



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO CIÊNCIAS BIOLÓGICAS,
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS FISIOLÓGICAS
PLANO DE ENSINO

SEMESTRE 2021-2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 544, de 16 de junho de 2020, à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020 e ao Ofício Circular Conjunto No 003/2021/PROGRAD/SEAI, 20/04/21

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, ao conteúdo de Fisiologia Humana para o Curso de Educação Física - Bacharelado

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA SEMANAIS		TOTAL DE HORAS-AULA SEMESTRAIS
		Síncronas	Assíncronas	
CFS5148	Fisiologia Humana (bacharelado)	2,0	2,0	60

I.1. HORÁRIO

Atividade Síncrona	Atividade Assíncrona
Quarta-feira, 10h10min- 11h50min	Sexta-feira, 10h10min- 11h50min

II. PROFESSOR RESPONSÁVEL: Flaviano Lorenzon

II. PROFESSORES MINISTRANTES: Flaviano Lorenzon e Morgana Duarte da Silva

III. PRÉ-REQUISITO (S)

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
MOR5219	Anatomia aplicada à Educação Física (PPCC 18h)

IV CURSO (S) PARA O QUAL(IS) A DISCIPLINA É OFERECIDA

Educação Física – Bacharelado 2444

V. EMENTA

Homeostase e potenciais de membrana, fisiologia do sistema nervoso e neuromuscular, fisiologia endócrina, fisiologia digestória, fisiologia cardiovascular, fisiologia respiratória e fisiologia renal.

VI. OBJETIVOS

Objetivos Gerais:

Capacitar o aluno a compreender o funcionamento dos diferentes órgãos e sistemas do corpo humano assim como as inter-relações e interdependências dos sistemas fisiológicos.

Objetivos Específicos:

Ao término do curso o aluno deverá ser capaz de:

1. Descrever os aspectos funcionais e os mecanismos dos principais sistemas fisiológicos abordados;
- 2- Demonstrar, através de conhecimentos práticos, a validade dos aspectos teóricos abordados;
- 3- Adquirir noções básicas dos assuntos abordados, devendo compreender, de forma integrada, as relações dos sistemas fisiológicos.

VII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Conteúdo Síncrono/Assíncrono:

- Homeostase: Compartimentos líquidos corporais, dinâmica capilar e homeostase.

- Sistema Nervoso: Bioeletrogênese, Sinapses, Contração Muscular, Sistema Somatossensorial, Sistema Somatomotor e Sistema Nervoso Autônomo.

- Fisiologia Endócrina: Hormônios Hipofisários e seu controle hipotalâmico; Hormônios da Tireóide; Hormônios Adrenocorticais (Glicocorticóides e Mineralocorticóides); Pâncreas e metabolismo energético (Insulina e Glucagon); Metabolismo do cálcio (Paratormônio, Vitamina D e Calcitonina), Hormônios sexuais (gônadas masculina e feminina)

- Sistema Digestório: Motilidade, regulação, digestão e absorção no trato gastrointestinal

Sistema Cardiovascular: Propriedades elétricas do coração; Ciclo cardíaco e Débito cardíaco; Hemodinâmica e Controle da pressão arterial.

- Sistema Respiratório: Organização das vias aéreas superiores e inferiores; Mecânica respiratória; Trocas e transporte de gases; Circulação pulmonar e relação ventilação perfusão; Regulação da respiração.

- Sistema Renal: Filtração glomerular. Reabsorção e secreção tubular e sua regulação; Controle da osmolaridade dos líquidos corporais; Controle do volume de líquido extracelular.

VIII. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA

Os alunos receberão o cronograma de ensino no primeiro dia de aula para o estudo antecipado do conteúdo e um melhor aproveitamento e participação nas aulas. Estão programadas atividades síncronas, por meio de videoconferência (BigBlueButton – Moodle ou Conferência Web/RNP – CAFE) e assíncronas, por meio de vídeo aulas, estudos dirigidos com exercícios de fixação, material de apoio como textos complementares, links de sites, etc.

Se o professor achar pertinente, poderá substituir as atividades assíncronas por síncronas. Neste caso o professor avisará a turma com antecedência (via Moodle) disponibilizando o link para a plataforma de conferência.

OBS: O material disponibilizado na Plataforma Moodle da disciplina Fisiologia Humana será para uso exclusivo dos alunos regularmente matriculados no semestre 2021.2

IX. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

Serão realizadas 3 avaliações, com conteúdo não cumulativo, compostas por questões dissertativas ou testes de múltipla escolha em datas e horários previstas no cronograma (item XII). As avaliações poderão ser síncronas, ou assíncronas com tempo limitado pelo professor para a entrega da atividade avaliativa. A forma de avaliação será informada previamente via Moodle. Seminários e/ou trabalhos também poderão servir como avaliação complementar.

