

**PLANO DE ENSINO**

<b>Vigência do Plano</b>	<b>Semestre</b>	<b>Nome do Componente Curricular</b>
2022.1	05	ATIVIDADE FÍSICA E ESPORTIVA PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES
<b>Carga Horária Semestral</b>		<b>Núcleo/Módulo/Eixo</b>
72		Bases e Práticas da Educação Física
<b>Componentes Correlacionados</b>		
Testes, Medidas e Avaliação em Educação Física e Esportes; AF, Saúde e Qv; Recreação e Lazer; Treinamento Desportivo.		
<b>Docente</b>		
Lélia Lessa Teixeira Pinto		
<b>Ementa</b>		
Estudo teórico-prático dos fundamentos fisiológicos e metodológicos relacionados com a prática de atividade física e esportiva para crianças e adolescentes.		

**COMPETÊNCIA**

**Conhecimentos**

1. Compreender a importância da visão do profissional de Educação Física nas estratégias da saúde e do esporte para criança e adolescente;
2. Conhecer as responsabilidades do profissional de Educação Física durante a infância e juventude;
3. Identificar e relacionar os determinantes e condicionantes da atividade física e do esporte para crianças e adolescentes.

**Habilidades**

1. Trabalhar a Educação Física no esporte e saúde da criança e do adolescente no contexto multidisciplinar;
2. Desenvolver estratégias para atrair a criança e o adolescente para prática de atividade física e esportiva;
3. Propor orientações e recomendações para prática de atividades físicas e esportivas voltadas para crianças e adolescentes.

**Atitudes**

1. Desenvolver atividades teóricas e práticas para o desenvolvimento da saúde e do esporte de criança e adolescente, respeitando seus limites, com respeito e comportamento ético nos mais variados grupos de trabalho.

**Conteúdo Programático**

- 1Crescimento, desenvolvimento e maturação humana.
- 2Aspectos fisiológicos do crescimento e do desenvolvimento: influência do exercício físico.
- 3Psicomotricidade.
- 4Orientações e recomendações para prática de atividade física de crianças e adolescentes.
- 5Avaliação física e testes de aptidão física para crianças e adolescentes.
- 6Determinantes de condicionantes da atividade física.
- 7Motivação para prática de atividade física e esporte.
- 8O esporte, a criança e o adolescente: consensos e divergências.

**Métodos e Técnicas de Aprendizagem**

- Aulas expositivas e dialogadas;  
 Leituras recomendadas e análise fílmica;  
 Tarefas orientadas;  
 Elaboração de seminários;  
 Prática da intervenção supervisionada e reflexão sobre a mesma.

### **Critérios e Instrumento de Avaliação - Datas**

#### I UNIDADE

Questionário – 28/03/2022 – 6,0

Segunda chamada - 31/03/2022

Plano de atividades e prática – 04/04/2022 - 4,0

#### II UNIDADE

Questionário – 25/04/2022 – 6,0

Segunda chamada - 28/04/2022

Atividade de Avaliação física e de aptidão - 09/05/2022 - 4,0

#### III UNIDADE

Seminário – 23/05/2022 – 4,0

Questionário – 20/06/2022 - 6,0

Segunda chamada – 22/06/2022

Final – 08/07/2022

### **Recursos**

Computador, celular, internet, laboratório de ensino.

### **Referências Básicas**

Gallahue, David L; Ozmun, John C; Goodway, Jackie D. Compreendendo o desenvolvimento motor. 7 ed. Porto Alegre: . E-book.

Rose Junior, Dante. Esporte e atividade física na infância e na adolescência. 2 ed. Porto Alegre: . E-book.

Tani, Go; Corrêa, Umberto Cesar. Aprendizagem motora e o ensino do esporte São Paulo: . E-book.

### **Referências Complementares**

Camargos, Gustavo Leite; Lehnem, Alexandre Machado; Cortinaz, Tiago. Crescimento, desenvolvimento e envelhecimento humano Porto Alegre: . E-book.

KENNEY, W. Larry; Wilmore, Jack H; Costill, David L. Fisiologia do esporte e do exercício. 7 ed. São Paulo: . E-book.

Pereira, Ericson; Paz, José Ricardo Lemos. Iniciação esportiva Porto Alegre: . E-book.

Rowland, Thomas W. Fisiologia do exercício na criança. 2 ed. São Paulo: . E-book.

Silva, Juliano Vieira da; Silva, Márcio Haubert da; Gonçalves, Patrick da Silveira; Costa, Rochelle Rocha. Crescimento e desenvolvimento humano e aprendizagem motora Porto Alegre: . E-book.