão em aula.
- Tarefa de conclusão da disciplina: elaboração de um artigo individual em base nos conteúdos da disciplina.

4

IV - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- ANDRADE, Carlos Drummond. *Corpo*. Rio de Janeiro: Record, 1984.
- ASSMAN, Silvio. Sobre o conceito de Ideologia. Florianópolis: UFSC, 1994 (mimeo).
- BRACHI, Valter. Educação física no 1 grau: conhecimento e especificidade. *Revista paulista de Educação Física*. São Paulo, p.23-28, 1996.
- _____. Educação Física e ciência: rumos de um casamento (re)feito. [Juiz de Fora: UNUFU, 1999].
- _____. As ciências e esporte no Brasil: uma avaliação crítica. In: FERREIRA, Arariljo. *As ciências do esporte no Brasil*. Campinas: Autores Associados, 1995.
- _____. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. *Caderno Codes*, ano XIX, n. 48, p. 69-87, agosto 1999.
- CHATELLET, François. Uma história da saúde. Rio de Janeiro: Zahar, 1994 (esp. 1).
- CHAUI, Marilena. *Convite à filosofia*. São Paulo: ática, 1995.
- _____. *Coletivo de autores. Metodologia do ensino de educação física*. São Paulo: Cortez, 1992.
- DESLANDES, Sueli Ferreira. Pesquisa social: Teoria, método e criatividade. In: Minayo, Maria Cecília de Souza (org). *Petrópolis, RJ: Vozes*, 1994.
- FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. A educação física em crise da modernidade. [Juiz de Fora: Unifil, 2001].
- GAMBOA, Silvio S. Teoria e prática: uma relação dialética e contraditória. *Motrivência*, dezembro de 1995.
- JAPIASSI, Hilton. Introdução ao pensamento epistemológico. Rio de Janeiro: F. Alves, 1986.
- HABERMAS, Jürgen. *Conhecimento e interesse*. Rio de Janeiro: Zahar, 1982.
- KUHN, Thomas. A estrutura das revoluções científicas. São paulo: Perspectiva, 1987.
- KUNZ, Elmor. Transformação dialética pedagógica do esporte. [Juiz de Fora: Unifil, 1994].
- _____. Educação física: ensino e mudanças. [Juiz de Fora: Unifil, 1991].
- _____. Esclarecimento e emancipação. *Movimento*, ano V, n.16, 1999:1.
- LÖWY, Michel. As aventuras de Karl Marx contra o Barão de Münchhausen. São paulo: Iluminismo Vida, 1987.
- MATURANA, Humberto. A ecologia da realidade. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 1997.
- MORIN, Edgar. O método e conhecimento do conhecimento. Lisboa: Publicações Europa-América, 1987.
- PLATÃO. *A república*. Brasília: Editora UnB, 1985.
- SERGIO, Manuel. Epistemologia da Malocclusão humana. Lisboa: Edições PMH, 1996.
- TRIVINOS, Augusto. Introdução à pesquisa em ciências sociais. São Paulo: Atlas, 1982.


Larete Jassia Marcos
Secretaria Acadêmica
Pólo III - 14750-1- Itaipava/UNESP



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO



DISCIPLINA:	Metodologia da Dança e das Atividades Rítmicas		
CRÉDITOS:	04	CARGA HORÁRIA:	72h
PROFESSOR(A):	Walter Savi	PERÍODO:	Matutino

PLANO DE ENSINO

1 – MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física."

2. OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física."

3 – OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Refletir a dança como manifestação da cultura corporal de movimento, ampliando a capacidade de criar e recriar, nas diversas possibilidades de expressão.

4 – EMENTA: História da dança, metodologia do ensino da dança, a dança no contexto sociocultural, concepções pedagógicas da dança, implicações do conteúdo de dança na prática pedagógica. A exploração associativa da música, da percussão e do movimento corporal.

5 – PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1 – Dança – Corpo – História	12	22/02 – 18/03
2 – Fundamentos técnicos e o ensino da dança - Prática complementar curricular	40 12	15,22,29/03 – 5,12,19,26/04 5,10,17,24,31/05 – 7/06
3 – Concepção pedagógica da E.F. e sua relação com a dança	08	14,21/06

TEMA 1 – DANÇA – CORPO – HISTÓRIA

OBJETIVO ESPECÍFICO: Possibilitar a reflexão sobre a importância da dança na construção de conhecimento.

CONTEÚDOS:

1.1- Contexto histórico;

1.3- Corporeidade;

ATIVIDADES: Anotações, diálogos, textos, mesa redonda;

METODOLOGIA:

1 – Aulas expositivas e dialogadas;

2 – Trabalho individual e de grupos;

3 – Palestras;

4 – Vídeos;

AVALIAÇÃO:

1 – Prova prática e teórica;

2 – Produção de texto.

TEMA 2 – Fundamentos técnicos e o ensino da dança

OBJETIVO ESPECÍFICO: Compreender os fundamentos técnicos da dança e sua articulação com o ato de ensinar.

CONTEÚDOS:

2.1 – Parâmetro da dança: (corpo, movimento, forma, espaço, ritmo, dinâmica);

2.2 – Construção coreográfica;

2.3 – Dança – cultura do movimento;

3.4 – Organização – Festival de dança;

2.5 – Prática complementar curricular: Observação e relatos de grupos de Dança;

ATIVIDADES:

1 – Leituras de textos;

2 – Vídeos;

3 – Mesa redonda;

4 – Vídeos de dança;

METODOLOGIA:

- 1 – Aulas expositivas e dialogadas;
- 2 – Atividade em grupos – aula prática;
- 3 – Vídeo;

AVALIAÇÃO:

- 1 – Avaliação teórica;
- 2 – Avaliação prática;
- 3 – Autoavaliação.

TEMA 3 – CONCEPÇÃO PEDAGÓGICA DA E.F. E SUA RELAÇÃO COM A DANÇA.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Caracterizar e comparar a concepção de ensino da E.F., estabelecendo uma relação com a dança.

CONTEÚDOS:

- 3.1 – Movimento humano – a dança e as concepções do ensino;
- 3.2 – Espaço e resistência da dança – mídia – improvisação.

ATIVIDADES:

- 1 – Leitura de textos;
- 2 – Diálogos.

METODOLOGIA:

- 1 – Aulas expositivas e dialogadas;
- 2 – Atividades em grupos;
- 3 – Seminário.

AVALIAÇÃO:

- 1 – Prova teórica;
- 2 – Autoavaliação.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. BRACHT, Václav. *Educação Física e Aprendizagem Social*. Václav Bracht, 2ª ed. Porto Alegre: Magister, 1997.
2. BREGOLATO, Roseli Aparecida. *Cultura Corporal da Dança*. Roseli Aparecida Bregolatto. São Paulo: Irmã, 2000. (Coleção Educação Física Escolar: no princípio de totalidade = na concepção histórica – crítica – social, volume 1).
3. CAMINADA, Eliana. *História da Dança: evolução cultural*. Eliana Caminada. Rio de Janeiro: Sprint, 1999.
4. CLARO, Edison. *Método – Dança – Educação Física*. São Paulo: Boite, 1995.
5. DANTAS, Eneide H. *Pensando o corpo e o movimento*. Rio de Janeiro: Shape, 1994.
6. HAETINGER, Man. G. *Criatividade – Criando Arte e Comportamento*. Coleção Criar, 1998.
7. HASSELBACH, Bárbara. *Dança, improvisação e movimento: expressão corporal na Educação Física*. Bárbara Hasselbach. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1988.
8. KUNZ, Elenor. *Educação Física: ensino & movimento*. Elenor Kunz, 2ª ed. – Ijuí: Unijuí. Edição 2001, 208 pág. – Coleção Educação Física.
9. KUNZ, Elenor. *Transformação Didática – Pedagogia do Esporte*. Elenor Kunz, 4ª ed. (vol. Ed. Unijuí, 2001).
10. Metodologia do ensino de educação física / Coletivo de autores. São Paulo: Cortez, 1992.
11. NANNI, Dionísia. *Dança-Educação – princípios, métodos e técnicas*. Dionísia Nanni. – Rio de Janeiro. (3ª ed.: 2001).
12. SOARES, Andréia. (et al) *Improvisação de Dança: Contribuições para a Dança na Educação Física*. Santa Catarina: UFSC, 1998.
13. VERDEI, Erica B. *... e a Leneia Plangental. Dança na escola*. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
14. VIANNA, Klaira. *A Dança*. São Paulo: Siciliano, 1990.



Lorete Tasca Marcos
Secretária Acadêmica
Fon: 047/3021-1000 - e-mail: UEM@UEM.br



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



DISCIPLINA:	Recreação e Lazer		
CRÉDITOS:	04	CARGA HORÁRIA:	72h
PROFESSOR(A):	Elaine Cristina Marquetti	PERÍODO:	1º semestre / 2005

PLANO DE ENSINO

1. MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

2. OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 460/2 do Conselho Federal de Educação Física.

3. OBJETIVO DA DISCIPLINA: Conceituar e contextualizar Lazer, Recreação e Jogo. Apresentar as diferentes possibilidades de atividades recreativas para diferentes faixas etárias, suas variações, com o propósito de vivenciá-las.

4. EMENTA DA DISCIPLINA: Histórico, definições e fundamentos da recreação; Caracterização, conceitualização e contextualização da Recreação e do Lazer, Jogo e o Lúdico no processo de desenvolvimento humano e suas implicações sócio culturais. O lazer como fator de saúde e qualidade de vida nos diversos campos da atuação.

5. PROGRAMA

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMAS	CONTEÚDOS	Nº DE HORAS AULAS
1. Lazer, Recreação e Jogo; 2. Brincar	Apresentação plano de aula Lazer, Recreação e Jogo: História, definições, conceitos Apresentação de atividades recreativas e formas de registrar	24/02 03/03 10/03 17/03
3. Apropriação crítica sobre a relação trabalho e lazer e tempo livre; 4. Recreação para infância; 5. Instrumentalização: uma competência necessária	O lazer e o trabalho Teoria da Recreação para Infância Trabalho prático de Recreação para Infância, em 5 grupos, sendo 4 brincadeiras para cada Recreação dirigida (teoria e prática)	31/03 07/04 14/04 28/04
6. Lazer: debates acerca da indústria cultural, saúde, qualidade de vida e campos de atuação; 7. Recreação para adolescentes; 8. Recreação para 3ª Idade	Indústria cultural e indústria do lazer Lazer: Saúde, qualidade de vida Campos de atuação e formação para atuação no lazer Teoria da Recreação para Adolescentes Trabalho prático de Recreação para Adolescentes, em 5 grupos, sendo 4 brincadeiras para cada Teoria da Recreação para 3ª Idade Trabalho prático de Recreação para 3ª Idade, em 5 grupos, sendo 4 brincadeiras para cada	05/05 12/05 19/05 02/06 09/06
9. Espaços de lazer urbano; 10. Instrumentalização: uma competência necessária	Espaços para o lazer na cidade de Criciúma Recreação dirigida (teoria e prática)	16/06 23/06 28/06 29/06 30/06

6. METODOLOGIA DE ENSINO: Aulas expositivas e dialogadas, Leitura e análise de textos científicos, Oficinas, Aulas práticas, Dinâmicas de grupo, Trabalhos em grupo, Relatórios, Seminários.

7. AVALIAÇÃO (Critérios e Instrumentos):

Peso 1 – Prova Temática 1, 2 e 3 – Avaliação Individual

Peso 1 – Prova Temática 4, 7 e 8 – Avaliação Individual

Peso 1 – Trabalho Temática 5, 6 e 10 – Avaliação Individual

Peso 1 – Trabalho Tema 9 – Avaliação em grupo

Prova final: 04/07

8. ORIENTAÇÕES GERAIS A SEREM ACORDADAS POR TODO O GRUPO:

1. Em todas as avaliações, os erros de ortografia e de concordância serão descontados da nota final, sendo que cada erro implicará na diminuição de 0,1 ponto.
2. Cópias (de qualquer natureza) de trabalhos e respostas serão atribuídas nota zero.
3. Não será permitido o uso de celular no decorrer das aulas, tanto por parte dos acadêmicos como dos docentes, salvo exceções acordadas entre ambos.
4. A chamada será realizada no início da aula, bem como no decorrer e no final da mesma.
5. O acadêmico deverá obrigatoriamente ter no mínimo 75% de frequência (cf. Lei 9394).
6. As avaliações da disciplina terão como objetivo o conhecimento, a compreensão, a aplicação, a análise e a síntese, sendo que a interpretação das questões, também faz parte da avaliação.
7. A prova será de caráter dissertativo.
8. Quem faltar no dia de prova estabelecido, deverá seguir as normas estabelecidas pela UNESC (requerimento na secretaria, com justificativa, mediante pagamento, após no máximo 48 horas o retorno do acadêmico), sendo a falta para realização da mesma agenda pelo professor para o final do semestre.
9. A prova somente será aceita se preenchida a mesma, não sendo permitido rasuras.
10. Caso o acadêmico seja pego copiando, será atribuída nota zero.
11. Trabalho entregue com atraso, será descontado 0,5 ponto por dia além do prazo, devendo o mesmo ser entregue diretamente ao professor.

9. REFERÊNCIAS:

ANDRADE, José Vicente de. *Lazer: princípios, tipos e formas na vida e no trabalho*. Belo Horizonte: Autêntica, 2001. 199 p. ISBN 8586583932

Número de Chamada: 396.4812 A553L 2001

BERKENBROCK, Vênia J. *Brincadeiras e dinâmicas para grupos: diversões para dentro e fora de sala de aula, encontros de grupos, festas de família, reuniões de trabalho, e muitas outras ocasiões*. Rio de Janeiro: Vozes, 2002. 86 p. ISBN 853262779X.

Número de Chamada: 790.3 B512b 2002 de 37476

BROCH, Josef. *Jogos para crianças: mais de cem brincadeiras com movimento, tensão e ação*. 5.ed. São Paulo: Loyola, 2001. 170 p.

Número de Chamada: 790.1922 B866j 2002 de 58536

CAMARGO, Lúcia Octávio de Lima. *O que é lazer*. 2.ed. São Paulo: Ed. Brasiliense, 1989. 100 p. ISBN 85-11-81172-2

Número de Chamada: CCL 790.0133 C172L v.172

CARVALHO, André. *CARVALHO, David de. Como brincar à moda antiga*. Belo Horizonte: Ed. LE, 1987. 94 p.

Número de Chamada: 793 1987 C331c

CATUNDA, Ricardo. *Recriando a recreação*. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 132 p. ISBN 85-7332-117-2

Número de Chamada: 372.86 C366v 2000

CIVITATE, Héctor. *Jogos de salão: recreação*. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 87 p. ISBN 85-7332-080-X

Número de Chamada: 372.86 C382j 1998

CIVITATE, Héctor. *Jogos recreativos: para clubes, academias, hotéis, acampamentos, spas e colônias de férias*. Rio de Janeiro: Sprint, 1999. 96 p. ISBN 85-7332-079-6

Número de Chamada: 799.1 C382j 1999

DELUCA, Adolfo Humberto; FERNANDES, Ivani Regina C. *Brincadeiras e jogos aquáticos: mais de 100 atividades na água*. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2002. 129 p. ISBN 8573320410

Número de Chamada: 797.2 D331b 2002 de 61515

DE MASI, Domênico; PALIERE, Maria Sílvia. *O jogo criativo*. 4. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2000. 251 p. ISBN 8586596454

Número de Chamada: 396.4812 D372o 2000

FERNANDES, Wagner Domingos. *Jogos e brincadeiras aquáticas: com material não-convencional*. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2003. 99 p. ISBN 8573321598

Número de Chamada: 797.2 F363j 2003 de 61728

FRITZEN, Sílvia José. *Dinâmicas de recreação e jogos*. 27. ed. Petropolis: Ed. Vozes, 2001. 70 p.

Número de Chamada: 790.02 F916d 2001

GUEDES, Maria Hermínia de Sousa. *Oficina da brincadeira*. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2002. 172 p. ISBN 85-7332-052-4

Número de Chamada: 790.1922 G924o 2002 de 61644

GRANDO, José Carlos. *Recreação industrial: uma tendência na empresa*. Dynamis: Revista Técnico-Científica. Blumenau, SC: FURB v. 7, n.26, p.45-61, jan./mar.1999

Número de Chamada: ARTIGO 610.3

LAZER: numa sociedade globalizada = leisure in a globalized society. São Paulo: SESO, 2000. 674 p.

Número de Chamada: 790.0135 L431 2000

LORDA, C. Raúl. *Recreação na terceira idade*. 2.ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2001. 112 p. ISBN 85-7332-803-6

Número de Chamada: 790.1925 L866r 2001

MASSETI, Morgana. *Soluções de palhaços: transformação na realidade hospitalar*. 1.ed. São Paulo: Palas Athena, 2000. 77 p. ISBN 857242024X

Número de Chamada: 361.05 M386r 2000

MAZO, Giovana Zarpellon; LOPES, Marice Amorim; BENEDETTI, Tânia Bernolón. *Atividade física e o idoso: concepção gerontológica*. Porto Alegre: Sulina, 2001. 236 p. ISBN 8520302881

Número de Chamada: 613.70446 M476a 2001 de 30822

ORSO, Daci. *Brincando com material alternativo*. Novo Hamburgo, RS: FEEVALE, 2002. 22 p.