Segunda chamada de avaliações perdidas:

O aluno que, por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar as avaliações previstas no Plano de Ensino, deverá apresentar justificativa ao professor da disciplina dentro do prazo de 3 (três) dias úteis após a data da avaliação prevista no cronograma. Se devidamente justificado, o professor irá permitir a realização de avaliação em segunda chamada em data definida pelo professor.

MÉDIA FINAL:

As 3 notas das avaliações integrarão o cálculo da média final em Fisiologia da seguinte forma: $(P1 + P2 + P3) / 3$. O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações em 6,0 (seis vírgula zero) será aprovado (Resolução Nº 017/CUn/97). A frequência será registrada nos encontros síncronos mediante chamada e/ou registro de participantes na videoconferência e/ou entrega de atividades assíncronas.

X. NOVA AVALIAÇÃO

O aluno com frequência suficiente (FS) e média entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação (cumulativa) no final do semestre como *Recuperação*. A nota final será calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na nova avaliação.

XI. LEGISLAÇÃO

Não será permitido gravar, fotografar ou copiar as aulas disponibilizadas. O uso não autorizado de material original retirado das aulas constitui contrafação – violação de direitos autorais – conforme a Lei nº 9.610/98 – Lei de Direitos Autorais.

XII – CRONOGRAMA

ED. FÍSICA/BACHARELADO CFS 5148

Dias	AULA SÍNCRONA QUARTAS-FEIRAS 10H10MIN -11H50	AULA ASSÍNCRONA SEXTAS-FEIRAS 10H10MIN -11H50
27 e 29/10/21	Homeostase, potenciais de membrana e Sinapses	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
3 e 5/11/21	Contração Muscular e Sistema Somatossensorial	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
10 e 12/11/21	Sistema Somatomotor e Sistema Nervoso Autônomo	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
17 e 19/11/21	17/11/2021- PROVA 1 (NEURO)	
24 e 26/11/21	Introdução ao Sistema Endócrino e Eixo Hipotálamo-Hipófise	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
01 e 03/12/21	Controle do Metabolismo e Crescimento: Pâncreas endócrino, GH, PTH/Calcitonina/Vit D; T3/T4 e Cortisol	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
08 e 10/12/21	Gônadas Feminina e Masculina	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
15 e 17/12/21	Introdução ao Sistema Digestório. Motilidade e Regulação Digestão e Absorção de nutrientes	17/12/2021- PROVA 2 (ENDÓCRINO E DIGESTÓRIO)
	RECESSO DE FIM DE ANO	RECESSO DE FIM DE ANO
02 e 04/02/22	Ciclo Cardíaco e Débito Cardíaco Propriedades elétricas do coração.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
09 e 11/02/22	Hemodinâmica e Regulação da pressão arterial.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
16 e 18/02/22	Introdução ao Sistema Respiratório. Mecânica Respiratória.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
23 e 25/02/22	Trocas gasosas e transporte de gases. Regulação da Respiração.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
02 e 04/03/22	FERIADO	Plantão de dúvidas
09 e 11/03/22	Filtração Glomerular e Mecanismos Tubulares. Regulação hormonal da função renal. Regulação renal do pH.	
16 e 18/03/22	PROVA 3 (CARDIO, RESPIRATÓRIO E RENAL)	
23 e 25/03/22	RECUPERAÇÃO	

XIII. BIBLIOGRAFIA

BÁSICA:

1. COSTANZO, L. S. (2011). **Fisiologia**. 4ª Ed., Elsevier, Rio de Janeiro.
2. GUYTON, A. C. & HALL, J. E. (2012) **Tratado de Fisiologia Médica**. 12ª ed., Elsevier, Rio de Janeiro.
3. BERNE, R.M.; LEVY, M.N.; KOEPPEN, B.M.; STANTON, B.A. (2004). **Fisiologia**. 5ª. Ed, Elsevier, Rio de Janeiro.
4. SILVERTHORN_D.U. (2010). **Fisiologia Humana**. 5ª Ed. Artmed, Porto Alegre-RS.

