

| PLANO DE ENSINO | | |
|--|-----------------|--------------------------------------|
| Vigência do Plano | Semestre | Nome do Componente Curricular |
| 2016.1 | 02 | MODALIDADES ESPORTIVAS I |
| Carga Horária Semestral | | Núcleo/Módulo/Eixo |
| 72 | | Bases e Práticas da Educação Física |
| Componentes Correlacionados | | |
| Biomorfofuncional I; Primeiros Socorros | | |
| Docente | | |
| Paulo Rodrigo Santos Aristides | | |
| Ementa | | |
| Estudo dos fundamentos históricos e processos pedagógicos-metodológicos de atividades físico-esportivas aquáticas, de futebol de quadra e de Campo | | |

COMPETÊNCIA

Conhecimentos

Analisar os aspectos físicos, técnicos, táticos das modalidades esportivas - natação, futebol e futsal.
 Conhecer a história, as regras e a organização das modalidades - natação, futebol e futsal- enquanto desportos oficiais.
 Identificar as relações entre desenvolvimento/aprendizagem motora e o ensino das modalidades esportivas (natação, futebol, futsal).

Habilidades

Elaborar processos pedagógicos para o ensino das modalidades esportivas (natação, futebol, futsal) nas perspectivas de saúde, performance competitiva e recreativa.
 Organizar eventos e competições esportivas.
 Categorizar turmas em diferentes níveis de aptidão física.
 Adaptar as técnicas e práticas das modalidades esportivas à necessidades especiais para a promoção da inclusão social.

Atitudes

Respeitar as necessidades individuais e coletivas ao orientar e praticar esportes.
 Ser capaz de comunicar-se com empatia, ética e coerência.
 Coordenar atividades em grupo utilizando a escuta empática e acolhendo as diferenças

Conteúdo Programático

Esportes aquáticos; modalidades olímpicas e não-olímpicas, história, características, regras gerais e equipamentos.
Características do meio líquido
Processos pedagógicos para o desenvolvimento/aprendizagem motora na natação
- Adaptação ao meio líquido
- Movimentos reflexos natatórios
- Habilidades motoras aquáticas básica (equilíbrio, respiração, propulsão, manipulação)
- Técnica de nado rudimentar
- Aperfeiçoamento dos quatro nados (Crawl, borboleta, peito, costas)
- Especialização da técnica; os quatro nados no alto rendimento
Natação adaptada
Resgate e salvamento no meio líquido
Jogos educativos e recreativos para a natação, o futebol e futsal
Futebol e futsal; breve histórico, características, regras e equipamentos
Capacidades e habilidades motoras para a prática do futebol/futsal; passe, domínio, condução, drible, cabeceio, chute, antecipação
Técnicas e treinamento individual de goleiro
Aspectos táticos do futebol e futsal
Métodos de ensino do futebol e futsal

Métodos e Técnicas de Aprendizagem

Pesquisa na internet
Vivências corporais; aulas práticas com os professores
Aulas expositivo-participativas
Leituras individuais e em grupo
Debates e discussões
Realização de seminários
Visitas e relatórios
Atividades no Ambiente Virtual

Critérios e Instrumento de Avaliação - Datas

| DATA | AVALIAÇÃO/MODALIDADE | INSTRUMENTO | VALOR |
|-------------|----------------------|---------------------|-------|
| I UNIDADE | | | |
| 24/02 | Processual - | Oficina pedagógica | 6,0 |
| 09/03 | Processual | Oficina pedagógica | 6,0 |
| 19/03 | SEGUNDA CHAMADA | | |
| II UNIDADE | | | |
| 28/03 | Processual | Relatório de visita | 2,0 |
| 12/04 | Processual | Relatório de visita | 2,0 |
| 03/05 | Processual | Relatório de visita | 2,0 |
| 14/05 | SEGUNDA CHAMADA | | |
| III UNIDADE | | | |
| 18/05 | Processual | Oficina pedagógica | 6,0 |
| 31/05 | Processual | Discussão circular | 6,0 |
| 11/06 | SEGUNDA CHAMADA | | |
| 17/06 | PROVA FINAL | | |

Recursos

Internet, Data Show, Tv, DVD, Som, Piscina, quadra e campo de futebol

Referências Básicas

ARRUDA, MIGUEL DE; COSSIO-BOLAÑOS, MARCO ANTONIO; CAMPEIZ, JOSÉ MÁRIO; SANTI MARIA, THIAGO. FUTEBOL: CIÊNCIAS APLICADAS AO JOGO E AO TREINAMENTO SÃO PAULO: PHORTE EDITORA, 2013.
BARBIERI, FÁBIO AUGUSTO. FUTSAL: CONECIMENTOS TEÓRICO-PRÁTICOS PARA O ENSINO E O TREINAMENTO JUNDIAÍ: FONTOURA EDITORA, 2009.
COSTA, PAULA HENTSCHEL LOBO DA. NATAÇÃO E ATIVIDADES AQUÁTICAS: SUBSÍDIOS PARA O ENSINO SÃO PAULO: MANOLE EDITORA LTDA., 2010.

Referências Complementares

FIGUEIREDO, PAULO A. POLI DE. NATAÇÃO PARA BEBÊS, INFANTIL E INICIAÇÃO: UMA ESTIMULAÇÃO PARA A VIDA SÃO PAULO: PHORTE EDITORA, 2011.
GREGUOL, MÁRCIA. NATAÇÃO ADAPTADA: EM BUSCA DO MOVIMENTO COM AUTONOMIAS SÃO PAULO: MANOLE, 2010.
GUTIERRES FILHO, PAULO. A PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL EM MEIO AQUÁTICO. 1 ed. SÃO PAULO: MANOLE EDITORA LTDA., 2003.
MONTGOMERY, JIM; CHAMBERS, MO. NADANDO COM PERFEIÇÃO: O GUIA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO, TREINAMENTO E COMPETIÇÃO PARA NADADORES MASTERS SÃO PAULO: MANOLE EDITORA LTDA., 2013.
SANTOS FILHO, JOSÉ LAUDIER ANTUNES DOS; PIÇARRO, IVAN DA CRUZ. FUTEBOL E FUTSAL: A ESPECIFICIDADE E MODERNIDADE DO TREINAMENTO PARA HOMENS E MULHERES: FISILOGIA APLICADA SÃO PAULO: PHORTE EDITORA, 2012.