Número de Chamada: 790.1922 O766 2002

ORSO, Daci. *Brincando, brincando se aprende*. 2.ed. Novo Hamburgo: FEEVALE, 1999. 84 p. ISBN 85866108X

Número de Chamada: 790.1922 O766 2002

SILVA, Elizabeth Nascimento. *Recreação com jogos de matemática*. Rio de Janeiro: Sprint, 2001. 83 p. ISBN 8573321142

Número de Chamada: 372.86 S586v 2001

SOLER, Ródrigo. *Jogos cooperativos*. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2003. 132 p. ISBN 8573321376

Número de Chamada: 790 5685j 2002 de 61645

- VELASCO, Caciilda Gonçalves. Brincar: o despertar psicomotor. Rio de Janeiro: Sprint, 1996. 107 p. ISBN 85-7332-010-9
Número de Chamada: 155.41234 14335 1996
- VOLPATO, Gildo. Jogo, brincadeira e brinquedo: usos e significados no contexto escolar e familiar. Florianópolis: Cidade futura, 2002. 207 p. ISBN 8587137199
Número de Chamada: 290.1922 19311 2002
- ### 10. SUGESTÕES DE LEITURA:
- BRASZ, Gracely Rose Carvalho. Brincando e aprendendo com jogos sensoriais. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 173 p. ISBN 85-7332-065-6
Número de Chamada: 296 1998 88276
- CAVALLARI, Vinícius Ricardo; ZACHARIAS, Vany. Trabalhando com recreação. São Paulo: Icone Ed., c1994. 141 p. ISBN 85-274-0213
Número de Chamada: 290.1 C377
- CHAZIN, Sérgio Maria. Jogos, contos e poesias: como educar brincando. Belo Horizonte: Ed. Itatiaia, 1998. 106 p. ISBN 85-339-0045-X
Número de Chamada: 371.3078 C313 1998
- COSTA, Vera Lucia de Menezes; TUBINO, Manoel José Gomes. A aventura e o risco na prática de esportes vinculados à natureza. Mito: Corpora - Revista De Divulgação Científica Do Mestrado E Doutorado Em Educação Física. Rio de Janeiro: Universidade Gama Filho, v.6, n.1, p.36-112 nov. 1999
Número de Chamada: ARTIGO 296.03
- DE PRANCESCO NETO, Múrcia. Lazer: opção pessoal. Brasília: OLIER, 1993. 99 p.
Número de Chamada: 290.0135 1993 13278
- DONADEL, Carlos Turzinhos D'Agostin. Aproveitamento de lagoas remanescentes de áreas miniradas para lazer. Criciúma: UNESC, 1999. 19 p. Monografia (Especialização em Gestão Ambiental) - Universidade do extremo sul catarinense.
Número de Chamada: MP 372.6 05426 1999
- DUMAZEDIER, Joffe. Planejamento de lazer no Brasil: a teoria sociológica da decisão. São Paulo: SESEC, 1980. 137 p.
Número de Chamada: 306.4812 D837p 1980
- DUMAZEDIER, Joffe. Valores e conteúdos culturais do lazer. São Paulo: SESEC, 1980. 176 p.
Número de Chamada: 306.4812 D837v 1980
- FERNANDES, Wagner Domingos. Jogos e brincadeiras aquáticas: com material não-convencional. Rio de Janeiro: Sprint, 2002. 1 vídeo cassete. NTSC/VHS: son. color.
Número de Chamada: FV 297.2 F363 2002 Ac.55251
- FERRIRA, Solange L. Atividades recreativas para dias de chuva. Rio de Janeiro: Sprint, 1999. 103 p. ISBN 85-7332-091-5
Número de Chamada: 372.86 F383a 1999
- FERREIRA, Gizele Borges. O lazer em clubes sociais esportivos. Criciúma: FUCRI, 1996. 36 p.
Número de Chamada: MP 299.0135 F383a
- FERREIRA, Solange L. Recreação. Rio de Janeiro: Sprint, 1993. 131 p. ISBN 85-85031-61-1
Número de Chamada: 290.1922 F311r 1993
- FRIZZEN, Silvíno José. Jogos dirigidos para grupos, recreação e aulas de iniciação física. 23. ed. Patópolis: Ed. Vozes, 1998. 117 p. ISBN 853260420X
Número de Chamada: 296.1 F919 1998
- GALEZZI, Lúcia. Lazer: bênção ou maldição? Porto Alegre: Ed. Sulina, 1979. 191 p.
Número de Chamada: 296 1979 G129
- GUERRA, Marlene. Recreação e lazer. 3. ed. Porto Alegre: Ed. Sagra, 1996. 164 p. ISBN 85-241-0292-6
Número de Chamada: 296 G934 1996
- HAGEMANN, Marilene RODRIGUES, Maria. Criança cresce brincando: educação física infantil e recreação, pré-escola - 1ª e 4ª série. Porto Alegre: Magister, 1991. 163 p.
Número de Chamada: 372.86 H142c
- LISSO, Helenita da Silva Meyer; DE LUCCA, Neide Inês Givellere (Orientador). Jogos cooperativos: uma possibilidade de praticar a solidariedade nas aulas de educação física. Criciúma: Da autor, 2002. 45 p. Monografia (Especialização em Educação Física) - Universidade do Extremo Sul Catarinense.
Número de Chamada: MP 372.66 M879c
- MARÇAL, Flávia Ricardo. Brincadeira infantil: uma forma de socializar as crianças em nossas escolas. Criciúma: UNESC, 1999. 44 p. Monografia (Especialização em fundamentos da educação) - Universidade do extremo sul catarinense.
Número de Chamada: MP 372.66 M298c 1999
- MARCIÉRO, Nara Aparecida Bialski. A importância da recreação como meio profilático aos traumas causados pela hospitalização infantil. Criciúma: FUCRI, 1993. paginação irregular p.
Número de Chamada: MP 372.86 M319
- MASCARENHAS, Fernando. O pedagogo situado: cidade, cultura e lazer em tempos de globalização. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v.24, n.1, p.121-143, maio/2003
Número de Chamada: REVISTA 613.7103 Ac.61836
- MELHEM, Alfredo. Brincando e aprendendo basquetebol. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. 80 p. ISBN 8573321903
Número de Chamada: 296.223 M321b 2004 Ac.61801
- MELHEM, Alfredo. Brincando e aprendendo vôleibol. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. 1 vídeo cassete (17 min): VHS: son. color.
Número de Chamada: FV 299325 M321b 2004 Ac.61800
- MELHEM, Alfredo. Brincando e aprendendo vôleibol. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. 98 p. ISBN 857332189X
Número de Chamada: 296.325 M321b 2004 Ac.61797
- MIRANDA, Niumir. 210 jogos infantis. Belo Horizonte: Ed. Itatiaia, 1992. 326 p.
Número de Chamada: 290.1922 M672 1992
- MIRANDA, Danilo Santos de. O parque e a arquitetura: uma proposta lúdica. Curitiba: Papirus, 2001. 132 p. ISBN 8530804322
Número de Chamada: 725.8092 M237 2001
- MORENO, Guilherme. Recreação: 1000 exercícios com acessórios. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 383 p. ISBN 85-7332-071-0
Número de Chamada: 290.1922 M943r 1998

- MORENO, Guillermo. Brincando em dias de chuva. *Sprint Magazine*. Rio de Janeiro: Sprint v.19, n.107, p. 22-25, mar./abr. 2002.
Número de Chamada: ARTIGO 613 7105
- MORENO, Guillermo. Jogos e contantes. Rio de Janeiro: Sprint, 1997. 141 p. ISBN 85-7133-042-7.
Número de Chamada: 790.1922 M843j 1997
- O CORPO e o lúdico: ciclo de debates: lazer e maturidade. Campinas, SP: Amores Associados, 2000. 112 p.
Número de Chamada: 613 7 Q822 2000
- ORSO, Darci. Atividades recreativas: resgatando o prazer de brincar. 2.ed. Novo Hamburgo, RS: FEEVALE, 1998. 91 p.
Número de Chamada: 790.1922 Orsô 1998
- ORSO, Darci. Brincando de roda: atividades recreativas escolares. Novo Hamburgo: FEEVALE, 2000. 93 p. ISBN 8586661104.
Número de Chamada: 790.1922 Orsô 2000 Ac 51855
- PAIVA, Ina Maria R. de. Brinquedos cantados. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 116 caeser.
Número de Chamada: FC 399.357 P149b 1998
- PAIVA, Ina Maria R. de. Brinquedos cantados. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 111 p.
Número de Chamada: 399.357 P149b 1998
- PEREIRA, JUNIOR, Cicero Carquira. Peteca: esporte ou recreação? 2.ed. Cruz Preto: INDESP, 1996. 85 p.
Número de Chamada: 796.2 1996 P435p
- PIMENTEL, Figueiredo; RAFAEL, Vitoria. 268 jogos infantis. Belo Horizonte: VBLA, 1994. 272 p.
Número de Chamada: 790.1922 P114d
- QUEIROZ, Cláudia Alexandr. Recreação aquática. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 160 p. ISBN 85-7532-076-2.
Número de Chamada: 796.41 Q3n 1998
- REQUIXA, Renato. Sugestão de diretrizes para uma política nacional de lazer. São Paulo: SESC, 1980. 163 p.
Número de Chamada: 306.4812 R427s 1980
- RUSSELL, Bertrand. O elogio ao deus. Rio de Janeiro: Bestante, 2002. 181 p. ISBN 8575420308.
Número de Chamada: 306.4812 R561s 2002
- SANTOS, Carlos A. Jogos e atividades lúdicas na alfabetização. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 159 p. ISBN 85-7332-080-8.
Número de Chamada: 372.21 1998 S237j
- SILVA, Elizabeth Nascimento. Atividades recreativas na 1ª infância: 2 a 3 anos. Rio de Janeiro: Sprint, 1997. 113 p. ISBN 85-7332-033-8.
Número de Chamada: 790.1922 S586s 1997
- SILVA, Elizabeth Nascimento. Recreação e jogos. 2.ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1999. 68 p. ISBN 85-7332-029-X.
Número de Chamada: 790.1922 S586s
- SILVA, Elizabeth Nascimento. Recreação: 4 e 5 anos. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 95 p. ISBN 85-7332-060-5.
Número de Chamada: 790.1922 S556s 1998
- The Boston Children's Medical Center. De uma atividade a seu filho quando ele não tiver o que fazer: 601 sugestões de jogos e brinquedos para bebês e crianças de um a cinco anos. 3. ed. Rio de Janeiro: L'Olympico, 1988. 123 p.
Número de Chamada: 649.31 T375d
- VILA, Gladys Brice de; MULLER, Marina. Brincadeiras e atividades recreativas para crianças de 6 meses a 5 anos. São Paulo: Ed. Paulinas, 1992. 119 p.
Número de Chamada: 790.1922 1992 V5556
- WINTHER, Elina de Magalhães. Recreação hospitalar. *Sprint Magazine*. Sprint, Sprint v.05, p.39-45, mar./abr. 1998.
Número de Chamada: ARTIGO 613 7103

Endereços Eletrônicos:

Instituição / Entidade / Tema	Endereço eletrônico
Adolescentes (informações relacionadas à saúde)	www.mecorpo.com.br www.ama-nem.gov.br/adoles/adoles.htm
Agita São Paulo (Programa de Promoção da Atividade Física)	www.agitasp.com.br
BIREME – Biblioteca Virtual em Saúde	www.bireme.br
Centro de Desportos – UFSC	www.cds.ufsc.br
CELAFISC	www.celafisc.com.br
CEV – Centro Esportivo Virtual	www.cev.org.br
CNPq	www.cnpq.br
FAPESP – Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo	www.fapesp.br
Gatorade – Instituto de Ciências do Esporte	www.gatorade.com
Biblioteca Digital de Teses e Dissertações	www.tdnet.br
IBGE (Estatísticas)	www.ibge.gov.br
IBOPE (pesquisas)	www.ibope.com.br
INEP – Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais	www.inep.gov.br
Página oficial do IPAQ	www.ipaq.ki.se
Lazer Ativo	www.lazerativo.org.br
MEDLINE – Banco de Referências	www.biomednet.com/
Mestrado em Educação Física UFSC	www.cds.ufsc.br/mestrado/mestrado.html
Ministério da Saúde	www.mds.gov.br
Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde Centro de Desportos	www.npaf.ufsc.br
Núcleo Brasileiro de Disfunções e Tese em Educação, Educação Física e Educação Especial	www.nubres.ufpb.br/index.html
Núcleo de Pesquisa em Cinemática e Desempenho Humano	www.nucleo.ufsc.br
Obesidade	obesity.com
Pf Central (página na internet destinada ao professor de Educação Física e	www.pccentral.org

Saúde com variados recursos on-line	
Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção	www.ppgem.ufsc.br
Pesquisas	www.prosiga.br
Qualidade de vida relacionada à saúde	www.qimed.org
Qualidade de Vida: Prevenção	www.planetavida.com.br
Saúde – informações e outros sites	www.healthfinder.gov
SBPC – Sociedade Brasileira para o Progresso da Ciência	www.sbpcnet.org.br
SHORADID – Banco de publicações em Ciências do Esporte	www.shoradid.esf.ufmg.br
	www.scislo.br
Sociedade Internacional de Pesquisas sobre Qualidade de Vida	www.isqol.org
	www.unifesp.br/dia/biblioteca/revistas.htm
Universidades – geral	www.uol.com.br/univ-br.html
Universidade do Norte do Paraná	www.unopar.br
USP	www.usp.br/cel/cep/automa.htm


Larete Tascia Marcos
 Secretária Acadêmica
 Portaria nº 47/2021 - Reitoria/UFPA



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL-CATARINENSE

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: ANATOMOFISIOLOGIA II

CRÉDITOS: 04

CARGA HORÁRIA:

72h/a

PROFESSOR(A): JOSETE MAZON

PERÍODO:

M/ 2º semestre / 2005

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: A disciplina de Anatomofisiologia II visa capacitar o aluno a identificar e descrever as estruturas dos Sistemas Neuroendócrino, Respiratório, Cardiovascular e Circulatório, estabelecendo as devidas correlações funcionais dos respectivos sistemas, condicionando a emprego da nomenclatura anatômica, conforme a Nomenclatura Anatômica (PNA).

EMENTA: Localização anatômica, morfologia e funcionalidade dos sistemas orgânicos: Neuroendócrino, Respiratório, Cardiovascular e Circulatório.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Localização anatômica, morfologia e funcionalidade do sistema Neuroendócrino.	12 aulas Teóricas 8 aulas Práticas	03/08 = 4 aulas teóricas 10/08 = 4 aulas teóricas 17/08 = 4 aulas práticas 20/08 = 4 aulas práticas (Reposição) 24/08 = I Avaliação Teórico-prática
2- Localização anatômica, morfologia e funcionalidade do sistema Respiratório	8 aulas Teóricas 4 aulas Práticas	31/08 = 4 aulas teóricas 21/09 = 4 aulas teóricas 28/09 = 4 aulas práticas
3- Localização anatômica, morfologia e funcionalidade do sistema Cardiovascular	12 aulas Teóricas 4 aulas Práticas	05/10 = 4 aulas teóricas 19/10 = 4 aulas teóricas 22/10 = 4 aulas práticas (Reposição) 26/10 = II Avaliação Teórico-prática
4- Localização anatômica, morfologia e funcionalidade do sistema Circulatório	8 aulas Teóricas 4 aulas Práticas	09/11 = 4 aulas teóricas 16/11 = 4 aulas práticas 30/11 = III Avaliação Teórico-prática
5- Prática como componente curricular	12 aulas	14/09 = 4 aulas 12/11 = 4 aulas (Reposição) 23/11 = 4 aulas

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – Sistema Neuroendócrino.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Identificação e descrição das estruturas do Sistema Neuroendócrino, estabelecendo as devidas correlações funcionais.

CONTEÚDOS:

1.1- Conceito e generalidades. Filogenia do sistema nervoso. Embriologia do sistema nervoso. Divisão do sistema nervoso: critério morfológico e funcional. Organização morfofuncional. Sistema nervoso central: divisão, estrutura e constituição, cavidades, meninges, líquor e vascularização.

1.2- Microscopia da medula espinhal, tronco encefálico, cerebelo, diencéfalo e telencefalo. Sistema nervoso periférico: constituição, terminações nervosas, gânglios e nervos.

1.3- Sistema nervoso visceral: conceito, sistema nervoso autônomo, sistema nervoso simpático e sistema nervoso parassimpático.

1.4- Ação dos neurotransmissores.

1.5- Glândulas Endócrinas: Corpo Pineal, Hipofise – adeno e neuroipófise, Glândulas Cervicais, Tireoide e Paratireóides, Glândulas Cerebriocortálicas: Timo, Glândulas Abdominais: Suprarrenais (adrenais) e Pâncreas, Glândulas Pelvicas: Ovarios, Glândulas Endocrinas: Testículos.

1.6- Produção, ação hormonal e eixos alvo.

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas.

TEMA 2 – Sistema Respiratório

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificação e descrição das estruturas do Sistema Respiratório, estabelecendo as devidas correlações funcionais.

CONTEÚDOS:

2.1- Conceito e generalidades.

2.2- Divisão: porção condutora e porção respiratória.

2.3- Porção condutora: Nariz: conceito, divisão e elementos descritivos. Cavidade nasal: Seios paranasais: localização. Faringe: conceito, Laringe: elementos constituintes e localização. Tracheia: estrutura e localização. Brônquios: divisão.

2.4- Porção Respiratória: Pulmões: elementos descritivos, localização e pleura.

2.5- Mecânica respiratória.

2.6- Transporte dos gases.

2.7- Volumes pulmonares.

2.8- Hematipe: troca gasosa entre alvéolos e sangue.

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas.

AValiação: I Avaliação teórico-prática individual, dos conteúdos do tema 1. Peso 10,0.

TEMA 3 – Sistema Cardiovascular:

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificação e descrição das estruturas do Sistema Cardiovascular, estabelecendo as devidas correlações funcionais.

CONTEÚDOS:

3.1 Coração: conceito, forma, estrutura da parede cardíaca, cavidades, morfologia externa, morfologia interna.

3.2 Sistema excito-condutor.

3.3 Esqueleto fibroso.

3.4 Regulação da frequência cardíaca.

ATIVIDADES:

1- Aulas práticas.

2- Leitura e interpretação de textos sugeridos durante o desenvolvimento da disciplina.

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas.

AValiação: II Avaliação teórico-prática individual, dos conteúdos dos temas 2 e 3. Peso 10,0.

TEMA 4 – Sistema Circulatório:

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificação e descrição das estruturas anatômicas do Sistema Circulatório correlacionando estas com a fisiologia.

CONTEÚDOS:

4.1- Conceito, divisão: sistema sanguíneo e sistema linfático.

4.2- Circulação sanguínea: tipos de circulação. Principais artérias e veias do corpo.

4.3- Mecanismos da regulação sanguínea.

4.3- Pressão sanguínea.

ATIVIDADES:

1- Aulas práticas.

2- Leitura e interpretação de textos sugeridos durante o desenvolvimento da disciplina.

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e dialogadas.

2- Aulas práticas.

AValiação: III Prova teórico-prática individual, dos conteúdos do tema 4. Peso 10,0.

TEMA 5 – Prática como componente curricular

OBJETIVO ESPECÍFICO: Proporcionar ao aluno a aplicação dos conteúdos teóricos de anatomofisiologia em conjunto com a disciplina de Primeiros Socorros.

ATIVIDADES: Pesquisa em artigos científicos; Importância dos conhecimentos de primeiros socorros, aliado ao conhecimento da funcionalidade do corpo humano, para o profissional da educação física, nas diversas modalidades esportivas.

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva e dialogada.

2- Pesquisa na base de dados da biblioteca.

3- Apresentação e discussão dos resultados encontrados.

AValiação: Apresentação e discussão dos resultados obtidos pelo grupo. Peso 10,0.

Obs: Os grupos para pesquisa e apresentação dos resultados do estudo da aula serão compostos por 5 (cinco) alunos.

BIBLIOGRAFIA

1- AIRES, MM. Fisiologia. 2ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1999.

2- GRAY, DJ; O'RAHILLY. Anatomia Humana. 4ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1985.

3- GRUYIGN, AC; HALL, JE. Tratado de Fisiologia Médica. 9ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997.

4- DANGELO, JG; FATTINI, CA. Anatomia Humana Sistêmica e Segmentar para o estudante de medicina. 3ed. São Paulo: Atheneu, 2002.

5- JACOB, SW; FRANCONI, C. Anatomia e Fisiologia Humana. 5ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1990.

6- BOBOTTA, J.; BECHER, H. Atlas de Anatomia Humana. 17ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. Vol. 1 e 2. 1998.