5. LEVY, M.N.; KOEPPEN, B.M.; STANTON, B.A. (2006). **Fundamentos de Fisiologia**. 4ª. Ed, Elsevier, Rio de Janeiro.

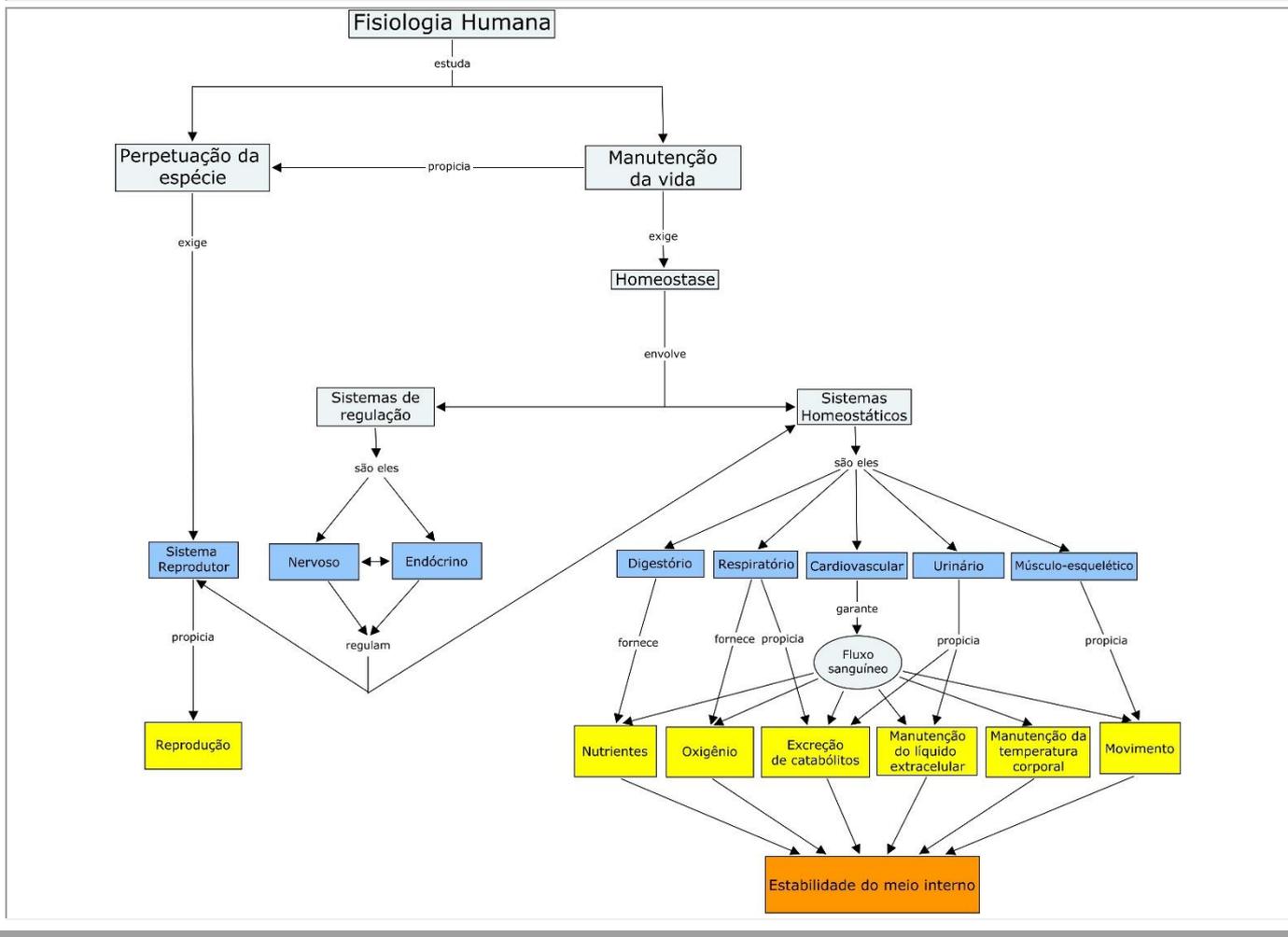
COMPLEMENTAR:

1. JOHNSON, L.R. (2003). Fundamentos de Fisiologia Médica. 2ª edição, Guanabara-Koogan, Rio de Janeiro.
2. SIBERNAGL, S.; DESPOPOULOS, A. (2009). Fisiologia. 7ª edição. Artmed, Porto Alegre.
3. AIRES, M.M., (2008). Fisiologia. 3ª edição. Guanabara-Koogan, Rio de Janeiro

INTERNET:

www.periodicos.capes.gov.br – Acesso a informações mais especializadas em diversas áreas da educação e ciência.
Acervo digital da Biblioteca Universitária-UFSC

XIV. MAPA CONCEITUAL DA DISCIPLINA



PLANO APROVADO
Colegiado do CFS/CCB/UFSC
Em: 22/09/2021

Prof. Vander Baptista
Chefe de Departamento – CFS/CCB/UFSC
Portaria N° 2697/2019/GR de 10 de dezembro de 2019.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO EMERGENCIAL (2021/2)

Código: DEF 5805 Turma: 01444

Disciplina: Introdução à Educação Física

Carga Horária: 02 créditos (h/a semanais) - 36 h/a semestrais (18 teórica/práticas e 18 PCC). 18h/a síncrona. 18h/a assíncrona.

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professora: Lisiane Schilling Poeta Fernandes (lisianepoeta@hotmail.com;
lisiane.poeta@ufsc.br)

1. EMENTA

A Educação Física como área do conhecimento e profissão. Formação profissional e mercado de trabalho em Educação Física. Competências pessoais e conteúdos técnicos na prática profissional em Educação Física nos diversos contextos.

2. OBJETIVO GERAL

Apresentar e discutir as diferentes características da Educação Física como campo de conhecimento e área de atuação profissional, identificando aspectos importantes relativos à formação e atuação profissional na sociedade atual, observando as tendências do mercado profissional em Educação Física.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Compreender a evolução recente da Educação Física no mundo e no Brasil;
- 3.2 Conhecer as características da Educação Física como área de conhecimento;
- 3.3 Conhecer e discutir as características e perspectivas da atuação profissional em Educação Física;
- 3.4 Discutir as exigências de formação do Bacharel em Educação Física e as possibilidades de especialização futura para atuação no mercado em transformação.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I: Contextualização da Educação Física como área de conhecimento e campo Profissional. Conceitos fundamentais na área.

- A UFSC, o Centro de Desportos e o Curso de Bacharelado em Educação Física;
- Estrutura curricular e Núcleos temáticos principais na formação do Bacharel em Educação Física;
- Conceitos fundamentais na área.

4.2 UNIDADE II: Perspectivas do mercado de trabalho para o Profissional Bacharel em Educação Física.

- Regulamentação da profissão.
- O sistema CREF/CONFED.

4.3 UNIDADE III: Dimensões da competência profissional em Educação Física (conhecimentos, habilidades e atitudes).

- Ética;
- comprometimento;
- responsabilidade.

4.4 UNIDADE IV: Conteúdos técnicos e áreas de atuação do profissional de Educação Física na orientação de atividades físicas para promoção da saúde, no treinamento esportivo e nos programas de lazer.

- Conteúdos técnicos relevantes na preparação e na atuação do profissional.

5. METODOLOGIA

- Aulas síncronas (18h/a): plataforma BigBlueButton e/ou Google Meet ou web-conference. As aulas serão expositivo-dialogadas com leituras de textos e dinâmicas individuais e em grupos, nos horários da disciplina, com datas já previstas no cronograma.
- Aulas assíncronas (18h/a): plataforma moodle: leitura de textos, fórum, entrega de tarefas, vídeos, etc).

O moodle será a principal forma de comunicação entre professor e alunos.

OBS: Os horários da disciplina (Segundas das 10h10min às 12h) em que não estivermos em atividades síncronas, estarão disponíveis para atendimento, com agendamento prévio do aluno via e-mail ou plataforma Moodle. Além disso, os alunos poderão agendar outro horário para atendimento, combinado previamente com o professor. O material de apoio (slides, artigos, links) será disponibilizado aos alunos.

6. AVALIAÇÃO

a) Seminários em grupo I e II: Metade do peso (nota) de cada seminário corresponderá ao trabalho escrito e a outra constituirá a apresentação oral. Cada seminário corresponderá a Prática Pedagógica como Componente Curricular (PPCC). Os trabalhos escritos deverão ser entregues na data da apresentação.

b) Exercícios/atividades semanais e/ou quinzenais:

Serão realizadas de forma individual e/ou em grupo, que deverão ser entregues/postadas na plataforma moodle, prazo de sete dias corridos. Tais

atividades serão compostas de exercícios, observação de vídeos, *quiz*, leitura de artigos (atividades assíncronas).

- **Prova de Recuperação:** será realizada ao final do semestre, para aqueles que não atingirem média igual ou superior a 6,0 (com frequência suficiente). Nesta prova será levado em consideração todo o conteúdo da disciplina. A nota final na disciplina será a média da nota da prova de recuperação com a média semestral anterior a recuperação. Será aprovado(a) o(a) aluno(a) que atingir nota final igual ou superior a 6,0 (seis).

7 FREQUENCIA

A frequência estará vinculada à realização das atividades semanais e/ou quinzenais que deverão ser entregues via plataforma Moodle no prazo de sete dias corridos, bem como a participação nas aulas síncronas (1h ou 2h/aula semanal).

8. CRONOGRAMA

SEMANA	DATA	CONTEÚDO	RECURSO/ ESTRATÉGIA (2h semanais)
1	25/10	Apresentação da disciplina, plano de ensino e cronograma.	Síncrona (1h)* Assíncrona (1h)
2	01/11	Educação física: conceitos fundamentais da área. CDS/UFSC	Síncrona (1h)* Assíncrona (1h)
3	08/11	Conceitos fundamentais da área. Evolução da Educação Física	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)
4	15/11	FERIADO	
5	22/11	Mercado de trabalho	Síncrona (1h)* Assíncrona (1h)
6	29/11	Sistema CREF/CONFED	Síncrona (1h)* Assíncrona (1h)
7	06/12	Competência profissional: ética, responsabilidade	Síncrona (1h)* Assíncrona (2h)
8	13/12	Conteúdos técnicos e áreas de atuação do profissional bacharel	Síncrona (1h)* Assíncrona (2h)
Recesso			
9	31/01	Seminário I– áreas de atuação profissional	Síncrona (1h)* Assíncrona (1h)
10	07/02	Seminário I– áreas de atuação profissional	Síncrona (1h)* Assíncrona (1h)
11	14/02	Profissional de ed física e saúde	Síncrona (2h)* Assíncrona (1h)
12	21/02	Educação física no SUS	Síncrona (1h)* Assíncrona (2h)
13	28/02	FERIADO	
14	07/03	Seminário II – ed física SUS	Síncrona (2h) Assíncrona (2h)
15	14/03	Fechamento da disciplina	Síncrona (1h)* Assíncrona (1h)
16	21/03	Prova de recuperação	Síncrona (2h)*