7- YOKOCHI, C.; ROHM, JW. Atlas fotográfico de Anatomia Sistêmica e Regional. 3ed. São Paulo: Atanole, 1999.


Lorele Tasca Marcol
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2021-Rectoria/UNESQ



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: CAPOEIRA

CRÉDITOS: 02

CARGA HORÁRIA:

36h/a

PROFESSOR(A): CRISTIANE FERNANDES BERG

PERÍODO:

M/ 2º semestre / 2009

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científicas e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Regional de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar aos acadêmicos mais uma alternativa desportiva e como atividade auxiliar de apoio complementar às disciplinas curriculares, por meio seu conteúdo, auxiliando na interação da interdisciplinaridade, considerando aspectos importantes no processo ensino-aprendizagem.

EMENTA: Trajetória histórica: origem e evolução. Fundamentos básicos: função da música e manifestações folclóricas. Implicações pedagógicas na prática da capoeira.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Histórico da Capoeira	08	04, 11, 18/Ago; 05/Set.
2- Fundamentos básicos da capoeira (teoria e prática)	12	25/Ago; 01, 13, 22, 29/Set; 06/Oct.
3- Musicalização na Capoeira (teórica e prática)	08	20 e 27/Oct; 03 e 10/Nov.
4- Função de Rêde, maculelê e samba de roda	03	13/Oct.
5- Prática como Componente Curricular	05	17 e 24/Nov; 01/Dez.

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – Histórico da Capoeira.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Proporcionar aos acadêmicos o conhecimento teórico e prático sobre a capoeira. Conhecer a trajetória histórica da capoeira e sua principal ritual.

CONTEÚDOS:

- 1.1 – Introdução ao histórico da capoeira;
- 1.2 – Abordagem sobre a capoeira Angola;
- 1.3 – Abordagem sobre a capoeira Regional e Contemporânea;
- 1.4 – Relação da capoeira na qualidade de vida e promoção da saúde.

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva dialogada;
- 2- Leitura de textos pelos acadêmicos para discussão em sala de aula;
- 3- Mesa redonda, debates;
- 4- Pesquisa bibliográfica e de campo;

AVALIAÇÃO:

Apresentação de seminários sobre o histórico da capoeira (trabalho em grupo).
Prova escrita individual.

TEMA 2 – Fundamentos básicos da capoeira (teórica e prática).

OBJETIVO ESPECÍFICO: Apresentar métodos de ensino-aprendizagem da capoeira integrando os princípios científicos da Educação Física, excetuando os principais fundamentos técnicos da capoeira.

CONTEÚDOS:

- 2.1- Movimento básico (ginga, esquiva, golpes frontais, laterais e de giro, movimentos desequilibrantes, técnicas de ataque e defesa, acrobacias);
- 2.2 – Procedimentos de rima;
- 2.3 – Ritual de jogo;
- 2.4 – Recreação na capoeira;
- 2.5 – Hidrocapoeira;
- 2.6 – Capoeira na academia;

METODOLOGIA:

1- Aula prática com movimentação individual, em dupla e em grupo.

2- Mostra de vídeos.

3- Aula expositiva dialógica.

AValiação:

1- Avaliação prática de todas as aulas.

2- Pesquisa bibliográfica e de campo.

TEMA 3 – Musicalização na Capoeira (teórica e prática).

OBJETIVO ESPECÍFICO: Compreender a função da música na capoeira. Executar cânticos e manusear os instrumentos que fazem parte da herança musical da capoeira.

CONTEÚDOS:

3.1- Prática de instrumentos (berimbau, atabaque, pandeiro e zongô).

3.2- Prática de cântico.

METODOLOGIA:

1- Aula prática demonstrativa.

2- Discussão de textos sobre o assunto.

AValiação:

1- Pesquisa individual sobre os instrumentos (Trabalho escrito).

TEMA 4 – Puxada de Rede, maculelê e samba de roda.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer outras manifestações folclóricas ligadas à prática da capoeira.

CONTEÚDOS:

4.1- Puxada de Rede.

4.2- Maculelê.

4.3- Samba de Roda.

ATIVIDADES:

1- Dramatização.

2- Coreografias.

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva abordando a origem do maculelê, puxada de rede e samba de roda.

2- Aula prática individual, em dupla e em grupo.

3- Mostra de vídeos.

AValiação: Será realizada por meio de:

1- Coreografias elaboradas pelos alunos.

TEMA 5 – Prática como componente curricular (6 horas)

OBJETIVO ESPECÍFICO: Permitir aos acadêmicos a vivência da realidade das academias dando oportunidade para que coloquem em prática os conhecimentos obtidos durante a disciplina.

CONTEÚDOS:

5.1- Histórico da capoeira.

5.2- Fundamentos básicos da capoeira.

5.3- Rima.

METODOLOGIA:

1- Aula prática individual, em duplas e em grupo.

2- Planejamento da aula de capoeira em sala de aula.

AValiação:

1- Planejamento de ensino da aula de capoeira na academia.

2- Pesquisa de campo.

BIBLIOGRAFIA

ALMEIDA, Raimundo César Alves de. *Bibliografia Crítica da Capoeira*. Brasília: Clócca, 1993.

CAPOEIRA, Nette. *Capoeira: Pequeno Manual do Jogador*. 4. ed. Rio de Janeiro: Record, 1998.

CAPOEIRA, Nette. *Capoeira: Os Fundamentos da Mística*. 3. ed. Rio de Janeiro: Record, 1997.

MACARDIE, William D. et al. *Fisiologia do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano*. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.A., 1996.

SANTANA, Mestre. *Iniciação à Capoeira*. São Paulo, 1985.

VIEIRA, Luis R. *O Jogo da Capoeira*. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.



Lorete Pasca Maroos
Secretaria Acadêmica
Fórmula 147221 - Retiro UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	FUNDAMENTOS E METODOLOGIA DA EDUCAÇÃO ESPECIAL	CARGA HORÁRIA:	36 h/aulas
CRÉDITOS:	02	PERÍODO:	M/ 2º semestre / 05
PROFESSOR(A):	ALBERTINA SERAFIM DAMINELLI		

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Brasileira.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Valorizar o processo de inclusão, proporcionando um estudo reflexivo acerca das políticas de educação especial, ressaltando a importância de uma mediação de qualidade a "todas" as aprendizagens, para a construção de uma sociedade efetivamente inclusiva.

EMENTA: Evolução histórica do conceito de deficiência. Políticas de educação inclusiva. Fundamentos legais. Diferença e diversidade. Caracterização das identidades e práticas pedagógicas dos aprendizes: surdos, cegos, deficientes mentais, deficientes físicos e deficientes múltiplos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

Tema	Nº. de Aulas	Datas
1. Evolução histórica do conceito de deficiência.	02	04/08/05
2. Políticas de Educação Especial	02	11/08/05
3. Abordagens de paradigmas no processo pedagógico	04	18-25/08/05
4. Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Surdo	06	01-08/09/05
Prática como Componente Curricular	02	22/09/05
5. Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Cego/ Baixa visão	06	29/09- 06/11/05
Prática como Componente Curricular	02	20/10/05
6. Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Deficiente Mental	06	27/10-03/11/05
7. Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Deficiente Físico	04	17-24/11/05
Prática como componente curricular	02	01/12/05

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Analisar a trajetória histórica da Educação Especial e sua evolução no mundo, no país e no estado.

CONTEÚDOS:

- 1.1 Trajetória histórica da Educação Especial e sua evolução no mundo;
- 1.2 Trajetória histórica da Educação Especial e sua evolução no Brasil;
- 1.3 Trajetória histórica da Educação Especial e sua evolução em Santa Catarina e em Criciúma.

ATIVIDADES: Produção de texto acerca da Ed. Inclusiva

METODOLOGIA: Aula expositiva e dialogada

AVALIAÇÃO: Qualidade do texto, sendo critério: coerência, coesão, objetividade;

TEMA 2 Políticas de Educação Especial:

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer a legislação e políticas acerca da Educação Especial;

CONTEÚDOS:

- 2.1 A legislação e políticas no Brasil e em Santa Catarina;
- 2.2 Os PCNs e a Proposta Curricular de SC.

ATIVIDADES: Argumentação oral sobre a legislação brasileira e a eficiência das políticas públicas na Ed. Especial

METODOLOGIA:

1. Aula expositiva e dialogada

2. Debate

AVALIAÇÃO:

1. Participação ativa no debate;
2. Argumentação com objetividade e clareza de ideias

TEMA 3 Abordagens de paradigmas no processo pedagógico

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Caracterizar as Políticas de Necessidades Especiais (PNE);
- Conhecer paralelo entre diversidade e diferença;
- Pesquisar a construção das identidades nas comunidades dos educandos PNE.

- Conhecer que a construção de uma Sociedade para "todos", é a prioridade e garantia dos direitos humanos.

CONTEÚDOS:

3.1 Conceituação e orientações quanto a deficiência: auditiva, visual, física e mental.

3.2 Diversidade e Diferença: estudo da cultura, identidade e comunidades representativas das PNE, em associações, grupos sociais, escolas, famílias, etc.

ATIVIDADES: Análise escrita do Filme "O otavo dia".

METODOLOGIA: Filme o otavo dia, caracterizando a síndrome de Down.

AVALIACÃO: Análise de filme.

TEMA 4 - Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Surdo

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Aplicar adequadamente os testes de audição auditiva;
- Elaborar estratégias para o atendimento dos educandos surdos.

CONTEÚDOS:

4.1 Proposta de educação inclusiva para o surdo;

4.2 O surdo e a educação;

4.3 O olhar do surdo sobre a diferença;

4.4 Língua de sinais (LIBRAS);

4.5 O olhar do ouvinte sobre a língua de sinais para o surdo como primeira língua;

4.6 Aquisição da língua de sinais para o ouvinte como segunda língua;

4.7 Teste de audição auditiva;

ATIVIDADES PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR: 1. Relatório da visita ao serviço de atendimento aos educandos surdos.

METODOLOGIA:

1. Aula expositiva e dialogada;

2. Saida de campo: visita a EEP, São Cristóvão de Criciúma, escola-polo para surdos.

AVALIACÃO: Relatório individual.

TEMA 5 Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Cego/ Baixa visão

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- Aplicar adequadamente os testes de audição visual;
- Elaborar estratégias para o atendimento dos educandos com deficiência visual.

CONTEÚDOS:

5.1 Proposta de educação inclusiva para o cego e baixa visão;

5.2 O cego e a educação;

5.3 A escrita Braille;

5.4 Adaptação e ampliação de materiais pedagógicos;

5.5 A matemática e o cego;

5.6 Locomoção e mobilidade: barreiras arquitetônicas;

5.7 Teste de audição visual;

ATIVIDADES: PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

1. Análise escrita do filme "A primeira vista" caracterizando a cegueira;

1) Relatório da visita ao serviço de atendimento aos educandos cegos e baixa visão

METODOLOGIA:

1. Explicação oral com a participação dos alunos;

2. Visita in loco - Sala de recursos para deficientes visuais na EEP, STS.

AVALIACÃO:

1. Análise do filme;

2. Relatório da visita.

TEMA 6 - Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Deficiente Mental

OBJETIVO ESPECÍFICO: Elaborar estratégias para o atendimento dos educandos com deficiência mental.

CONTEÚDOS:

6.1 Proposta de educação inclusiva para o deficiente mental;

6.2 O deficiente mental e a educação;

6.3 Características e níveis das deficiências e síndromes;

ATIVIDADES: Leitura da obra: Identidade e diferença

METODOLOGIA:

1. Aula expositiva e dialogada;

2. Leitura individual;

3. Seminário de socialização;

AVALIACÃO: Participação no seminário com argumentação e clareza nas ideias.

TEMA 7 - Métodos, Práticas e Recursos na Educação do Deficiente Físico

OBJETIVO ESPECÍFICO: Elaborar estratégias para o atendimento dos educandos com deficiência física;

CONTEÚDOS:

7.1 Proposta de educação inclusiva para o deficiente físico;

7.2 O deficiente físico e a educação;

7.3 Adaptação de materiais pedagógicos;

7.4 Estrutura física: barreiras arquitetônicas;

ATIVIDADES: PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

1. Estudo para posterior análise de situações no cotidiano escolar com educandos portadores de NEE.

METODOLOGIA:

1. Aula expositiva e dialogada
2. Círculo de discussão

AVALIAÇÃO:

1. Produção escrita das conclusões acerca das situações analisadas na escola com educandos PNEE
2. Autoavaliação

BIBLIOGRAFIA

- BLANCHETI, Lucinda; FREIRE, Jôia Maria (Orgs). *Um olhar sobre a diferença: interação e cidadania*. São Paulo: Papirus, 1998.
- BUENO, José Geraldo Silveira. *Educação especial Brasileira: integração/ segregação de alunos diferentes*. São Paulo: Educ - FAPESP, 1999.
- CAJADO, Katia Regina Moreno. *Aluno deficiente visual na escola: Lembranças e depoimentos*. Campinas, SP: Autores associados: PUC, 2005 (coleção educação contemporânea).
- COORDENADORIA NACIONAL PARA INTEGRAÇÃO DA PESSOA PORTADORA DE DEFICIÊNCIA – CORDE – *Declaração de Salamanca e linhas de ação*. Brasília: Independência, 1994.
- FERRIRA, Ma. Elton OLIMAR, Mari. *Educação inclusiva*. RJ: DP&A, 2003.
- FONSECA, Vinicius. *Educação especial*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
- GAIO, Roberto; MENEGUETTI, Rosi (org.). *Educação especial*. RJ: Vozes, 2004.
- GOES, Maria Cecília Ruffield; LAPLANE, Adriana Liu Prossman de. (org.). *Políticas e práticas de educação inclusiva*. Campinas, SP: Autores Associados, 2004. (Coleção educação contemporânea).
- JANNUZZI, Gêbara de Martino. *A educação do deficiente no Brasil: Dos primórdios ao início do século XXI*. Campinas, SP: Autores associados, 2004. (coleção educação contemporânea).
- SMOLKA, Ana Luiza B. (Org.). *A significação nos espaços educacionais: integrações sociais e subjetivação*. São Paulo: Papirus, 1997. Interacionista. São Paulo, 1997.
- HALL, Stuart. *A identidade cultural na pós-modernidade*. RJ: DP&A, 2000.
- LAGE, Ana Maria Vieira. *Autismo infantil*. Fortaleza: Revista Bibliográfica, 1984.
- LUCHESE, Maria Regina C. *Educação de pessoas surdas*. SP: Papirus, 2003.
- MAZZOTA, Marcos J. S. *Educação especial no Brasil: história e políticas públicas*. São Paulo: Cortez, 1996.
- _____. *Educação escolar, comum ou especial?* São Paulo: Pioneira, 1987.
- _____. *Fundamentos de educação especial*. São Paulo: Pioneira, 1997.
- MITTLER, Peter. *Educação inclusiva: contextos sociais*. POA, RS: Armazém, 2003.
- OLIVEIRA, Ivanilde Apolinário de. *Saberes, imaginários e representações na educação especial*. RJ: Vozes, 2004.
- PESSOTI, Elaine. *Deficiência mental: da superação à ciência*. São Paulo: Educ, 1984.
- SASSAKI, Romeu Kazumi. *Inclusão: construindo uma sociedade para todos*. Rio de Janeiro: W.V.A, 1997.
- SECRETARIA DO ESTADO DA EDUCAÇÃO E DO DESPORTO. *Proposta Curricular de Santa Catarina. Disciplinas Curriculares*. Florianópolis: COGEN, 1998.
- _____. *Temas multidisciplinares*. Florianópolis: COGEN, 1998.
- SILVA, Shirley; VIZIM, Mari (Orgs). *Educação especial: múltiplas leituras e diferentes significados*. Campinas, SP: Mercado das letras, 2001.
- SILVA, Tomás Tadeu (org.). *Identidade e diferença*. Rio de Janeiro: Vozes, 2000.
- SKILLAR, Carlos (Orgs). *A surdez: um olhar sobre a diferença*. POA: Mediação, 1998.
- _____. *Educação – exclusão: abordagem sócio-antropológica em educação especial*. Porto Alegre: Mediação, 1997.
- _____. *Pedagogia (im)provável, da diferença e se o outro não estiver aí?* RJ: DP&A, 2003.
- VOIVODIC, Maria Antônia M. A. *Inclusão escolar de crianças com Síndrome de Down*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2004.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

- BUSCAGLIA, Leo. *Os deficientes e seus pais*. Rio de Janeiro: Record, 1993.
- FOUCAULT, Michel. *Os anormais*. São Paulo: Martins Fontes, 2002.
- PATTO, Maria Helena Souza. *A produção do fracasso escolar*. SP: Quilôz, 1991.
- SIDELUM, Antônio (Org.). *Alteridade e multiculturalismo*. Juiz, RS: Unijuí, 2003.
- VYGOTSKY, L. S. *Obras completas*. Havana, Cuba: Pueblo y educación, 1998. _____ *A formação social da mente*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- _____. *Pensamento e linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 1998.


Lorete Tasso Marcos
Secretaria Acadêmica
Petrolina 507202-1 Petrolina/PE



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE ENSINO



DISCIPLINA:	Habilidades dos Esportes	CÓDIGO: 6433	
CRÉDITOS:	02 3º fase	CARGA HORÁRIA:	26h/a
PROFESSOR(A):	Anelise Arns	PERÍODO:	2º semestre / 2005

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar ao acadêmico a elaboração e reelaboração de conhecimentos teóricos/práticos referentes as habilidades dos esportes, conduzindo-o a um melhor desempenho no seu campo profissional, consentindo-o de sua função educadora.

EMENTA: Desenvolvimento das capacidades motoras gerais: visão periférica, percepção, deslocamentos, equilíbrio, tempo de reação.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO:

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1 - Introdução às habilidades motoras e esportivas	04 aulas	02 a 09/08
2 - Componentes das habilidades motoras e esportivas	20 aulas	16, 23 e 30/08 - 06, 13, 20 e 27/09 - 04, 11 e 18/10
3 - Planejamento e execução de conteúdos pré-estabelecidos	12 aulas	29/10 - 01, 08/04 a 03, 22 e 29/11
4 - Avaliações		Incluídas nos temas
Obs.: A prática como componente curricular está incluída no tema 3 (06 horas/aulas).		

TEMAS/ OBJETIVOS/ CONTEÚDOS/ ATIVIDADES/ METODOLOGIAS/ AVALIAÇÕES

TEMA 1 - Introdução às habilidades motoras e esportivas

Objetivos específicos:

- Analisar o programa de ensino;
- Conhecer algumas definições das habilidades motoras/esportivas e a importância da sua aprendizagem.

Conteúdos:

- 1.1 - Programa de Ensino;
- 1.2 - Definições das habilidades motoras/esportivas;
- 1.3 - Porque e para que aprender as habilidades motoras/esportivas.

Atividades:

- 1 - Apresentação do programa de ensino: sugestões;
- 2 - Objetivos da disciplina, normas, avaliações;
- 3 - Teoria sobre habilidades motoras/esportivas e a importância da sua aplicação.

Metodologia:

- 1 - Aulas expositivas e dialogadas;
- 2 - Utilização de lâminas, retro-projetor.

Avaliação:

- 1 - Observar os indicadores: participação, respeito, cooperação, interesse;
- 2 - Auto-avaliação.

TEMA 2 - Componentes das habilidades motoras esportivas

Objetivos específicos:

- Conhecer as capacidades motoras e físicas que compõem as habilidades motoras/esportivas, percebendo sua relevância quanto à aplicabilidade na faixa etária dos 02 aos 10 anos.

Conteúdos:

- 2.1 - Conceitos das habilidades motoras: coordenação, percepção, equilíbrio, velocidade, tempo de reação, agilidade e destreza;
- 2.2 - Conceitos das habilidades físicas: força, resistência, flexibilidade.

Atividades:

Handwritten signature

- 1 - Estudo de textos sobre as habilidades motoras e esportivas.
- 2 - Pesquisa e apresentação.
- 3 - Sugestões de atividades para as habilidades motoras e esportivas.
- 4 - Construção de variações e combinações.

Metodologia:

- 1 - Aulas expositivas; dialogadas; com intervenções.
- 2 - Atividades individuais, duplas, trios, pequenos grupos.

Avaliação:

- 1 - Observar os indicadores: participação, interesse, cooperação, tolerância e respeito.
- 2 - Trabalho e apresentação: peso 5,0.
- 3 - Criar e inventar atividades sobre as habilidades motoras/ esportivas: peso 5,0.
- 4 - Responder individualmente dez questões por escrito: peso 10.
- 5 - Auto-avaliação.

TEMA 3 - Planejamento e execução de conteúdos pré-estabelecidos

Objetivo específico:

- Proporcionar aos acadêmicos a aplicação de conhecimentos teóricos e práticos junto a crianças de 07 a 10 anos do Bairro da Juventude.

Conteúdos:

- 3.1 - Planejamento de atividades para crianças de 07 a 10 anos, para um período de 03 horas, realizadas em espaços físicos diferentes (bosque, quadra esportiva e campo de futebol) e com materiais alternativos (bolas, pneus, bambolês, cordas, jornais, bastões e tacos).

Atividades:

- 1 - Aplicação do planejamento com as crianças do Bairro da Juventude.
- 2 - Observar e diagnosticar o comportamento do grupo e de cada criança.

Metodologia:

- 1 - Trabalho em equipe.

Avaliação:

- 1 - Planejamento das atividades de cada equipe (vale 3,0).
- 2 - Desempenho na aplicação das atividades (vale 3,0).
- 3 - Auto-avaliação.

BIBLIOGRAFIA

- ARRIBAS, Teresa Liria. A Educação Física de 3 a 8 Anos. 7ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- SAYER, Claude. La Enseñanza de los Juegos Deportivos Colectivos. Barcelona: Editorial: Hispano Europe, 1986.
- BOMPA, Tudor O. Treinamento Total para Jovens Campeões. Barueri: Manole, 2002.
- GALLAGHER, David; OSMAN, John C. Compreendendo o Desenvolvimento Motor: Bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Phorte, 2001.
- GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Jouna Elizabeth R. Pinto. Crescimento, Composição Corporal e Desempenho Motor de Crianças e Adolescentes. São Paulo: CLR Balieiro, 1997.
- ISAYAMA, Heider Ferreira; Gellardo, Jorge Sérgio Perez. Desenvolvimento Motor: análise dos estudos brasileiros sobre habilidades motoras fundamentais. Maringa, 1992. Art. Revista de Educação Física: UEM.
- KRÖGER, Christian; Roth, Klaus. Escola da Bola: Um ABC para iniciantes nos Jogos Esportivos. Tradução e revisão científica: Pablo Juan Greco. São Paulo: Phorte, 2002.
- KUNZ, Eliezer. Transformação Didático-Pedagógica do Esporte. 4ª ed. Jui: Unijui, 2001.
- MANOEL, E. Aprendizagem Motora: O processo de aquisição de ações habiliosas. In: Neto, A.; Grollner, S.; Bracht, V. As Ciências do esporte no Brasil. Campinas: Editores associados, 1995.
- PEREZ, Luis Miguel Ruiz. Competência Motora: Elementos para compreender el aprendizaje motor en educación física escolar. Gynnos: Madrid, 1995.
- PIAGET, Jean. O nascimento da inteligência nas crianças. Rio de Janeiro: ed. Guanabara, 1987.
- Coletivo De Autores. Metodologia do ensino da Educação Física - São Paulo: Cortez, 1992.
- SCHMIDT, R.A. Aprendizagem e performance motora. Dos princípios a prática. São Paulo: Editora Movimento, 1993.
- SCHMIDT, R.A. Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema. Porto Alegre: Artmed, 2001.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- FLORES, Albert Basalla. Habilidades motoras. Barcelona: INDE Publicaciones, 2000.
- GRECO, Pablo Juan; Benda, Rodolfo Navidillo. Inclusão Esportiva Universal I. Belo Horizonte: Editora VFM6, 2001.
- MEZARI, Felipe da Silva. Condições de uma especialização precoce para crianças de 06 a 12 anos no futsal, 2005, 33 f.
- Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma.
- PEREZ, Luis Miguel Ruiz. Deporte y Aprendizaje: Procesos de adquisición y Desarrollo de habilidades. Madrid: A. Machado Libros, S.A., 2002.
- PEREZ, Luis Miguel Ruiz. Desarrollo Motor y Actividades Físicas. Madrid: Gynnos, S.A., 1994.
- SEBASTIÁN, Eric M.; GONZÁLEZ, Carlos A. Barcelona: INDE Publicaciones, 2000.

Lorete Tascia Marcus
Secretária Acadêmica
Portaria nº 47/2021-Secretaria/INEC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	Psicologia	CARGA HORÁRIA:	72h/a
CRÉDITOS:	04	PERÍODO:	VI/ 2º semestre / 2005
PROFESSOR(A):	M.Sc. Dulani Barboza		

2. MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

3. OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para ingresso no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, atuando no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

4. OBJETIVOS DA DISCIPLINA

- Apresentar um panorama histórico da Psicologia, da filiação filosófica à construção de uma ciência.
- Possibilitar um conhecimento acerca das principais abordagens e teorias psicológicas, destacando sua dimensão histórica, ética, política e base epistemológica.
- Estudar a constituição do sujeito, compreendendo-o como um ser bio-sócio-psicológico, concebido em sua historicidade e num processo dialético.
- Abordar a saúde humana ligada à questão da cidadania e a potência de ação do sujeito para transformar as suas relações cotidianas.
- Abordar a constituição do sujeito, enfocando a dimensão psicoafetiva da processo saúde-doença e o papel do profissional de Educação Física como mediador fundamental no processo de construção da qualidade de vida do cliente ou grupo cliente.
- Refletir criticamente sobre cultura, contemporaneidade e constituição do sujeito, tendo em vista suas implicações éticas no tocante ao processo saúde/doença e as condições de vida da população.

5. SEMEANTAS: Introdução à psicologia, História da Psicologia, Escola Psicológica, Construção Histórico-social do ser humano.

6. PLANO TEMÁTICA E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMAS	Nº DE AULAS	PERÍODO
1. Introdução à psicologia: Psicologia ou Psicologias	08	01 de agosto a 08 de agosto
2. História da Psicologia: um pouco da história. 2.1 A Psicologia no Brasil	12	15 de agosto a 29 de agosto
3. Algumas das principais escolas Psicológicas	Total = 44	
3.1 Behaviorismo	08	05 de setembro a 12 de setembro
3.2 Psicanálise	08	19 de setembro a 26 de setembro
3.3 Gestalt	08	03 de outubro a 10 de outubro
3.4 A Psicologia Histórico-cultural: a construção histórico-social do ser humano	12	17 a 31 de outubro
4. Saúde: um processo complexo e multifacetado. 4.1 O processo saúde/doença. 4.2 A dimensão psicoafetiva e a construção da qualidade de vida	08	07 de novembro a 14 de novembro
5. Cultura, contemporaneidade e constituição do sujeito: refletindo sobre esporte e saúde	08	21 de novembro a 28 de novembro

7. TEMA/OBJETIVOS/CONTEÚDOS-UNIDADES/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1: Introdução à Psicologia

Objetivos específicos: Conhecer as origens da ciência psicológica. Enfocar a diversidade de objetos de estudo e valores presentes no campo da ciência psicológica.

UNIDADE 1: Panorama histórico da Psicologia, da filiação filosófica à construção de uma ciência. Psicologia ou Psicologias? A diversidade de objetos de estudos e valores no campo da ciência psicológica.

A psicologia no Brasil: um pouco da história, perspectivas e possibilidades de intervenção.

Atividades:

- Leitura de textos
- Discussão em pequenos grupos
- Sistematização das ideias discutidas pelos diferentes grupos

- Aula expositiva

Avaliação: Produção dos grupos

TEMA 2 – História da Psicologia

Objetivos específicos: Compreender as origens da psicologia como ciência. Estabelecer relações entre o surgimento da psicologia com o positivismo. Conhecer, caracterizar e problematizar as diferentes correntes psicológicas. Conhecer a diversidade: um pouco da história e as diferenças epistemológicas, com destaque para algumas das principais abordagens psicológicas.

UNIDADE II: Algumas das principais teorias psicológicas: aspectos históricos, epistemológicos, epicos e conceituais. Refletindo sobre a diversidade de objetos e diferenças epistemológicas. Compreendendo algumas das teorias psicológicas – Behaviorismo, Psicanálise, Gestalt – e suas relações com a constituição do sujeito e a área da saúde.

Atividades:

- Leitura de textos
- Discussão em pequenos grupos
- Sistematização das ideias discutidas pelos diferentes grupos
- Aula expositiva

Avaliação: Produção textual e seminário; Análise de filme.

TEMA 3 – A construção histórico-social do ser humano

Objetivos específicos: Compreender o ser humano como síntese de múltiplas determinações sociais, históricas e culturais. Conhecer a Psicologia histórico-cultural e suas contribuições para a atuação na área da saúde.

UNIDADE III: A construção histórico-social do ser humano. Apresentando a Psicologia Histórico-cultural: um pouco da história, objeto de estudo e alguns de seus desdobramentos e contribuições na área da Saúde.

Atividades:

- Leitura de textos
- Discussão em pequenos grupos
- Sistematização das ideias discutidas pelos diferentes grupos
- Aula expositiva

Avaliação: Produção de texto individual e em grupo; Análise de filmes e apresentação em forma de seminário

TEMA 4: Saúde: um processo complexo e multifacetado.

Objetivos específicos: Compreender a saúde como um processo complexo e multifacetado. Conhecer algumas práticas em Psicologia ligadas a saúde e esporte.

UNIDADE IV: Saúde: um processo complexo e multifacetado. Ética, saúde e cotidiano. Práticas sociais em Psicologia, esporte e saúde. Psicologia e políticas públicas: reflexões críticas acerca do processo dialético de exclusão/inclusão e a construção da cidadania e da saúde.

Atividades:

- Leitura de textos
- Discussão em pequenos grupos
- Sistematização das ideias discutidas pelos diferentes grupos
- Aula expositiva

Avaliação: Produção textual individual e em grupo.

TEMA 5: Cultura, contemporaneidade e constituição do sujeito.

Objetivo específico: Refletir criticamente sobre o papel do profissional do esporte em relação à saúde e a qualidade de vida da sua clientela, considerando a cultura, a ética e o cotidiano como referenciais.

UNIDADE V: Cultura contemporaneidade e constituição do sujeito: implicações éticas e sociais. A dimensão da ética, da afetividade, da democracia e da cidadania na construção do processo saúde/doença. Reflexões sobre a contemporaneidade, esporte e saúde e as condições de vida da população brasileira.

Atividades:

- Leitura de textos
- Discussão em pequenos grupos
- Sistematização das ideias discutidas pelos diferentes grupos
- Aula expositiva

Avaliação: Prova individual envolvendo as unidades 3, 4 e 5 e entrega dos relatórios de atividade de campo e apresentação em forma de seminário.

8. METODOLOGIA DE ENSINO:

O trabalho será desenvolvido de modo a levar os alunos a uma participação ativa no processo de ensino/aprendizagem. Para tanto serão utilizados procedimentos diversos: aulas expositivas/dialegadas, trabalhos em grupo sobre temas específicos, realizados em sala ou em casa, com apresentação oral e/ou escrita. Debates, palestras com convidados, leitura, análise e discussão sobre textos selecionados. Observação e análise sobre filmes e documentários.

8.1 Procedimentos de avaliação do processo de ensino-aprendizagem:

A avaliação será processual e contínua, tendo como foco os processos de aprendizagem, a capacidade argumentativa, autonomia, autoria na construção de conhecimentos e produção textual no que diz respeito aos conteúdos enfocados nesta disciplina.

A – Avaliações individuais.

B – Trabalhos em grupo.

C – Participação nas atividades desenvolvidas em sala de aula;

D – Atividades de campo;

9. PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR – 12 H/A

Concomitante às aulas teóricas os alunos realizarão trabalhos de campo que comporão a atividade prática proposta para a carga horária de 12 h/a que será realizada mediante observação de curso participante em um ambiente de trabalho ligado ao esporte e saúde de escolha do grupo em acordo com a profª dessa disciplina, seguida de registro e análise na forma de relatório. Os alunos buscarão a partir das redes de relações sociais investigadas compreender a prática orientadora das atividades realizadas na área esportiva, compreendendo a sua formação, relacionando-as aos conteúdos do curso e à esta disciplina. Nesse modo, todo o processo deverá ser registrado e analisado teoricamente. Posteriormente, os trabalhos serão apresentados e discutidos em sala de aula. O detalhamento desta atividade será discutido com os acadêmicos na disciplina.

10. BIBLIOGRAFIA

- ACHAR, Rosamery (org.) *Psicólogo Brasileiro: práticas emergentes e desafios para a formação*, 2. ed. Casa do Psicólogo, 1994.
- BERNADES, Jefferson de Souza. História. In: *Psicologia Social Contemporânea: texto-texto*. JACQUES, Maria de Graça Corêa [et al.] 9. ed. Petrópolis, R.J.: Vozes, 2005.
- BOCK, Ana Mécia Bahia; ELUTADOK, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. *Psicologias: uma introdução ao estudo da Psicologia*. 13. ed., reficor. e ampl. São Paulo: Saraiva, 2002.
- BOCK, Ana Mécia Bahia (org.). *Psicologia no compromisso social*. São Paulo: Cortez, 2003.
- FADJMAN, James; FRAGER, James. *Teorias da Personalidade*. São Paulo: Harbra, 2002.
- FIGUEIREDO, Luis Cláudio M. *Matrizes do pensamento psicológico*. Itapetininga: Vozes, 1993.
- _____. *Revisitando as Psicologias: da epistemologia à ética das práticas e discursos psicológicos*. 2. ed. ver. e ampl. Petrópolis, R.J.: Vozes, 2004.
- SANTO, Pedro Luiz Ribeiro. *Psicologias: uma (nova) introdução*. 2. ed. São Paulo: Educ, 2002.
- GONZALEZ REY, Fernando Luis. *Sujeito e subjetividade: uma aproximação histórico-cultural*. São Paulo: Pleneiro Thomson Learning, 2003.
- KAHNHALE, Edna M. Peters (org.). *A diversidade da psicologia: uma construção teórica*. São Paulo: Cortez, 2002.
- MASSINI, Marina; GUEDES, Maria de Carmo (orgs.) *História da Psicologia no Brasil: novos estudos*. São Paulo: EDUC: Cortez, 2004.
- MOLÓN, Susana Inês. *Subjetividade e constituição do sujeito em Vygotsky*. São Paulo: Educ, 1999.
- SAWAIA, Bader B. Dimensão discursiva do adoecimento da classe trabalhadora. In: LANE, Sylvia T. M., SAWAIA, Bader B. (orgs.). *Novas verdades da Psicologia Social*. São Paulo: Brasiliense/EDUC, 1995.
- VIGOTSKI, L. S. *A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores*. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- CAMPOS, Regina Helena de Freitas (org.). *História da psicologia: pesquisa, formação e ensino*. São Paulo: EDUC, 1996.
- CIAMPA, Antônio da Costa. *A história do Severino e a história da Severina*. 2. ed. São Paulo: Brasiliense, 1998.
- DANIELS, Harry. *Vygotsky em foco: pressupostos e desenvolvimentos*. São Paulo: Papirus, 1994.
- EDUCAÇÃO & SOCIEDADE. Campinas, SP, Cedes. 2. ed. *Revista Quadrimestral de Ciência da Educação*. Vigotski – o manuscrito de 1929: temas sobre a constituição cultural do sujeito. 2000.
- FIGUEIREDO, Luis Cláudio M. *A invenção do psicológico: quatro séculos de subjetivação 1500-1900*. 5. ed. São Paulo: Eduer/Esauta, 2002.
- FREIRE, Isabel Ribeiro. *Radizes da Psicologia*. 4. ed. Petrópolis, R.J.: Vozes, 1997.
- FIGUEIREDO, Luis Cláudio M. *A invenção do psicológico: quatro séculos de subjetivação (1500-1900)*. 5. ed. São Paulo: Eduer/Esauta, 2002.
- FRANCA, Ana Cristina Limongi. *As pessoas nas organizações*. São Paulo: Gente, 2002.
- FREITAS, Maria Teresa de Assunção. *Vygotsky e Bakhtin*. São Paulo: Ática, 1994.
- LEONTIEV, Alexia. *O desenvolvimento do pensamento*. Lisboa: Horizonte Universitário, 1978.
- LOURÔ, Guacira Lopes. *O corpo educado: pedagogias da sexualidade*. Belo Horizonte: Autêntica, 1999.
- LURIA, A. R. *Curso de Psicologia geral*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1991. (Volume 01)
- LURIA, A. R. *Curso de Psicologia geral*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1991. (Volume 04)
- LURIA, A. R.; LEONTIEV & VYGOTSKY. *Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem*. 1. ed. São Paulo, 1988.
- REGO, Teresa Cristina. *Vygotsky: uma perspectiva histórico-cultural da educação*. 1. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2001.
- SAWAIA, Bader B. O ofício da Psicologia Social à luz da ideia reguladora de sujeito: da eficácia da ação à eficácia da existência. In: ZANELLA, Andréa V. [et al.] *Psicologia e Práticas Sociais*. Porto Alegre: ABPRAPSO/UL, 1997.
- SANTOS, Boaventura de Souza. *Introdução a uma ciência pós-moderna*. 1. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1989.
- SOUZA, L.; FREITAS, M.F.O. e RODRIGUES, M.M.P. (orgs.). *Psicologias reflexivas/implementares*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.
- VEER, René Van Der & VASINGER, Jan. *Vygotsky uma síntese*. São Paulo: Loyola, 1999.
- VIGOTSKI, L. S. *La imaginación y el arte en la infancia*. 4. ed. Madrid: Akal, 1998.
- _____. *Teoria e método em Psicologia*. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- _____. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
- ZANELLA, Andréa Vahlia. *Vigotski: contexto, contribuições à Psicologia e o conceito de Zona de Desenvolvimento Proximal*. Itajaí: Univali, 2001.