*As aulas síncronas serão realizadas no horário da disciplina (segunda-feira) das 10h10min às 11h. (1 hora/aula), ou 10h10min às 12h (conforme cronograma). A outra aula (11h às 11h50min) será assíncrona, toda semana. Aulas assíncronas de 2 ou 3h serão para a organização e realização de trabalhos/seminários.

Este cronograma está sujeito a alterações no decorrer do semestre. Caso isso ocorra, os alunos serão avisados com antecedência.

8. BIBLIOGRAFIA

8.1 BIBLIOGRAFIA BÁSICA (disponibilizadas aos alunos)

Conselho Federal de Educação Física: **Intervenção do Profissional de Educação Física**. Disponível em: <www.confef.org.br>.

FEITOSA, W.M.N.; NASCIMENTO, J.V. As competências específicas do profissional de educação física que atua na orientação de atividades físicas: um estudo Delphi. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, vol.11, n.4, p: 19-26, 2003.

8.2 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR (não disponibilizada aos alunos)

DA COSTA, L.P. **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: Shape, 2005.

FARIA JÚNIOR, A.G. **Uma introdução à Educação Física**. Rio de Janeiro: Cosmos, 1999.

NAHAS, M.V. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida**. Londrina. PR: MIDIOGRAF, 2006.

TUBINO, M.J.G. **As teorias da educação física e do esporte: uma abordagem epistemológica**. São Paulo: Manole, 2002.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

**PLANO DE ENSINO (2021.2 – período da pandemia Covid-19)
Com as alterações decorrentes da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de
Julho de 2020**

Código: DEF 5806

Disciplina: Fundamentos Histórico-filosóficos da Educação Física

Carga Horária: 03 h/a semanais - 54 h/a semestrais (18 h/a semestrais)

Pré-requisitos: sem pré-requisitos

Professora: Carolina Fernandes da Silva

Atendimento aos alunos: via e-mail institucional (carolina.f.s@ufsc.br) e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle. As mensagens que os(as) alunos(as) enviarem serão respondidas, via e-mail institucional e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, no prazo de até 07 dias de recebimento da mesma. O professor não se responsabiliza se a mensagem enviada pelo(a) aluno(a), para o e-mail institucional (carolina.f.s@ufsc.br) e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, não chegar ao destinatário em decorrência de problemas de conexão com a internet e/ou problemas no provedor de e-mail institucional e/ou problemas no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

1 EMENTA

A cultura das atividades físicas em diferentes períodos históricos. O esporte na Grécia clássica. Os jogos olímpicos antigos e o movimento olímpico. História da Educação Física no Brasil. O pensamento filosófico na Educação Física brasileira: paradigmas filosóficos e concepções de corpo.

2 OBJETIVO GERAL

Proporcionar introdução à compreensão dos contextos histórico, epistemológico e filosófico das práticas culturais de movimento que constituem os pressupostos filosóficos do campo de conhecimento/intervenção da Educação Física.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Conhecer o processo de desenvolvimento histórico da Educação Física no cenário internacional;
- 3.2. Apresentar a evolução do esporte desde a Grécia e o advento do movimento Olímpico;
- 3.3. Reconhecer as principais tendências e concepções filosóficas da Educação Física brasileira;

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I - A trajetória histórica da Educação Física