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	ADMINISTRAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DESPORTIVA		
CRÉDITOS:	04	CARGA HORÁRIA:	72h/a
PROFESSOR(A):	ANTONIO SERGIO FERNANDES	PERÍODO:	Nº 1º semestre / 2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para atuarem como docentes na educação infantil e educação básica, socializando o conhecimento científico da cultura do movimento humano acumulada historicamente pela humanidade, produzindo novos saberes que possam contribuir com a transformação social e a melhoria da qualidade de vida".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: O aluno deverá ser capaz de analisar os conhecimentos referentes a prática de administração e organização de competições esportivas, para aplicá-las posteriormente com eficiência.

EMENTA: Noções gerais de marketing esportivo e projetos de eventos; planejamento, administração e organização de competições esportivas e a sistemática destas competições na caminhada.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	AULAS	DATAS
1- Administração, organização e marketing esportivo	08	
2- Planejamento e estrutura de uma competição esportiva	08	
3- Esquematizar de uma competição oficial	08	
4- Suportes para a realização de uma competição esportiva	08	
5- Sistemática de competições esportivas	40	
6- Avaliação		(definidas nos temas)
7- A prática como componente curricular nos temas 2, 3, 4 e 5	12	

TEMAS, OBJETIVOS, CONTEÚDOS, ATIVIDADES, METODOLOGIA, AVALIAÇÃO

TEMA 1 – ADMINISTRAÇÃO, ORGANIZAÇÃO E MARKETING ESPORTIVO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- * Debater os conhecimentos de marketing esportivo;
- * Construir um projeto de um evento esportivo.

CONTEÚDOS:

- Conceitos de administração, organização e marketing;
- Noções gerais sobre organização, administração e marketing;
- Organização de projetos - etapas de planejamento - passos para elaboração

ATIVIDADES:

- Apresentação professor e alunos;
- Finalidades da disciplina;
- Normas, programa e sistema de avaliação;
- Avaliação diagnóstica;
- Construir um projeto (em grupos de quatro) com auxílio do professor, que corrigirá e devolverá para a entrega da versão final.

METODOLOGIA:

- Exposição problemática, com roteiro projetor;
- Trabalho individual.

AVALIAÇÃO:

- Observar os indicadores (participação, interesse, respeito, pontualidade, responsabilidade, solidariedade);
- Projeto em grupos de quatro a cada bimestre (data entrega: 05/09) (peso 10%).

TEMA 2 – PLANEJAMENTO E ESTRUTURA DE UMA COMPETIÇÃO ESPORTIVA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- * Analisar todos os fatores necessários para planejar e estruturar uma competição esportiva.

CONTEÚDOS:

- 2.1- Fases do planejamento: pesquisa, programação, execução e avaliação;
- Fatores do planejamento: objetivos, período, data, instalações, inscrições, fatores humanos, materiais e financeiros, alojamentos, alimentação.

ATIVIDADES:

- Acadêmicos(as) analisarão e apresentarão o planejamento da competição, torcida ou evento proposto no projeto nos mesmos grupos do projeto.

METODOLOGIA:

- Exposição problemática;
- Trabalho em grupos.

AVALIAÇÃO:

observar indicadores e os critérios estabelecidos no trabalho em grupo;
avaliação do processo até o momento;
apresentação dos grupos

TEMA 3 – ESQUEMATIZAÇÃO DE UMA COMPETIÇÃO OFICIAL

OBJETIVO ESPECÍFICO:

* Explicar compreendendo, as atribuições das comissões que fazem parte da esquetização de uma competição.

CONTEÚDOS:

3.1- Atribuições das comissões de: barra, central organizadora, de administração, técnica, de divulgação, de finanças, de transportes, de recepção e solidariedade e de hospedagem e alimentação.

ATIVIDADES:

organização de grupos para explicar o conteúdo.

METODOLOGIA:

organizar os grupos e sistema de apresentação do trabalho.

AVALIAÇÃO:

apresentação do trabalho em grupo.

Observação dos indicadores

avaliação escrita, individual 3 perguntas. (peso 5,0)

TEMA 4 – SUPORTES PARA A REALIZAÇÃO DE UMA COMPETIÇÃO ESPORTIVA

OBJETIVO ESPECÍFICO:

* Concluir que os suportes são importantes e caracterizam uma competição esportiva.

* Realizar uma abertura e um congresso técnico na prática.

* Construir um regulamento se possível referente ao evento do projeto.

CONTEÚDOS:

Solennidades de abertura e encerramento de uma competição.

Congresso técnico.

Regulamento de várias modalidades esportivas em dupla.

ATIVIDADES:

realizar uma abertura e um congresso técnico.

elaborar o regulamento.

METODOLOGIA:

aulas expositivas dialogadas.

trabalho em grupos.

AVALIAÇÃO:

observação dos indicadores

regulamento em dupla que deverá ser entregue até 20/10. (peso 10)

3- avaliação escrita, individual 3 perguntas. (peso 5,0)

TEMA 5 – SISTEMÁTICA DE COMPETIÇÕES ESPORTIVAS

OBJETIVO ESPECÍFICO:

* Analisar os processos de rodízio e eliminatória para a realização de competições.

* Escrever um calendário esportivo.

CONTEÚDOS:

Conceito de jogos, turno, campeonato.

Processos de eliminatórias

Processos de rodízio no turno

Processos combinados

Sistema de disputa e tabela de jogos

Elaboração de um calendário esportivo

ATIVIDADES:

exposição dos processos

discussão de um calendário esportivo

organizar tabela de campeonatos e seus sistemas de disputas

torneio de duas modalidades esportivas

METODOLOGIA:

exposição problemática, com roteiro projetado.

trabalhos em duplas.

AVALIAÇÃO:

observação dos indicadores

projeto em grupo de quatro acadêmicos/as (10)

regulamento em dupla (10)

avaliação escrita (10).

avaliação escrita, 5 questões mais 3 questões (10)

trabalhos individuais em duplas e grupos de todo semestre (10)

auto-avaliação individual e oral (10)

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR

A prática como componente curricular será realizada durante as aulas 2, 3, 4 e 5, onde os acadêmicos escreverão um projeto de acordo com sua realidade, elaborarão um regulamento, realizarão um congresso técnico, uma abertura da competição e organizarão uma competição de natação, com uma atividade integrada com a disciplina de Atividades Aquáticas do curso de Bacharelado.

1

BIBLIOGRAFIA

- ARCHER, Ricardo Batista. Organização de competição desportiva. Curitiba: SENAI, 1990. 118 p.
- BRANZIN, Valter. Organização e modelos de competições esportivas. Rio de Janeiro: Grupo Palmar Sport, 1989. 98 p.
- CANTON, Marisa. Eventos: da proposta ao planejamento: Event from proposal to planning. Turismo: Visão e Ação. Início UNIVALI v. 1, n. 1, p. 101-112/ Jan./Jun., 1998.
- CESCA, Cleusa G. Gímones. Organização de eventos: manual para planejamento e execução. São Paulo: Summus, 1997. 166 p.
- CAPINUSSU, José Maurício. Competições Esportivas, Organização e Esportes. Coleção IBRASA, 1986. 83 p.
- CAPINUSSU, José Maurício. Teoria organizacional da educação física e esportes. São Paulo: IBRASA, 1979. 179 p.
- _____. Administração e marketing nas academias de ginástica. São Paulo: IBRASA, 1989. 78 p.
- CONTURSI, Ernani B. Marketing esportivo. Rio de Janeiro: Sprint, 1996. 370 p.
- CONTURSI, Ernani B. Marketing esportivo. 2.ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 370 p.
- GUTIERREZ, Washington. Organização da Educação Física e dos Desportos 4. ed. Porto Alegre: Coleção ESEF - IPA, 1985. 63 p.
- KINCHESKI, José Carlos. Cerimonial hierárquico protocolo para eventos de organizações públicas e privadas brasileiras. Florianópolis: UDESC, 2002. 246 p.
- MELO NETO, Francisco Paulo de. Marketing de eventos. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 236 p.
- _____. Marketing de eventos. Rio de Janeiro: Sprint, 1998. 236 p.
- _____. Marketing de patrocinios. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 156 p.
- _____. Projetos de marketing esportivo e social. Londrina: Midiograf, 1997. 180 p.
- NÓBREGA, Roberto. Organização desportiva: sistemas de disputas. Brasília: Univera, 1997. 38 p.
- ORGANIZAÇÃO DE COMPETIÇÕES: TORNEIOS E CAMPEONATOS. 21. ed. Rio de Janeiro: SPRINT, 2003. 198 p.
- PITT'S, Brenda G.; SEOTLAR, David Kent. Fundamentos do marketing esportivo. São Paulo: Phorte, 2002. 217p.
- POIT, Davi Rodrigues. Organização de eventos esportivos. 2.ed. Jundiaí: Da autor, 2000. 139 p.
- REZENDE, José Ricardo. Organização e Administração no Esporte. Sprint, Rio de Janeiro: 2000. 198 p.
- SEMINÁRIO INDESP DE MARKETING ESPORTIVO (1-1995:OURO PRETO, MG). Anais. Ouro Preto: INDESP, 1996. 199 p.
- BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR
- DAIUTO, Moisés. Organização de Competições Esportivas. HEMUS, 1991.


Lorete Tasca Marcos
Secretaria Acadêmica
Folha 11/1201/2004 UDESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE

CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA: DEONTOLOGIA E ÉTICA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

CRÉDITOS: 02

CARGA HORÁRIA:

36 h/aula

PROFESSOR(A): ANTONIO SÉRGIO FERNANDES

PERÍODO:

VI / 1º semestre / 2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.**OBJETIVO DO CURSO:** Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar significativamente nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na Resolução nº 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.**OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:** O aluno deverá ser capaz de reconhecer e executar todas as normas afíntes a sua atividade profissional seguindo sua trajetória nos princípios éticos de educação física.**EMENTA:** Fundamentos legais da Educação Física e do esporte, valores morais, princípios éticos do profissional de educação física.**PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO**

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Apresentação – Discussão do Plano de Ensino – Avaliação Diagnóstica. UNIDADE I	02	22.02
2- UNIDADE I – Ética profissional em Educação Física – Valores Éticos e Morais no Sistema CONFEF/CREF	04	01.03 / 08.03
3- UNIDADE II – Código Deontológico da Educação Física	04	15.03 / 22.03
4- UNIDADE III – Código de Ética da Educação Física	04	29.03 / 05.04
5- Avaliação I	02	12.04
6- UNIDADE IV – Resoluções do Sistema CONFEF/CREF	04	19.04 / 26.04
7- UNIDADE V – Legislação da Educação Física – Federal e Estadual – visita a unidade de prática ou empresa da atividade física para verificação das exigências legais – Prática como Componente Curricular- 06 horas/aula	04 06 (Visita-Extra Classe)	03.05 / 10.05 / 17.05
8- UNIDADE VI – Legislação Desportiva – Federal e estadual – Fale Pise – Movimento Olímpico	04	24.05 / 31.05
9- Avaliação II	02	07.06
10- Entrega do resultado semestral		14.06
11- Prova final		21.06

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO**UNIDADE I – Ética profissional em Educação Física – Valores Éticos e Morais no Sistema CONFEF/CREF****OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Construir e aperfeiçoar conhecimentos sobre ética profissional.**CONTEÚDOS**

1.1 – Filosofia na educação física e nos esportes

1.2 – Valores éticos e morais do Sistema CONFEF / CREF

ATIVIDADES

1 – Apresentação professor / alunos

2 – Avaliação diagnóstica

3 – Normas / programas / Sistema de avaliação

4 – Construção de conhecimentos sobre os conteúdos desta unidade.

METODOLOGIA

1- Aulas expositivas com retro projetor

2- Trabalhos em grupo

AVALIAÇÃO

1- Observação de indicadores (participação, interesse, respeito, pontualidade, responsabilidade, solidiedade)

2- Confecção de trabalhos escritos

UNIDADE 2 – Código Deontológico da Educação Física

4

OBJETIVO ESPECÍFICO – Construir conhecimentos sobre o Código Deontológico da Educação Física.

2.1- Normas do Código de Deontologia da Educação Física.

ATIVIDADES

1- Apresentação de manual com normas do Código.

METODOLOGIA

1- Aula expositiva com retro projetor

2- Leitura de texto

3- Trabalho em grupo

AValiação

1- Observação de indicadores (participação, interesse, respeito, pontualidade, responsabilidade, solidariedade.

2- Confeção de trabalho escrito.

UNIDADE 3 – Código de Ética da Educação Física

OBJETIVO ESPECÍFICO – Construir conhecimentos sobre o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física.

CONTEÚDOS

3.1 - Apresentação de manual com as normas do Código de Ética da Educação Física.

ATIVIDADES

1 - Análise do conteúdo apresentado

2 - Trabalho de elaboração de regulamentos

METODOLOGIA

1 - Aulas expositivas com retro projetor

2 - Leitura do Código

3 - Trabalho em grupo

AValiação

1 - Observação de indicadores (participação, interesse, respeito, pontualidade, responsabilidade, solidariedade.

2 - Confeção de trabalho escrito

UNIDADE 4 – Resoluções do Sistema CONFEF/CREF

OBJETIVO ESPECÍFICO – Construir conhecimentos sobre as resoluções do Sistema CONFEF/CREF.

CONTEÚDOS

1 - Textos das diversas Resoluções do Sistema CONFEF/CREF.

ATIVIDADES

1 - Apresentação dos textos das resoluções

METODOLOGIA

1 - Aula expositiva com retro projetor

2 - Discussões e Trabalho em grupo

AValiação

1- Observação de indicadores (participação, interesse, respeito, pontualidade, responsabilidade, solidariedade. 2 - Confeção de trabalho escrito

UNIDADE 5 – Legislação da Educação Física

OBJETIVO ESPECÍFICO – Construir conhecimentos sobre a legislação nacional que rege a educação física

CONTEÚDOS

1 - Legislação Federal da Educação Física

2 - Legislação Estadual da Educação Física

ATIVIDADES

1 - Exposição dos textos da legislação

METODOLOGIA

1 - Aula expositiva com retro projetor

2 - Trabalho em grupo

AValiação

1- Observação de indicadores (participação, interesse, respeito, pontualidade, responsabilidade, solidariedade. 2 - Confeção de trabalho escrito

- Legislação da Educação Física – Federal e Estadual – visita a uma entidade de prática ou uma empresa de atividade física para verificação das exigências legais – Prática como Componente Curricular 86 horas/aula.

UNIDADE 6 – Legislação Desportiva

OBJETIVO ESPECÍFICO – Construir conhecimentos sobre a legislação desportiva

CONTEÚDOS

1 - Legislação desportiva Federal

2 - Legislação desportiva Estadual

3 - Par Play

4 - Movimento Olímpico

ATIVIDADES

1 - Exposição dos textos da legislação desportiva

METODOLOGIA

1 - Aula expositiva com retro projetor

2 - Trabalho em grupo

AValiação

1- Observação de indicadores (participação, interesse, respeito, pontualidade, responsabilidade, solidariedade. 2 - Confeção de trabalho escrito

BIBLIOGRAFIA

- TOTAL, João Batista - **ÉTICA PROFISSIONAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA**, Editora Shape - Rio de Janeiro, 2004.
- Conselho Federal de Educação Física - **Código de Deontologia da Educação Física** - Rio de Janeiro
- Conselho Federal de Educação Física - **Código de Ética dos Profissionais de Educação Física** - Rio de Janeiro (WWW.Cofef.org.br)
- Constituição da República Federativa do Brasil - Brasil - DF
- Constituição do Estado de Santa Catarina - Florianópolis - SC
- Legislação Desportiva Federal
- Legislação Desportiva Estadual


Lorete Tassa Marcos
Secretária Acadêmica
Faculdade UNIVILLE - Florianópolis



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: Flexibilidade e Alongamento

CRÉDITOS: 02

CARGA HORÁRIA: 36 h/aulas

PROFESSOR(A): Eliete Eliza Nunes

PERÍODO: 1º semestre / Df

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar científica e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 40/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar ao acadêmico a elaboração e reelaboração de conhecimentos teóricos/práticos referentes à atividade de Flexibilidade e Alongamento, conduzindo-o a um melhor desempenho no seu campo profissional, conscientizando-o de sua função educadora.

EMENTA: Diferença entre Flexibilidade e alongamento; conceito, objetivo e emprego (acadêmicas, escolas, esportes, profilaxia, terapia, qualidade de vida); fatores determinantes que influenciam na flexibilidade; técnicas para o aumento da flexibilidade; Considerações gerais.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Flexibilidade, Alongamento e Relaxamento: diferença entre flexibilidade e Alongamento; Conceito.	08	22/02; 05, *13/03
2- Fatores endógenos e exógenos que influenciam e determinam a flexibilidade.	04	22, 29/03
3- Técnicas e meios para manutenção e desenvolvimento da flexibilidade.	10	05, 12, 19, 26/04; 03/05
4- Objetivos e emprego da flexibilidade (acadêmicas, esportes, profilaxia, terapia, qualidade de vida). Considerações gerais.	14	10, 17, 24, 31/05 07, 14, 21/06

* São 4 aulas (foi pego 2 aulas de deontologia)

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – Conceito de Flexibilidade, Alongamento e Relaxamento: Diferença entre flexibilidade e Alongamento:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Conceituar a capacidade motora condicional Flexibilidade e os exercícios que a aumentam ou que a mantêm (alongamentos). Distinguir na teoria e na prática, o que são exercícios para aumentar a flexibilidade e os que são meramente exercícios de alongamentos, para mantê-la.

CONTEÚDOS

Histórico da Flexibilidade

Conceito de Flexibilidade e Alongamento e Relaxamento.

Músculos Agônistas, Antagonistas e Sinérgicos.

Técnicas de Relaxamento; Massoterapia.

ATIVIDADES:

Apresentação professor/alunos (as)

Análise o programa de ensino.

Aula prática de Alongamento

Leitura e discussão dos conceitos trazidos pelos alunos.

Aula Teórica e prática com Massoterapia.

METODOLOGIA:

1- aula expositiva/dialogada com recursos audiovisuais.

2- Transparências.

3- Aula prática visando a diferenciação do aumento e no da manutenção da Flexibilidade.

4- Aula Teórica e prática com Massoterapia.

AVALIAÇÃO: Avaliação teórica junto com o tema 2 (10,0)

TEMA 2- Fatores que determinam e influenciam na flexibilidade:

OBJETIVO ESPECÍFICO: Apropriar os conhecimentos científicos dos fatores que interferem na Flexibilidade.

CONTEÚDOS: Conceito dos fatores determinantes que interferem na Flexibilidade: endógenos: idade, genética; cápsula articular; músculo; tendão; ligamento; pele; e exógenos: sedentarismo; horário do dia; fadiga; dor muscular; desidratação; cicatrizes entre outros.

ATIVIDADES:

1- Leitura e discussão dos conceitos trazidos pelos alunos.

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva/dialogada com recursos audiovisuais.

2

AValiação:

1-Avaliação escrita junto com teoria 1. (10)

TEMA 3 – Técnicas para desenvolvimento da flexibilidade.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Aprender meios e técnicas para manutenção e desenvolvimento da flexibilidade.

CONTEÚDOS:

Alongamento Estático, Alongamento Dinâmico, Alongamento Estático e Dinâmico, Alongamento Balísticos, Alongamento Passivo, Alongamento Ativo, Facilitação Neuroprioreceptiva (FNP).

Nomenclatura Técnica e popular.

Fundamentos para os exercícios de Alongamento e Benefícios dos exercícios de Alongamento.

Teoria e Prática de exercícios de Alongamento: no solo; fit Ball (com bola); com bolinha de tênis, canelinho e Halteres;

com alça e macarrão; no espaldar; na barra; com dispositivos elásticos.

ATIVIDADES:

1- Leitura e discussão de textos.

2- Aula prática de Flexibilidade e Alongamento utilizando os meios e as técnicas para manutenção e desenvolvimento da Flexibilidade.

METODOLOGIA:

1-Aula expositiva e dialogada com recursos audiovisuais.

2-Aula Teórica e prática utilizando implementos como bolinha de tênis, canelinho e Halteres;

alça e macarrão; espaldar; barra; com dispositivos elásticos.

AValiação:

1-Teórica (10,0)

TEMA 4 – Objetivo e emprego da flexibilidade (academia, escolas, esportes, profilaxia, terapia, qualidade de vida). Considerações gerais.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Oferecer condições para monitor e aplicar uma aula para o desenvolvimento ou manutenção da flexibilidade submetendo a importância, os benefícios e cuidados com a prática da mesma, diferenciando o seu emprego nos diversos segmentos da Atividade Física utilizando vários implementos.

CONTEÚDOS:

- Séries de Alongamento para o desenvolvimento da Flexibilidade.

- Orientação para exercícios de alongamento: Sugestões para o início do programa de Flexibilidade.

- Aulas de Alongamentos em Academia

Considerações gerais:

- Flexibilidade: Programa de Flexibilidade relacionado à saúde e ao desempenho atlético.

- Flexibilidade e Força: Dois componentes para estabilidade e desempenho.

- Aquecimento: Efeitos fisiológicos, Alongamento como um dos componentes do Aquecimento; pode o aquecimento prevenir a dor tardia?

- Alongamento pré e pós atividades físicas?

- Alguns erros no programa de Flexibilidade.

- Alongamentos controversos.

ATIVIDADES: Leitura e discussão de textos

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR – 6 h/a

Em grupos os acadêmicos irão elaborar o planejamento e executá-lo, referente a uma aula de alongamento, com alunos – alunos de handebol e grupos de 2ª idade

METODOLOGIA: Aulas expositiva e dialogada com recursos audiovisuais.

AValiação:

1- Avaliação teórica (vale 5,0)

2-Avaliação do Trabalho em Grupos no Colégio (vale 5,0)

BIBLIOGRAFIA

ACHOUR Junior, A. Exercícios de Alongamento- Anatomia e Fisiologia. 1ª ed. Manole, São Paulo, 2002.

_____, Junior, A. Bases para Exercícios de Alongamento, 2ª ed. phoete, São Paulo, 1999.

_____, Junior, A. Flexibilidade - Teoria e Prática. Ed. Mingui Londrina Pr, 1998.

_____, Junior, A. Flexibilidade e Alongamento- Saúde e Bem-estar. 3ª Ed. Manole, 2004.

ALTER, M.J. Ciência da Flexibilidade et. Art. mod. RS, 1999.

BARBANTI, V. J. Treinamento físico: bases científicas. São Paulo: CLJ Balleiro, 1996.

BERTAZZO, I. Cidadão corpo: identidade e autonomia do movimento. Ed. Summus, São Paulo, 1998.

BERTHERAT, T. O corpo tem suas razões: antiginástica e consciência de si. Ed. Marília Fontes, São Paulo, 2000.

CAMPGNION, P. Respir-Ações. Ed. Summus, São Paulo, 1998.

COSTA, M. G. Ginástica Localizada. Ed. Sprint, Rio de Janeiro, 1996.

CUTTER, N. C. Provas funcionais musculares. Editora Manole Ltda, São Paulo, 2000.

DANTAS, E. H. M. A Prática da Preparação Física. Ed. Shape, Rio de Janeiro, 1993.

DELAVER, F. Guia dos movimentos de musculação: abordagens anatómicas. Ed. Manole, São Paulo, 2000.

DENYS-STRUYF, G. Cadeias musculares e articulares: o método G. D. S. Ed. Summus, São Paulo, 1995.

FOX, E. L. Bases fisiológicas da educação física e dos desportos. Ed. Guanabara, Rio de Janeiro, 1986.

LEITE, P. F. Fisiologia do exercício, ergometria e condicionamento físico. Ed. Atheneu, São Paulo, 1986.

TUBINO, M. J. G. Metodologia científica do treinamento desportivo. Ed. Ibrasa, São Paulo, 1984.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

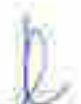
CAMPGNION, P. Respir-Ações. Ed. Summus, São Paulo, 1998.

DOMES, A. C. Cross training: uma abordagem metodológica. Londrina: APUE, 1992.

Marinzi M.J. Atividade Física para adultos com mais de 55 anos. Ed. Manole Ltda, São Paulo, 2001.

MONTEIRO, G. A. Flexibilidade. Fitness Brasil, São Paulo, 1995.

NALIAS, M. Atividade Física Saúde e Qualidade de vida Conceitos e Sugestões. 3ª ed. Midlograf Londrina, 2003.


Lorete Tasso Marcos
Secretaria Acadêmica
Pós-graduação em Educação Física/UNES

DISCIPLINA:	Atividade Física na Terceira Idade	CARGA HORÁRIA:	36 h/aula
CRÉDITOS:	02	PERÍODO:	1º Semestre / 2006
PROFESSOR (A):	Diane Cristina Marques		

PLANO DE ENSINO

- 1. MISSÃO DA UNESC:** Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade de ambiente de vida.
- 2. OBJETIVO DO CURSO:** Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, e que estão previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.
- 3. OBJETIVO DA DISCIPLINA:** Apropriar-se do conhecimento que relaciona atividade física e o processo de envelhecimento, tornando essa compreensão uma grande aliada à promoção da saúde e bem-estar social do idoso.
- 4. EMENTA DA DISCIPLINA:** Fenômeno do envelhecimento populacional. Efeitos do envelhecimento sobre os sistemas fisiológico e psicológico do organismo humano relacionados à atividade física. Princípios orientadores da atividade física para a terceira idade. Avaliação funcional do idoso.

5. PROGRAMA

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMAS	CONTEUDOS	DIAS
1 - Teorias do envelhecimento	Apresentação Plano de Ensino	24/02
	Video Processo de Envelhecimento	
	Organização Seminário	
	Prática como componente curricular - Seminário: Perspectiva Biológica/Comportamentalista	03/03
	Perspectiva Neofuncionalista Perspectiva Sociocultural Perspectiva Transdisciplinar	
2 - Demografia do Envelhecimento	Definição do termo "Idoso"	10/03
	Diferenças individuais	
	Ciclo vital e distribuição idária global	
	Influências de sexo e herança genética	17/03
	Influências socioeconômicas	
3 - Impacto do envelhecimento sobre os principais sistemas fisiológicos em repouso e durante o exercício submáximo e máximo	Padrões de atividade física	
	Saúde, consequências econômicas e sociais de uma sociedade em processo de envelhecimento	24/03
	Importância potencial da manutenção de um estilo de vida ativo	
	Prova	31/03
	Envelhecimento, estrutura corporal e composição corporal	07/04
	Envelhecimento do sistema cardiovascular	
	Envelhecimento do sistema respiratório	28/04
	Reação metabólica total ao exercício	
	Funções viscerais	05/05
	Envelhecimento do sistema nervoso	
	Regulação de homeostasia e envelhecimento do sistema endócrino	12/05
	Envelhecimento do sistema imunológico	
	Prova	19/05

4. - Impacto da atividade física regular sobre alterações dos sistemas fisiológicos associados à idade	Composição corporal	26/05
	Sistema cardiovascular	
	Força muscular e flexibilidade	02/06
	Sistema nervoso central	
	Sistema endócrino e metabolismo	09/06
	Sistema imunológico	
	Riscos dos aumentos de atividade física em pessoas idosas	23/06
	Limites críticos à restauração funcional	
	Prova	30/06
5 - Atividade física e saúde em pessoas idosas	Apresentação de 19 resumos em pôster (Doença cardíaca isquêmica, Acidente vascular cerebral, Hipertensão, Doença vascular periférica, Insuficiência cardíaca congestiva, Estágio final da doença renal, Doença pulmonar obstrutiva crônica, Saqueia, Distúrbios musculares específicos, Artrite reumatóide, Osteoporose, Miopatia, Obesidade, Diabetes Mellitus, Hipercolesterolemia e perfil lipídico adverso, Cânceres, Incapacidade física, Qualidade de vida) - Pôsteres como componente curricular	04/07 (4 aulas)

6. METODOLOGIA DE ENSINO: Aulas expositivas e dialogadas, Leitura e análise de textos científicos, Dinâmicas de grupo, Trabalhos em grupo, Relatórios, Seminários.

7. AVALIAÇÃO (Critérios e Instrumentos):

Tema 1 - Peso 0,5 - Seminário (Avaliação em grupo e individual) - Dia 03/03.

Tema 2 - Peso 1,0 - Prova. Data prevista: 31/03.

Tema 3 - Peso 1,0 - Prova. Data prevista: 19/05.

Tema 4 - Peso 1,0 - Prova. Data prevista: 30/06.

Tema 5 - Peso 0,5 - Trabalho - Apresentação de pôster. Data prevista: 04/07.

Prova final: 07/07.

8. ORIENTAÇÕES GERAIS:

1. Em todas as avaliações, os erros de ortografia e de concordância serão descontados da nota final, sendo que cada erro implicará na diminuição de 0,1 ponto.
2. Cópias (de qualquer natureza) de trabalhos e conteúdos serão atribuídas nota zero.
3. Não será permitido o uso de celular no decorrer das aulas, tanto por parte dos acadêmicos quanto dos docentes, salvo exceções acordadas entre ambos.
4. A chamada será realizada no início da aula, bem como no decorrer e no final da mesma.
5. O acadêmico deverá obrigatoriamente ter no mínimo 75% de frequência (de acordo com a Lei 9394).
6. As avaliações da disciplina terão como objetivo o conhecimento, a compreensão, a aplicação, a análise e a síntese, sendo que a interpretação das questões, também, faz parte da avaliação.
7. Quem faltar no dia de prova estabelecido, deverá seguir as normas estabelecidas pela UNESC (requerimento na secretaria, com justificativa, mediante pagamento, após no máximo 48 horas o retorno do acadêmico), sendo a data para realização da mesma agendada pelo professor para o final do semestre.
8. A prova docente será aceita se preenchida e cometa, não sendo permitido rasuras.
9. Caso o acadêmico seja pego copiando, será atribuída nota zero.
10. Trabalho entregue com atraso, será descontado 0,5 ponto por dia útil de atraso, devendo o mesmo ser entregue diretamente ao professor.

9. REFERÊNCIAS:

- BARROS, Myrian Lina de. *Velhice ou terceira idade?: estudos antropológicos sobre identidade, memória e política*. 3.ed. Rio de Janeiro: FGV, 2003. 235 p. ISBN 8522501470.
Número de Chamada: 302.26 P430 2003
- CARVALHO FILHO, Enrico Thomas; PAPALEO NETTO, Mônica. *Geriatrics: fundamentos, clínica e terapêutica*. São Paulo: Atheneu, 2000. 447 p. ISBN 8573790350.
Número de Chamada: 618.97 C3312 2000
- CLEMENTE, Elvira; JECKER, NETTO, Emílio (Org.). *Aspectos biológicos e geriátricos do envelhecimento*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 1998. 227 p.
Número de Chamada: 618.97 C626a 1998
- CORAZZA, Maria Alice. *Terceira idade & atividade física*. São Paulo: Phara Editora, 2001. 87 p. ISBN 8586702382.
Número de Chamada: 618.76446 C788i 2001
- COSTA, Maria Elisabeth Seno. *Gerontodrama: a velhice em cena: estudos clínicos e psicodramáticos sobre o envelhecimento e a terceira idade*. São Paulo: Agora, 1998. 170 p. ISBN 8571836477.
Número de Chamada: 612.67 C837g 1998
- EXERCÍCIO em situações especiais I: crescimento; flexibilidade; alterações posturais; asma; diabetes; terceira idade. Florianópolis: UFSC - Papo Editora da UFSC, 1997. 112 p. ISBN 85-328-0103-1.
Número de Chamada: 613.7 E36 1997
- FREITAS, Elizabeth Viana de. *Tentado da geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 1.187 p. ISBN 8527707497.
Número de Chamada: 618.97 F776 2002
- GALLI, Joseph J. (Editor). *Assistência ao idoso: aspectos clínicos do envelhecimento*. 3.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001. 635 p. ISBN 8527706717.
Número de Chamada: 618.97 A829 2001

- HAYLICK, Leonard. Como e por que envelhecemos. Rio de Janeiro: Campus, 1997. 366 p. ISBN 8535200509
Número de Chamada: 612-67 H418c 1997
- HIRSCHBERUCH, Marcia Daskin; CASTILHO, Sonia de. Nutrição e bem-estar para a terceira idade. São Paulo: CMS, 1999. 119 p. ISBN 8586889032
Número de Chamada: 613-0438 H669n 1999
- MAZO, Giovana Zuppoloni; LOPES, Marize Amorim; BENEDITTE, Tânia Beatriz. Atividade física e o idoso: concepção gerontológica. Porto Alegre: Sulina, 2001. 236 p. ISBN 8578560881
Número de Chamada: 613-70446 M475n 2001 Ac M822
- MATSUDO, Sandra Maraia (Máscara). Envelhecimento & atividade física. Londrina: Midiograf, 2001. 194 p. Número de Chamada: 613-70446 M424n 2001
- MEIRELLES, Morgana A. E. Atividade física na terceira idade: uma abordagem sinérgica. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1999. 109 p. ISBN 85-7332-034-6
Número de Chamada: 796-01926 M315a 1999
- MORENO, Guilherme. 250 aulas: terceira idade. Rio de Janeiro: Sprint, 2001. 168 p. ISBN 8573321393
Número de Chamada: 613-70446 M835a 2001
- PAPALÉO NETTO, Mariana. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo: Atheneu, 2000. 524 p. ISBN 857379109
Número de Chamada: 618-97 P213g 2000
- RAMOS, Alexandre Trindade. Atividade física: diabéticos, gestantes, 3ª idade, crianças, obesos. Rio de Janeiro: Sprint, 1997. 114 p. ISBN 85-7332-045-1
Número de Chamada: 612-71 R175a 1997
- SHIPHARD, Roy J. Envelhecimento, atividade física e saúde. São Paulo: Phorte, 2003.
- SIMÕES, Regina. Corporalidade e terceira idade: a marginalização do corpo idoso. 3. ed. Piracicaba: UNICAMP, 1998. 131 p. Número de Chamada: 303-26 S553e 1998
- SOUZA, Ruth. Hidroginástica na terceira idade. São Paulo: Ed. Malene, 1998. 205 p. ISBN 8520407439
Número de Chamada: 613-718 S729n 1998
- STUART-HAMILTON, Ian. A psicologia do envelhecimento: uma introdução. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002. 280 p. ISBN 857307869X
Número de Chamada: 625-67 S929n 2002
- VEIKAS, Renato P. Terceira idade: alternativas para uma sociedade em transição. Rio de Janeiro: Relume Dumet, 1999. 230 p. ISBN 857316185X
Número de Chamada: 305-26 V311i 1999
- WAGREN, Yvonne; ORBAN, William A. R.; THÉBERGE, Sonia. Manual de ginástica e bem-estar para a terceira idade: para um envelhecimento feliz e saudável. 2. ed. São Paulo: Mancozero, 2002. 381 p. ISBN 85-279-0148-X
Número de Chamada: 796 W112n 2002
- WESTCOTT, Wayne L.; BAECHE, Thomas B. Treinamento de força para a terceira idade. São Paulo: Manole, 2001. 232 p. ISBN 8520411304
Número de Chamada: 796-71 W526 2001

Endereços Eletrônicos:

Instituição / Entidade / Tema	Endereço eletrônico
Adolescência (Informações relacionadas à saúde)	www.maiscorpo.com.br www.una-usp.gov.br/adoleth/adothth.htm
Agita São Paulo (Programa de Promoção da Atividade Física)	www.agita.sp.gov.br
BIREME – Biblioteca Virtual em Saúde	www.bireme.br
Centro de Desportos – UFSC	www.cds.ufsc.br
CELAFISC	www.celafisc.com.br
CEV – Centro Esportivo Virtual	www.cev.ufsc.br
CNPq	www.cnpq.br
FAPESP – Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo	www.eduk.com.br/Diversos/Educacao_Saude http://webofscience.fapesp.br
Gatorade – Instituto de Ciências do Esporte	www.usgweb.com
Biblioteca Digital de Teses e Dissertações	www.bdt.br
IBGE (Estatísticas)	www.ibge.gov.br
IBOPE (pesquisas)	www.ibope.com.br
INEP – Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais	www.inep.gov.br
Página oficial do IPAQ	www.ipaq.ki.se
Lazer Ativo	www.lazerativo.org.br
MEDLINE – Banco de Referências	www.biomednet.com
Mestrado em Educação Física UFSC	www.cds.ufsc.br/mestrado/mestrado.html
Ministério da Saúde	www.saude.gov.br
Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde Centro de Desportos	www.nupaf.ufsc.br
Núcleo Brasileiro de Dissertações e Teses em Educação, Educação Física e Educação Especial	www.nubetec.ufu.br/index3.htm
Núcleo de Pesquisa em Climatologia e Desempenho Humano	www.meluh.ufsc.br
Obesidade	obesity.com
PF Central (página na internet destinada ao professor de Educação Física e Saúde com variados recursos on-line)	www.pescentral.org
Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção	www.pgpep.ufsc.br

Pesquisas	www.infossiga.br
Qualidade de vida relacionada à saúde	www.qlmed.org
Qualidade de vida. Prevenção	www.planetavida.com.br
Saúde – informações e outros sites	www.healthfinder.gov
SBPC – Sociedade Brasileira para o Progresso da Ciência	www.sbpc.org.br
SIBRADID – Banco de publicações em Ciências do Esporte	www.sibradid.org.ufma.br
	www.scielo.br
Sociedade Internacional de Pesquisa sobre Qualidade de Vida	www.istrin.org
	www.unifesp.br/revistas/revistas.htm
Universidades – geral	www.uff.com.br/unis-gp.html
Universidade do Norte do Paraná	www.unopar.br
USP	www.usp.br/2006/06/04/curriculos.htm


Lorete Pasca Murcos
Secretaria Acadêmica
Portaria 197/2021 - Belém/UEFS



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	ESTATÍSTICA		
CRÉDITOS:	02	CARGA HORÁRIA:	36 horas
PROFESSOR(A):	MAURO GUILHERME RAINBUNDÓ	PERÍODO:	III/1º semestre/2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar aos alunos de educação física os conhecimentos básicos de estatística, a fim de possibilitar a ampliação do seu campo de atuação, ao mesmo tempo, tornando-se mais dinâmico e ágil na exploração e descoberta de novos caminhos na resolução de problemas.