4.1.1. As práticas culturais de movimento no Ocidente e no Oriente: da antiguidade à renascença;

4.1.2. O surgimento da Educação Física: as correntes ginásticas européias e o movimento esportivo inglês;

4.1.3. A Educação Física no Brasil: associações, influências.

4.2. UNIDADE II – A evolução do fenômeno esportivo.

4.2.1. O movimento olímpico internacional: dos gregos aos jogos modernos

4.2.2. A esportivização da Educação Física

4.2.3. Atualização dos discursos/práticas esportivas

4.3. UNIDADE III – As concepções filosóficas da Educação Física.

4.3.1 Reflexões filosóficas sobre a Educação física

4.3.2.O corpo através dos tempos

5 METODOLOGIA

- Os componentes curriculares dessa disciplina ofertada na vigência do cronograma estabelecido no Calendário Suplementar Excepcional em decorrência da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020, serão os mesmos da disciplina ofertada no período anterior à crise sanitária decorrente da pandemia de COVID-19.
- Esse semestre 2021.2 terá 16 semanas letivas, iniciando em 25/10/2021, com um recesso entre 19/12/2021 e 31/01/2022, e finalizando em 26/03/2021. O conteúdo e a carga horária total estarão distribuídos neste período.
- Para contemplar o total da carga horária, no cronograma, foram acrescentados dois dias de atividades assíncronas no período das 16 semanas.
- Os componentes curriculares de caráter teórico dessa disciplina serão compostos por atividades síncronas (20%) e assíncronas (80%) de leitura, discussão e elaboração de textos.
- As atividades síncronas ocorrerão, na primeira aula, por webconferência, na ferramenta BigBlueButton do no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e, nas duas próximas aulas síncronas, via chat no Moodle, visando o diálogo sobre o conteúdo ministrado nas semanas anteriores. Conforme os dias estabelecidos no cronograma desse Plano de Ensino, estas ocorrerão em tempo real, no horário e dia da disciplina (quartas-feiras, das 7h30min às 10h) e não serão gravadas para disponibilização futura aos(as) alunos(as).
- As atividades assíncronas dessa disciplina serão disponibilizadas aos estudantes, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, utilizando tecnologias de informação e comunicação: arquivos do tipo PDF e/ou WORD serão disponibilizados, bem como links de vídeos disponíveis gratuitamente no Youtube.

- A bibliografia principal da disciplina a ser utilizada na vigência do Calendário Suplementar Excepcional em decorrência da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020 será disponibilizada pela professora, em forma digital (arquivos do tipo PDF e/ou WORD, e/ou o link do vídeo disponível na internet), no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Corresponderão às atividades de Prática Pedagógica como Componente Curricular (PCC): a produção de um texto sobre as memórias na Educação Física (3h/a), os cinco vídeos disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, que serão acessados via link do YouTube (15h/a).
- Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoiocoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/> (ver cronograma mais a frente).

6 AVALIAÇÃO

As atividades serão disponibilizadas na íntegra (orientações, critérios de avaliação, link de acesso, prazo da entrega e conteúdo) na primeira semana de aula que se inicia em 25/10/2021.

6.1 Instrumentos de avaliação:

6.1.1 Atividade Avaliativa 1:

- Avaliação diagnóstica sobre os conhecimentos adquiridos pelo discente anteriores a sua inserção no curso de Educação Física. Esta será disponibilizada no formato WORD.
- O discente irá construir um texto individual a ser entregue via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle
- Esta atividade equivale a 0,5 pontos na nota final.
- Prazo de entrega: até às 23h59min do dia 10 de novembro de 2021.

6.1.2 Atividade Avaliativa 2:

- Esta será disponibilizada no formato WORD, com as orientações para a realização da tarefa, Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Com base nos textos e/ou vídeos disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, o(a) discente irá responder individualmente ao enunciado das questões listadas disponíveis em um documento no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar na ferramenta Tarefa, denominada como Atividade Avaliativa 2.
- Entregar o arquivo até a data determinada neste Plano de Ensino (nos itens Avaliação e Cronograma) e no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Não serão aceitos trabalhos entregues com atraso.
- Esta atividade equivale a até 4,0 pontos da nota final.
- Prazo de entrega: até às 23h59min do dia 15 de dezembro de 2021.

6.1.3 Atividade Avaliativa 3:

- Esta será disponibilizada no formato WORD, com as orientações para a realização da tarefa, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

- Com base nos textos e/ou vídeos disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, o(a) discente irá responder individualmente ao enunciado das questões listadas disponíveis em um documento no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar na ferramenta Tarefa, denominada como Atividade Avaliativa 3.
- Entregar o documento preenchido até a data determinada, a qual está registrada neste Plano de Ensino (nos itens Avaliação e Cronograma) e no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Não serão aceitos trabalhos entregues com atraso.
- Esta atividade equivale a até 5,5 pontos na nota final.
- Prazo de entrega: até às 23h59min do dia 23 de fevereiro de 2022.

NOTA FINAL: soma de todas as notas obtidas nas atividades avaliativas 1, 2 e 3.