EMENTA: Conceitos Básicos em Estatística, escalas de medida e tabulação de dados, seleção, tamanho e cálculo da amostra, estatística descritiva: o índice estatístico, dispersão e normalização de dados, apresentação e análise de dados, técnicas básicas para análise de dados, programas estatísticos.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- Conceitos básicos de Estatística. Apresentação de Dados.	6	24/02/2006 03/03/2006
2- Estatística Descritiva.	6	10/03/2006 17/03/2006 24/03/2006
3- Metodologia da pesquisa	2	31/03/06 07/04/2006
4- Estatística Prospetiva.	12	28/04/2006 05/05/2006 12/05/2006 19/05/2006 26/05/2006
5- Normalização	4	02/06/2006 09/06/2006
6- Correlação de Variáveis	6	16/06/2006 23/06/2006 30/06/2006

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – Conceitos Básicos

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Familiarizar o aluno com os conceitos e nomenclaturas utilizados em estatística.

CONTEÚDOS:

- 1.1. – População e Amostra; Variáveis;
- 1.2. – Arredondamentos;
- 1.3. – Tabelas Gráficas;

METODOLOGIA:

Aulas expositivas e dialogadas com resolução de exercícios.

TEMA 2 – Estatística Descritiva

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Entender o significado dos diferentes parâmetros estatísticos.

CONTEÚDOS:

- 2.1. – Medidas de tendência Central: média, mediana e moda;
- 2.2. – Medidas de dispersão: intervalo, desvio médio absoluto, variância e desvio Padrão;
- 2.3. – Distribuição de Frequências;

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas e exercícios práticos

AVALIAÇÃO:

1- Individual e averim

TEMA 3 – Metodologia da Pesquisa

1

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Definir com exatidão o objetivo da pesquisa, grau de precisão, tipo de amostragem, Amplitude de Tamanho;

CONTEÚDOS:

1.1- Objetivos mais comuns de uma pesquisa

1.2-Preparação do plano, forma de coleta, montagem de um questionário; Sondagem e Análise dos Resultados

ATIVIDADES:

1- Trabalho em grupo

2- Montagem de questionário

3- Pesquisa de Campo

METODOLOGIA:

1- Trabalho em grupo com discussão dos instrumentos e montagem de questionário

2- Implementação de Pesquisa de campo

AVALIAÇÃO:

1- Realização da interpretação da pesquisa e da qualidade do questionário

TEMA 4 – Estatística Prospetiva**OBJETIVO ESPECÍFICO:**

Apreensão da lógica probabilística e conhecimento das distribuições

CONTEÚDOS:

1- Teoria elementar da probabilidade

2- Distribuição binomial

ATIVIDADES:

1- Exercícios práticos em sala

METODOLOGIA:

1- Exposição e aplicações

AVALIAÇÃO:

1- Individual e escrita

TEMA 5 – Normalização**OBJETIVO ESPECÍFICO:**

Entendimento da distribuição normal e introdução a testes paramétricos

CONTEÚDOS:

1- Curva Normal

2- Variáveis contínuas na curva normal

ATIVIDADES:

1- Exercícios práticos em sala

METODOLOGIA:

2- Exposição e aplicações

AVALIAÇÃO:

1- Individual e escrita

TEMA 6 – Correlação de Variáveis**OBJETIVO ESPECÍFICO:**

Entendimento e aplicação da correlação na prática do ensino

CONTEÚDOS:

1- Correlação linear

2- Regressão Linear

ATIVIDADES:

1- Exercícios práticos em sala de aula

METODOLOGIA:

2- Aulas expositivas dialogadas com aplicações de exercícios práticos

AVALIAÇÃO:

1- Individual e escrita

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR:

A Atividade prática está incluída nos temas 02, 03, 05 e 06 com total de 06 horas/aulas.

BIBLIOGRAFIA

BUSSAB, W. O. Estatística Básica. São Paulo: Atlas, 1997.

CENTENO, Alberto José. Curso de Estatística Aplicada a Biologia. Goiânia: Centro Editorial e Gráfico, 1986. 180 p.

CHRITTMANN, Rudi Udo. Estatística Aplicada. São Paulo: Edgar Blücher, 1978. 141p.

CRISPOL, A. A. Estatística Fácil. São Paulo: Saraiva, 1997.

COSTA, Sérgio Francisco. Introdução Ilustrada à Estatística. São Paulo: Holtbr, 1988. 220p.

LEVIN, Jack. Estatística Aplicada às Ciências Humanas. Ilustr.

MARTINS, Gilberto de Andrade. Princípios de Estatística. Atlas

MILONE, G. Estatística Aplicada. São Paulo: Atlas, 1995.
 MOREIRA, José dos Santos. Elementos de Estatística. São Paulo: Atlas, 1979, 169 p.
 OLIVEIRA, Theresinha de Freitas Rodrigues. Estatística Aplicada à Educação Discreta. Rio de Janeiro: Livros Técnicos, 1974, 148 p.
 ORYALE, J.L. e TOLEDO, G.L. Estatística Aplicada. São Paulo: Atlas
 PEREIRA, José Severo de Camargo. Tábuas de Estatística. São Paulo: Harbra, 983, 20 p.
 PEREIRA, W. e TANAKA, W. Estatística: Conceito Básico. Mc Graw Hill, São Paulo, 1990, 341 p.
 SPIEGEL, M.R. Estatística. Mc Graw Hill São Paulo 180p.
 VIEIRA, S. e HOFFMANN, R. Elementos de Estatística. São Paulo: Atlas, 1990, 155p.

Bibliografia Complementar

BARROS, Mauro V.G. e REIS, Rodrigo Siqueira. Análise de Dados Em Atividade Física e Saúde. Londrina: Midigraf, 2003, 232p.
 BARROS, Mauro V.G. e REIS, Rodrigo Siqueira. Medidas da Atividade Física. Londrina: Midigraf, 2003, 232p.



Lorete Tassia Marcos
 Secretária Acadêmica
 Petaria nº472021 Escola UNESC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA:	FUNDAMENTOS DOS ESPORTES		
CREDITOS:	04	GRADUAÇÃO:	72h/a
PROFESSOR(A):	VÂNIA VITÓRIO	PERÍODO:	VI / 1º semestre / 2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para atuação no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Desenvolver e adquirir competências para compreensão, análise e aplicação dos fundamentos dos esportes no campo esportivo, estudando-os integradamente com o esporte enquanto fenômeno sociocultural dinâmico, com subsídios para construção de alternativas didáticas/metodológicas para seu processo ensino-aprendizagem.

EMENTA: Desenvolvimento das capacidades motoras no jogo: Passe, dribble, arremesso, marcação, fintas, chute, finalizações e trivelação; salto e quique.

TEMA	Nº AULAS	DATAS
1 - O esporte como elemento determinante da Educação Física e sua importância político-social	12	21 - fevereiro 07 - 14 - março
2 - Análise estrutural e funcional dos esportes individuais e coletivos	12	21 - 28 - março 04 - abril
3 - Os fundamentos dos esportes coletivos como alternativa: ampla de movimento, com princípios operacionais válidos para todas as especificidades.	20	11 - 18 - 25 - abril 02 - 09 - maio
4 - Abordagens pedagógicas para o ensino dos fundamentos dos esportes	12	16 - 23 - 30 - maio
5 - A relação treinador - jogador e análise crítica (jogo e atuação técnico-esportiva)	08	06 - 13 - junho
6 - Prática como componente curricular: Planejamento, aplicação e avaliação de situações práticas no treinamento esportivo.	08	20 - 27 junho

OBS : Prova final 11 de julho

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1: O esporte como elemento determinante da Educação Física e sua importância político-social

OBJETIVO ESPECÍFICO: Identificar condições históricas, princípios e tendências do esporte e sua importância político-social

CONTEÚDO:

- A gênese do esporte
- História, princípios e tendências do esporte
- Importância político-social do esporte
- Rendimento x lazer - crítica social dos esportes
- A esportivização da Educação Física: determinações e consequências

ATIVIDADES:

- Identificação dos conhecimentos prévios dos alunos sobre conceitos do esporte
- Questionamentos e reflexões sobre os conhecimentos já construídos em contraponto com a disciplina
- Textos para leitura, análise, discussão e reflexão

METODOLOGIA:

- Trabalho em grupo
- Seminário
- Aula expositiva e dialogada

AVALIACAO:

- Apresentação de trabalho
- Análise de texto

TEMA 2: Análise estrutural e funcional dos esportes individuais e coletivos

OBJETIVO ESPECÍFICO: Reconhecer a estrutura dos movimentos corporais dos esportes individuais e coletivos identificando unidades que permitam estabelecer princípios identicos de organização e transformação, comuns a todos os esportes.

CONTEUDO:

- Estrutura dos movimentos corporais dos esportes individuais e coletivos
- Geometria de fundamento dos esportes
- Detectar princípios identicos nos fundamentos dos esportes
- Aspectos psicológicos que permeiam os esportes individuais e coletivos

ATIVIDADES:

- Pesquisa sobre esportes individuais e coletivos descrevendo seus fundamentos básicos
- Prática e análise dos movimentos corporais que fundamentam os esportes individuais e coletivos
- Textos e reflexões sobre fundamentos dos esportes

METODOLOGIA:

- Vídeos
- Aulas práticas
- Aula expositiva e dialogada
- Pesquisa e trabalhos em grupos

AVALIACAO:

- Prova individual
- GVCO com a realização de fundamentos

TEMA 3: Os fundamentos dos esportes coletivos como alternativa ampla de movimento com princípios operacionais válidos para todas as especificidades.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Compreender e utilizar os fundamentos dos esportes como alternativa ampla de movimento com princípios operacionais que valiam para todas as especificidades sendo da sistematização e repetição de uma só modalidade.

CONTEUDO:

- Conceitos para o estudo do movimento humano
- Cultura de movimento e fundamento dos esportes
- Perspectivas metodológicas para os fundamentos dos esportes coletivos
- Princípios operacionais válidos para todas as especificidades

ATIVIDADES:

- Estudos de textos
- Prática e análise dos fundamentos dos esportes
- Análise de vídeos
- Construção de jogos utilizando os fundamentos dos esportes coletivos e seus princípios operacionais
- Jogos pré-desportivos

METODOLOGIA:

- Textos
- Prática esportiva
- Trabalhos em grupos
- Vídeos

AVALIACAO:

- Prova individual
- Construção e apresentação de jogos pré-desportivos

TEMA 4: Abordagens pedagógicas para o ensino dos fundamentos dos esportes coletivos

OBJETIVO ESPECÍFICO: Conhecer pedagogias para o ensino dos fundamentos dos esportes coletivos, aprofundando na perspectiva que focaliza o atleta como elemento principal.

CONTEUDO:

- Mecanismos constitutivos/reguladores dos fundamentos dos esportes
- Abordagens para o ensino dos fundamentos dos esportes
- Conceção dialética e fenomenológica: possibilidades
- A valorização do atleta e valorização do ser humano

ATIVIDADES:

- Estudos de textos e pesquisa
- Análise de vídeos e livros, observando o treinamento dos fundamentos

- Aplicação prática dos fundamentos numa concepção crítica

METODOLOGIA:

- Aula expositiva e dialógica
- Seminário
- Póster
- Vídeo
- Elaboração e aplicação de instrumentos

AValiação:

- Trabalho em grupo
- Apresentação de pesquisa

TEMA 5. A relação treinador - jogador e análise crítica junto a atuação técnico-esportiva

OBJETIVO ESPECÍFICO: Perceber a importância da relação treinador - jogador como elemento fundamental no desenvolvimento do jogador, observando a importância dos conhecimentos científicos para o técnico-esportivo como possibilidade para análise - crítica e discussão, intervindo positivamente no contexto esportivo.

CONTEÚDO:

- Conceito de técnico - esportivo
- Importância e diferencial do técnico junto ao desenvolvimento do esporte
- História e ética do técnico
- Especialização precoce e doping
- Relação do técnico com atletas, dirigentes e mídia
- O Conselho Regional de Educação Física e sua atuação junto ao técnico

ATIVIDADES:

- Estudo de textos
- Observação de entrevistas na TV
- Apresentação do treinamento
- Mesa redonda

METODOLOGIA:

- Entrevistas
- Análise de entrevistas na TV
- Observação de jogos

AValiação:

- Trabalho individual
- Prova individual

TEMA 6. PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR: Planejamento, desenvolvimento e avaliação de situações práticas no âmbito esportivo.

OBJETIVO ESPECÍFICO: Observar, planejar, desenvolver atividades e avaliar metodologias na prática junto ao campo esportivo

CONTEÚDO:

- Planejamento para o treinamento dos fundamentos dos esportes coletivos
- Aplicação prática do planejamento

ATIVIDADES:

- Observação de jogos e treinamentos esportivos
- Planejamento de treinamento dos fundamentos básicos de uma modalidade esportiva
- Aplicação prática do planejamento junto a jogadores da modalidade escolhida
- Apresentação do trabalho desenvolvido em seminário e entrega do planejamento
- Avaliação da experiência

METODOLOGIA:

- Observação de treinamentos
- Construção e aplicação de um planejamento de treino

AValiação:

- Aplicação e entrega do planejamento com fundamentos de um esporte coletivo
- Auto-avaliação
- Apresentação de seminário

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ASSIS DE OLIVEIRA, Sívio. *A reinvenção do esporte: possibilidades de prática pedagógica*. Campinas: Autores Associados, 2007

BAYER, Cláudio. *O ensino dos desportos coletivos*. Lisboa: Dinalco, 1994

BOMPA, Tudor. *O Treinamento Total Para Jovens Campeões*. São Paulo: Ed. Manole, 2002

4

- BRACHT, Valter. Educação Física e Aprendizagem Social. Porto Alegre: Magister, 1997.
- _____. Sociologia Crítica do Esporte, uma introdução. Juiz, Ed. Unijuí, 2003.
- BEUBENOTT, Georges. O desporto na escola. Portugal: Esampa, 1974.
- CAPON, JACK. J. Desenvolvimento da Percepção Motora. São Paulo: Ed. Mandel, 1991.
- CASTELANT FILHO, Lino. Educação Física no Brasil: a História que não se conta. São Paulo: Papirus, 1998.
- _____. Regulamentação da Profissão: The day after. Florianópolis: CBCE. Volume 20. Pág. 22-1938 (artigo).
- COLETIVO DE AUTORES. Metodologia de Ensino de Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.
- DIETRICH, Knut et al. Os grandes jogos. Metodologia e prática. Rio de Janeiro: Livros Técnico, 1984.
- FEIO, Nelsonha. Desporto e Política. Portugal: Compendium, 1978.
- DUARTE, Criando. Todos os esportes da mundo. São Paulo: Makron Books, 1996.
- GONÇALVES, Maria A. S. Sentir, Pensar, Agir, Corporalidade e Educação. São Paulo: Companhia Editora Papirus, 1997.
- GONZALES, Fernando. Influência do nível de desenvolvimento cognitivo na tomada de decisão durante jogos motores de situação. Porto Alegre/UFRGS, junho 1999. Artigo.
- GUEDES, Damiann Pinay; GUEDES, Joana Elianora R. Pinay. Crescimento: Composição Corporal e Desempenho Motor de Crianças e Adolescentes. São Paulo: CLB Balleiro, 1997.
- ISAYAMA, Helder Ferreira; GALLARDO, Jorge Sergio Perez. Desenvolvimento Motor: Análise dos estudos brasileiros sobre habilidades motoras fundamentais. Maringá, 1992. Art. Revista de Educação Física/UEM.
- KUNZ, Renor. Educação Física: ensino e mudanças. Juiz, Unijuí, 1993.
- _____. Transformação ideológico-pedagógica do esporte. Juiz, Unijuí, 1994.
- NETO, Aquilino Ferreira; GOELLNER, Shaina Vilandre. BRACHT, Valtur. As Ciências do Esporte no Brasil. Campinas: Ed. Autores Associados, 1995.
- PRONI, Marcelo; LUCENA, Ricardo. Esporte história e Sociedade. Campinas: Autores Associados, 2001.
- SAMULSKI, Dietmar. Psicologia do Esporte: Teoria e aplicação prática. Belo Horizonte: UFMG, 1993.
- Lista de regras oficiais das modalidades coletivas: Handebol, Basquetebol, Voleibol, Futebol, Futsal, Hóquei, Rúgbi, Polo - aquático.
- Lei 9.696/98, resolução 046/2002, resolução 056/2005 do C-CONEP.

REFERÊNCIAS COMPLEMENTARES

- ALBERT, Heinz e RÖTHENBERG, Ludwig. Ensino de jogos esportivos. Rio de Janeiro: Livro Técnico, 1984.
- BETTL, Maria. Educação física e sociedade. São Paulo: Movimento, 1991.
- BENTO, Jorge Olimpio. Desporto: "matéria" de ensino. Porto: Caminho, 1974.
- BRICHM, Jean-Marie. Sociologia política do desporto. Melslem: Fondo de Cultura Económica, 1982.
- FERRANDO, Manuel Garcia. Aspectos sociales del deporte. Madrid: Alianza Deporte, 1990.
- GRUPO DE TRABALHO PEDAGÓGICO UFSM/UEPA. União educacional da educação física. Rio de Janeiro: Livro Técnico, 1991.
- HILDEBRANDT, Rainer e LAGING, Ralf. Conceitos sobre os estudos de educação física. Rio de Janeiro: Livro Técnico, 1986.
- MUHEIRA, Wagner Wey (org.). Educação física e esporte: perspectivas para o século XXI. Campinas: Papirus, 1992.

- MOEDHA, Wagner W e SIMÕES, Regina (orgs.). *Pedagogia esportiva no início de um novo milênio*. Pôrto Alegre: Ed. UNOMEP, 2000.
- MOEDA NETO, Vitorio. *A prática do esporte nas escolas do 1º e 2º graus*. Pôrto Alegre: Ed. UFRGS, 1993.
- PARLEBAS, Pierre. *Elementos de sociologia del deporte*. Málaga: Universidad Internacional Deportiva de Andalucía, 1988.
- PRONI, Márcio W. *A evolução física do futebol*. Campinas: IU/Unicamp, 2000.
- SANTIN, Silvino. *Educação física: da alegria do lúdico à opressão do rendimento*. Pôrto Alegre: EST/UEF, 1993.
- SIMSON, Vye e JENNINGS, Andrew. *Os senhores das aulas*. São Paulo: Best Seller/Título do Livro, 1992.
- TUBINO, Manoel José Gomes. *Dimensões sociais do esporte*. São Paulo, Cortez/Autores Associados, 1992.



Lorete Tusco Moraes
Secretaria Acadêmica
Portaria nº 70021-Setor de HESOC



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
PLANO DE ENSINO



DISCIPLINA: Metodologia das Atividades Aquáticas I

CRÉDITOS:

04

CARGA HORÁRIA:

72h

PROFESSOR(A): Bárbara Regina Alvares

PERÍODO:

Mat. 1º S/ 2006

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: Habilitar profissionais para a inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas no resolução 16/2 do Conselho Federal de Educação Física.

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

At término do semestre o acadêmico deverá estar capacitado a utilizar os conhecimentos dos princípios fundamentais das atividades aquáticas, saber os diferentes estilos de nado (Crawl, Costas, Peito e Borboleta), conhecer as diversas atividades aquáticas a fim de utilizá-las no processo ensino-aprendizagem da Educação Física e nos desportos.

EMENTA: História da natação, princípios fundamentais, familiarização no meio aquático, flutuação; nado de crawl, costas, peito e borboleta. Hidroginástica, Polo aquático, Birlbol, nado sincronizado. Planejamento de competições escolares e comunitárias em natação.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
1- História da natação	2	23/2
2- Princípios fundamentais da natação e familiarização com o meio aquático	8	2/3 e 9/3
3- Nado de crawl / Costas / Peito/Borboleta	24	16/3; 23/3; 30/3; 6/4; 13/4 e 20/4
4- Hidroginástica	4	27/4
5- Polo aquático / 10- Birlbol	10	4/5; 11/5 e 18/5
6- Nado sincronizado	4	18/5 e 25/5
7- Jogos aquáticos recreativos	4	25/5 e 1/6
8- Planejamento de competições escolares e comunitárias em natação	4	1/6 e 8/6
9- Prática como componente curricular	12	22/6

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AValiação

TEMA 1 – História da natação

OBJETIVOS: Entender história da natação, a fim de reforçar os acontecimentos históricos no desenvolvimento de processos pedagógicos condizentes com a realidade humana, de forma a contribuir para o análise das raízes desta atividade física e desportiva.

CONTEÚDOS:

- 1- A natação na pré-história;
- 2- A natação utilizada no Egito há 3.000 anos;
- 3- A natação na Grécia há (500 ± 318 antes de Cristo);
- 4- A natação na Idade Média;
- 5- A natação na Renascença;
- 6- A Natação na era Moderna;
- 7- A natação na era Contemporânea;

ATIVIDADES:

- 1- Aula expositiva e dialogada

METODOLOGIA:

- 1- Aula expositiva e dialogada
- 2- Estudo dirigido

AValiação: Formativa: Participação em aula e entrega dos exercícios do estudo dirigido. (Postuação: 1,0 pontos)

TEMA 2 - Princípios fundamentais da natação. E adaptação ao meio líquido

OBJETIVOS:

Levar o aluno ao conhecimento teórico e prático da familiarização ao meio aquático (primeiros contatos com a água, flutuação e propulsão).

CONTEÚDOS:

- 1- Propulsão; Flutuação; Respiração; Entrada na água; Os nadis de iniciação (nádico).

ATIVIDADES:

1- Aula expositiva e dialogada

2- Aula prática

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva dialogada

AVALIAÇÃO: Estudo dirigido / aula prática (Pontuação 2,0 pontos)

TEMA 3 - Nado Crawl ou Livre / Nado costas / Nado Peito / Nado Borboleta

OBJETIVOS:

Estudar os nados, Crawl / Costas / Peito / Borboleta analisando a posição do corpo, a posição das pernas a posição dos braços e a respiração, tanto na teoria quanto na prática.

Obs. Estes nados serão estudados separadamente

CONTEÚDOS:

- 1- Posição do Corpo e da cabeça
- 2- Trabalho das pernas
- 3- Lateralidade
- 4- Propulsão dos braços (passada, empurrada)
- 5- Estudo da respiração

ATIVIDADES:

1- Estudo dirigido

2- Atividades práticas na piscina

METODOLOGIA:

1- Aula expositiva dialogada

AVALIAÇÃO: Exercícios dirigidos / avaliação prática avaliação prática: (Pontuação 4,0 ponto)

Prova escrita individual 1 (constrói temas 1, 2 e 3) (Pontuação: 5 pontos)

TEMA 4 - Hidroginástica

OBJETIVOS:

Estudar e aplicar os movimentos básicos da hidroginástica, bem como, conhecer suas eficazes fisiológicas.

CONTEÚDOS:

- 1- Vantagens e utilização da hidroginástica
- 2- Movimentos básicos da hidroginástica
- 3- Diferentes técnicas de aula
- 4- Hidroginástica como condicionamento físico
- 5- Estudo da respiração

ATIVIDADES:

1- Estudo dirigido

2- Atividades práticas na piscina

METODOLOGIA:

1- Os alunos deverão pesquisar e apresentar os conteúdos acima citados

AVALIAÇÃO: Trabalho de pesquisa em grupo (2,0)

TEMA 5 - Polo Aquático e Bóbol

OBJETIVOS:

Estudar os princípios básicos do Polo Aquático (bola no ar, bola na água, suas habilidades e as regras do jogo).

Levar o aluno ao conhecimento do jogo Bóbol e suas regras

CONTEÚDOS:

- 1- Bola no ar
- 2- Bola na Água
- 3- As habilidades do Polo Aquático
- 4- As regras do jogo
- 5- O campo de jogo
- 6- A equipe
- 7- Fundamentos do Bóbol

ATIVIDADES:

1- Estudo dirigido

2- Atividades práticas na piscina

METODOLOGIA:



1-Em sala de aula será realizada a pesquisa sobre o assunto, anotado os pontos acima relacionados e finalmente será realizada a atividade prática.

AVALIAÇÃO: Trabalho escrito em grupo:—(2,0)

TEMA 6 – Nado Sincronizado

OBJETIVOS:

Estudar e esboçar as habilidades e práticas introdutórias do nado sincronizado.

CONTEÚDOS:

- 1- Princípio da natação
- 2- Ensino da natação
- 3- Sincronia nas habilidades e práticas introdutórias
- 4- Rotinas simples.

ATIVIDADES:

- 1- Estudo dirigido
- 2- Atividades práticas na piscina.

METODOLOGIA:

1-Em sala de aula será realizada a pesquisa sobre o assunto, anotado os pontos acima relacionados e finalmente será realizada a atividade prática.

AVALIAÇÃO: Os alunos deverão, em grupos, preparar um esboço de nado sincronizado. (2,0)

TEMA 7 – Jogos aquáticos recreativos.

OBJETIVOS:

Conhecer diferentes jogos aquáticos recreativos.

CONTEÚDOS:

- 1- Diferentes jogos aquáticos.

ATIVIDADES:

- 1- Estudo em equipes
- 2- Atividades práticas na piscina.

METODOLOGIA:

- 1-Apresentação das equipes.

AVALIAÇÃO: Realização dos jogos (Pontuação: 1,0 ponto)

TEMA 8 – Planejamento de competições comunitárias em natação.

OBJETIVOS:

Planejamento de competições comunitárias em natação.

CONTEÚDOS:

- 1- Como elaborar uma competição de Natação
- 2- Regras gerais.

ATIVIDADES:

- 1- Estudo em equipes

METODOLOGIA:

- 1- Apresentação das equipes

AVALIAÇÃO: Participação e entrega de relatório. (Pontuação: 3,0 pontos)

Prova escrita individual 1 (conteúdo tema 8) (Pontuação: 5 pontos)

TEMA 9 – Prática como componente curricular

OBJETIVOS:

Levar o aluno a aplicação dos conteúdos teóricos e práticos desenvolvidos durante o semestre, a fim de vivenciar tais conteúdos com a comunidade.

CONTEÚDOS:

- 1- Organização e divulgação de uma competição de natação. Esta atividade será realizada junto com a disciplina Administração e Organização Desportiva
- 2- Aplicação das Regras gerais.

ATIVIDADES: Organização de uma competição de natação.

METODOLOGIA:

- 1- Preparação da competição / junto com a disciplina de Administração e Organização desportiva
- 2- Divulgação nas escolas e academias / da competição com os próprios acadêmicos e professores da UNESF
- 3- Inscrições
- 4- Campeonato

Obs: Esta atividade será realizada na UNESF no mês de novembro.

AVALIAÇÃO: Participação e entrega de relatório. (Pontuação: 3,0 pontos)

Obs. Avaliações: serão realizadas 2 provas escritas individuais, valendo 5 pontos cada uma. Serão realizados 9 trabalhos com pontuações diferentes, acima relacionadas, totalizando 20 pontos. A soma total de todas as notas é 30 pontos, os quais serão divididos por 3 para obtenção da média final.

Provas escritas individuais: 2 – 10 pontos

Trabalhos em grupo: 9 – 20 pontos

Total de pontos: 30

Média Final $30/3=10$ pontos

Referências Bibliográficas

- CABRAL, Fernando. Natação 1000 estrelas. Rio de Janeiro: Sprint, 1993.
- DUARTE, Orlando. Todos os esportes do mundo. São Paulo: Mazon, 1996.
- JUNIOR, Orival. Natação animal. São Paulo: Manóia, 2002.
- DELUCA, Adolfo Humberto & Fernandes, Ivani Regina. Brincadeiras e Jogos Aquáticos. RJ: Sprint, 2002.
- MACHADO, David. Natação teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.
- MASSAUD, M. G. & CORRÊA, C. G. Natação na Idade Escolar. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
- NAKAMURA, Osvaldo. Recreação aquática. São Paulo: Cone, 1997.
- PALMER, Mervyn. A Ciência do ensino da natação. São Paulo: Manóia, 1990.
- ROCHA, Túlio. Hidroginástica: teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.



Lorete Tasco Moraes
Secretária Acadêmica
Portaria nº 41/2021-REITORIA/UNESP



UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO



PLANO DE ENSINO

DISCIPLINA:	Atividades de Academia I	CÓDIGO: 6444	
		FASE: 3a	5º
CRÉDITOS:	04	CARGA HORÁRIA:	72
PROFESSOR(A):	Eliete Elias Nunes	PERÍODO: Matutino	2º semestre / 06
E-MAIL:	eli@unesc.net		

MISSÃO DA UNESC: Promover o desenvolvimento regional para melhorar a qualidade do ambiente de vida.

OBJETIVO DO CURSO: "Habilitar profissionais para inserção no mercado de trabalho com qualificação suficiente para atuar cientificamente e tecnicamente, nas diversas áreas relacionadas ao movimento corporal humano, exceto no âmbito escolar, previstas na resolução 46/02 do Conselho Federal de Educação Física".

OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA: Proporcionar ao acadêmico a elaboração e reelaboração de conhecimentos teóricos/ práticos referentes a atividades de academia, viabilizando a formação de profissionais críticos e criativos, conscientes de sua função pedagógica e técnica, conduzindo-o a um melhor desempenho no seu campo profissional.

EMENTA: Identificação e análise do trabalho realizado em academias. Estruturação e administração de uma academia. Tipos de atividades desenvolvidas em academias. Ginástica aeróbica: conceituação, tipos de sessão. Elementos e composição coreográfica.

PLANO TEMÁTICO E DISTRIBUIÇÃO DO TEMPO

TEMA	Nº DE AULAS	DATAS
Identificação e análise do trabalho realizado em academias.	08	03-10-08
Estruturação e Administração de uma Academia.	08	17 (Trab.) 24 (av.)-08
Elementos e composição coreográfica.	24	31-08 e 14,21 e 28-09; 05,19-10
Diferentes tipos de atividades desenvolvidas em Academias na área de Ginástica.	28	26-10, 09,19,26,30- 11-06 e 07-12

TEMAS/OBJETIVOS/CONTEÚDOS/ATIVIDADES/METODOLOGIA/AVALIAÇÃO

TEMA 1 – Identificação e análise do trabalho realizado em academias.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Elucidar, na teoria e na prática, as funções das academias.
- Saber o que se passa no mundo do Fitness; o que o mercado oferece de opção de emprego; qual perfil dos alunos que procuram a academia e qual perfil do professor de academia.

CONTEÚDOS:

- 1.1 Apresentação do professor/alunos(as);
- 1.2 Analisar o programa de ensino;
- 1.3 Conceituar academia e suas funções;
- 1.4 Atividade física em questão (qual o perfil dos alunos que procuram a academia);
- 1.5 Opção de trabalho em academias;
- 1.6 A mídia e o apelo estético;
- 1.7 Quais os motivos que levam as pessoas a procurarem uma academia.

ATIVIDADES

1. Visitar as Academias de Urucuma (02/03) (Fazer roteiro com Alunos)

1

METODOLOGIA:

1 – Aula expositiva / dialogada

AVALIAÇÃO:

1 – Avaliação individual escrita junto com o tema 2.

TEMA 2 – Estruturação e Administração de uma Academia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

*Proporcionar ao acadêmico a elaboração e reelaboração de conhecimentos teóricos/práticos referentes a administração e marketing de uma academia.

CONTEÚDOS:

ADMINISTRAÇÃO:

- Conceito;
- Administração de recursos humanos;
- O Trabalho em Equipe.

MARKETING

- Conceito;
- Administração do marketing e seus componentes;
- O Marketing de academia;
- O marketing pessoal.

QUALIDADE TOTAL EM ACADEMIAS:

- Qualidade pessoal;
- Qualidade no atendimento;
- O cliente da academia.

GESTÃO ESTRATÉGICA

- Gestão Estratégica de Academias;
- Empreendedorismo.

ATIVIDADES:

1. Apresentação de TCC pela acadêmica Francine Costa de Bom Leandro e o especialista Gilio Douglas da Silva com um debate;
2. Trabalho nas academias sobre estratégia na busca do cliente (5,0);
3. Mesa redonda na apresentação dos trabalhos.

METODOLOGIA:

1-aula expositiva/dialogada com recursos audiovisuais.

PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR – 06 h/a+

Trabalho nas academias em grupo sobre Estratégia na busca e manutenção do cliente. 2h/a para planejar a visita em grupos, 2h/a para ir na academia, 2h/a para debater na sala e elaborar material.

AVALIAÇÃO:

- Avaliação teórica junto com o tema 1 (7,0)
- Trabalho de estratégia em grupo. (3,0)

TEMA 3 – Elementos e composição coreográfica.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- *Aprender meios e técnicas para composição coreográfica de uma aula de Step, Aeróbica; jump, Axé, funk e outros;
- *Identificar elementos importantes numa aula de ginástica.

CONTEÚDOS:

- Música, frase musical, coreografia, tipos de métodos de montagem de coreografia;
- Pré-coreografia;
- Execução física (Postura, controle, amplitude e forma);
- Instrução (organização da aula, controle da aula, instruções de segurança, opções, seleção de vocabulário, o que você

faça, técnica de criação de palavras, qualidade vocal, como você fala, Correção da técnica – o modelo E.R.E., instrução visual);

-Dramatização;

-Apresentação pessoal;

-Comunicação interativa (interação pré-aula, introdução da aula, foco no grupo, foco individual, confiança, elogio e encorajamento, expressão pessoal, projeção de uma atitude de interesse, seja o anfitrião de sua própria festa, ir além, interação pós-aula)

ATIVIDADES:

- 1- Leitura e discussão de textos.
- 2- Aula prática de montagem coreográfica.

METODOLOGIA:

1-Aula expositiva e dialogada com recursos audiovisuais.

2-Aula Teórica e prática utilizando elementos importantes numa aula de ginástica.

AVALIACÃO:

- 1- Avaliação teórica individual (5,0)

TEMA 4 – Diferentes tipos de ginástica trabalhada em academia

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

*Contribuir para que o Bacharel em Educação Física tenha embasamento teórico e prático de diferentes tipos de ginástica, tendo condições de montar e aplicar uma aula de ginástica localizada, aeróbica, step, jump, Bike, Axé e outras para serem aplicadas em academias, clubes, condomínios, empresas, sabendo os benefícios e cuidados com a prática da mesma;

* Analisar tendências atuais na área de ginástica;

* Fazer uma análise crítica sobre o sistema de Franquias na área da ginástica;

CONTEÚDOS

3.1 – Exercícios cardiorespiratórios e neuromusculares;

3.2 – Estudo crítico: histórico, conceito, objetivo e emprego de aulas aeróbicas como: ginástica aeróbica, Step, lamba, jump, aerô samba, funk, circuito de ginástica, Bike;

3.3 – Estudo crítico: histórico, conceito, objetivo e emprego de aulas neuromusculares: local, lift training, body pump;

3.4 – Perfil do professor de ginástica;

3.5 – Tendências atuais na área de ginástica : fit ball, flexbar, Pilates, ginástica natural, power yoga;

3.6 – Aulas Franquiadas: Body step, body jam, body combat, body attack, body balance, power jump e outros.

ATIVIDADES:

1- Aulas práticas e teóricas;

2- Vídeos;

3- Workshop com várias aulas de academia;

4- Apresentação de aulas em grupo de step, aeróbica, localizada, lamba, jump;

5- Visita as academias. **PRÁTICA COMO COMPONENTE CURRICULAR – 6h/a**

Em grupos os acadêmicos irão elaborar um planejamento, referente a uma aula de ginástica de academia com alunos da Universidade. - 6h/a

METODOLOGIA:

1- Aulas expositivas, dialogadas e práticas;

2- Aulas com vídeo;

3- Aulas com recursos audiovisuais.

AVALIACÃO:

1- Avaliação individual escrita(5,0);

2- Organização e participação nas aulas no Workshop (5,0);

3- Trabalho em grupos na montagem de coreografias (5,0);

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

- ACHOUR Junior, A. Exercícios de alongamento- anatomia e fisiologia. Manole, São Paulo; Manole, 2002.
AMANTEA M. Step force: o verdadeiro aula de step. São Paulo: Fontoura, 2003.
COSTA, M. G. Ginástica localizada. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
DELAVER, F. Guia dos movimentos de musculação: abordagem anatômica. São Paulo: Manole, 2000.
SABA, F. A prática do exercício físico em academias. São Paulo: Manole, 2002.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- DANTAS, E. H. M. A prática da preparação física. Rio de Janeiro: Shape, 1995.
FILHO, N. P. A. Musculação e cinesiologia aplicada. Londrina: Midiograf, 1992.
GOMES, A. C. Cross training: uma abordagem metodológica. Londrina: APEF, 1992.
CHIAVENATTO, I. Administração – Teoria, Processo e Prática. 3ª. São Paulo: Editora Pearson Makron Books, 2004. 416p.
DRUCKER, Peter F. Introdução à Administração. 3ª. São Paulo: Editora Pioneira Thomson, 2002. 714p.
SABA, F. A Prática do exercício físico em academias. São Paulo: Manole, 2002.
SABA, F. Aderência à prática de exercício físico em academias. São Paulo: Manole, 2001.

ASSINATURA PROFESSOR

ASS. COORD. CURSO

DIRETORIA DE ENSINO

PRES. DO CONSEPE

efhacharelado@yahoo.com.br


Lorete Tassa Marcos
Secretaria Acadêmica
Fone: 472201-Paraná/UNESC