Recuperação: TODO O CONTEÚDO VISTO DURANTE O SEMESTRE (0,0 a 10,0 pontos)

- A atividade de recuperação será disponibilizada às 7h30min do dia 9 de março de 2022, no formato WORD, com as orientações para a realização da tarefa, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e deverá ser entregue até às 10h do dia 16 de março de 2022;
- Com base nos textos e/ou vídeos disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, o(a) discente irá responder individualmente ao enunciado das questões listadas disponíveis em um documento no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar em formato Word;
- Entregar o documento preenchido até a data determinada, a qual está registrada neste Plano de Ensino (nos itens Avaliação e Cronograma) e no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

6.2 Critérios das avaliações:

- a) Atividade Avaliativa 1:
Entregar um texto corrido, com introdução, desenvolvimento e conclusão, em formato PDF ou Word.
- b) Atividade Avaliativa 2: Responder corretamente e individualmente, com consulta aos textos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle (com citação em formato ABNT) às questões dissertativas expostas em um documento disponibilizado pela professora no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar em formato Word.
- c) Atividade Avaliativa 3: Responder corretamente e individualmente, com consulta aos textos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle (com citação em formato ABNT) às questões dissertativas expostas em um documento disponibilizado pela professora no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar em formato Word.
- d) Recuperação: Responder corretamente e individualmente, com consulta aos textos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle (com citação em formato ABNT) às questões expostas dissertativas no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar em formato Word.

*Não serão aceitas tarefas entregues com atraso, desta forma não receberá os pontos (ressalva a casos justificados de acordo com a Resolução 017/CUn/97).** Se o acadêmico ficar com média entre 3,0 e 5,5, desta forma não tendo alcançado média semestral, conforme consta no regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC (Resolução 017/CUn/97), poderá realizar uma avaliação de recuperação que será composto por uma atividade individual, que compreenderá questões dissertativas sobre todo o conteúdo desenvolvido na disciplina.

7 FREQUÊNCIA:

7.1 Atividades assíncronas

- O registro da frequência ocorrerá a partir de questionários disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle sobre a temática semanal da disciplina;
- A cada semana de aula, uma pergunta de múltipla escolha sobre o conteúdo disponível nos materiais de estudo, estará disponível para ser respondida, o(a) estudante que marcar uma resposta (independente se correta ou não) terá contada a sua presença;
- A(s) pergunta(s) será(ão) construída(s) no próprio Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle que registra, automaticamente, para o docente da disciplina, qual discente respondeu e qual discente não respondeu o(s) questionamento(s), dentro do horário permitido para que a(s) pergunta(s) ficasse(m) disponível para o(a) discente.
- O período para responder começará à 0h do dia da aula e ficará disponível até às 23h59min do dia anterior da próxima aula.
- O(A) aluno(a) deverá responder a(s) pergunta(s), uma única vez em cada semana letiva, para que a frequência semanal na disciplina seja efetivada.
- Se a semana tiver somente atividades assíncronas e o(a) aluno(a) não responder a pergunta receberá a quantidade de faltas correspondente a quantidade de carga-horária semanal da disciplina, o que corresponde a 3 (três) horas-aulas. **ATENÇÃO:** Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoiocoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-2020/> (ver cronograma mais a frente).
- O(A) aluno(a) que não responder a(s) pergunta(s) em alguma semana letiva receberá falta na disciplina, naquela referida semana, Se a semana tiver somente atividades assíncronas e o(a) aluno(a) não responder à(s) pergunta(s) receberá a quantidade de faltas correspondente a quantidade de créditos semanais da disciplina,
- A(s) pergunta(s) será(ão) utilizada(s) somente para registro da frequência, de modo que o fato de responder corretamente ou erroneamente a alguma pergunta não incidirá,

respectivamente, em benefício ou prejuízo avaliativo em termos de nota na disciplina ao(à) aluno(a).

- Nas semanas de entrega dos trabalhos avaliativos não terá(ão) pergunta(s) referente ao tema, pois nesse caso, a frequência na disciplina será computada a partir da entrega dos trabalhos avaliativos. O(A) aluno(a) que não entregar o trabalho avaliativo na respectiva data, receberá falta na disciplina na respectiva semana.
- Se a semana tiver atividades síncronas e assíncronas, o(a) aluno(a) que não responder a pergunta da semana receberá a quantidade de falta correspondente somente as atividades assíncronas. Pois, a frequência na atividade síncrona será computada pela participação do(a) discente na atividade síncrona. **ATENÇÃO:** Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoiocoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-2020/> (ver cronograma mais a frente).

7.2 Atividades síncronas

- Nos dias dos encontros síncronos, a frequência será registrada a partir da presença do(a) discente na atividade no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle;
- O(A) discente que não estiver presente nos dias dos encontros síncronos receberá falta;
- A falta do(a) discente nos dias dos encontros síncronos, corresponderá a 03 faltas, pois os encontros síncronos serão nos dias/horários equivalentes a 03 horas-aulas da disciplina.
- Quando a data de entrega de uma atividade avaliativa coincidir com uma atividade síncrona, a presença será registrada pela participação na atividade síncrona.

8 CRONOGRAMA

Semana	Data	Conteúdo	Material	Tipo de Atividade	Observação	Horas/Aulas
			Outubro			
1	27	Apresentação do plano de ensino cronograma	Webconferência	Síncrona	Link disponibilizado no Moodle	3h/a
			Novembro			

2	3	Unidade I	Texto em formato PDF	Assíncrona		3h/a
	6	Unidade I	Texto em formato PDF	Assíncrona	Conteúdo disponibilizado visando atingir a carga horária da disciplina	3h/a
3	10	Atividade Avaliativa 1	Entrega	Assíncrona	Entrega no Moodle (PCC) Vídeo de apoio (PCC)	3h/a
4	17	Unidade I	Texto em formato PDF	Assíncrona		3h/a
	20	Unidade I	Texto em formato PDF	Assíncrona	Conteúdo disponibilizado visando atingir a carga horária da disciplina	3h/a
5	24	Unidade III	Vídeo disponível por link no YouTube (PCC) Texto em formato PDF	Assíncrona		3h/a
			Dezembro			
6	1	Unidade III	Texto em formato PDF	Assíncrona		3h/a
7	8	Unidades I, II e III	Webconferência	Síncrona		3h/a
8	15	Atividade avaliativa 2	Entrega	Assíncrona		3h/a
			Recesso entre os dias 19/12 e 31/01			
			Fevereiro			
9	2	Unidade III	Vídeo disponível por link no YouTube (PCC)	Síncrona	Texto de apoio em formato PDF	3h/a

	5	Unidade II e III	Texto em formato PDF	Assíncrona	Conteúdo disponibilizado visando atingir a carga horária da disciplina	3h/a
10	9	Unidade II	Vídeos no Youtube (PCC)	Assíncrona		3h/a
11	16	Unidade II e III	Webconferência	Síncrona		3h/a
	19	Unidade II e III	Texto em formato PDF		Conteúdo disponibilizado visando atingir a carga horária da disciplina	3h/a
12	23	Atividade avaliativa 3	Entrega	Assíncrona	Entrega no Moodle	3h/a
			Março			
13	2	Feriado				
14	9	Entrega de notas	Disponibilização da atividade de recuperação	Assíncrona	Tarefa disponibilizada no Moodle	3h/a
15	16	Atividade avaliativa de recuperação	Entrega	Assíncrona	Entrega no Moodle	3h/a
16	23	Feriado				

9 BIBLIOGRAFIA

9.1 Textos

BARBOSA, Maria Raquel; MATOS, Paula; COSTA, Maria Emília. Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. **Psicologia & Sociedade**, v. 23, n. 1, 2011.

CARVALHO, Yara. Atividade Física e Saúde: onde está o “sujeito” da relação? **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 22, n. 2, 2001.

GOELLNER, Silvana. A importância do conhecimento histórico na formação de professores de Educação física e a desconstrução da história no singular. **Kinesis**, v. 30, n. 1, 2012.

KUNZ, Elenor. Esporte uma abordagem com a fenomenologia. **Movimento**, ano VI, n. 12, 2000.

PRONI, Marcelo. A reinvenção dos Jogos Olímpicos: um projeto de marketing. **Esporte e Sociedade**, ano 3, n. 9, 2008.

SANT'ANNA, Denise. Entre corpo e técnica: antigas e novas concepções. **Motrivivência**, n. 15, 2000.

Soares, Carmen. Escolas de Ginástica: saúde, disciplina e civismo. In: SOARES, Carmen Lúcia. **Educação Física: raízes europeias e Brasil**. 3ª. Ed. Campinas, SP. Autores Associados, 2004, p. 51 – 68.

TORRI, Danielle; VAZ, Alexandre. Esporte paralímpico: difícil inclusão, incorporação tecnológica, corpos competitivos. **Práxis Educativa**, v. 12, n. 2, 2017.

9.2 Vídeos no YouTube

DIMENSÃO Olímpica - Mulheres no Esporte. Produção de Ufrgs Tv. 2016. (23 min.), son., color. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=kPtpDXaaBNA>. Acesso em: 3 ago. 2020.

O QUE pode o corpo?. Produção de Café Filosófico. Realização de Tv Cultura. 2018. (48 min.), Color. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=d8kSSGX1Ufw>. Acesso em: 3 ago. 2020.

9.3 Bibliografia de complementar

A QUESTÃO do corpo na filosofia - História do corpo na Filosofia - web aula 02 Filosofia. Realização de Professor Ítalo Silva. 2020. (45 min.), Color. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=qRhgRtTlvjY>. Acesso em: 3 ago. 2020.

GOELLNER, Silvana. Mulher e esporte no Brasil: entre incentivos e interdições elas fazem história. **Pensar a Prática**, n. 8, v. 1, 2005.

O ADMIRÁVEL LANÇADOR DE DARDOS. Direção de Boca Migotto. Produção de Rbs Tv. Realização de Epifania Filmes. 2013. (14 min.), P&B. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=jypdiYhgG_0. Acesso em: 3 ago. 2020.

ORIGEM dos Jogos Olímpicos da Era Moderna - 2011. Produção de Espn Brasil. 2013. (8 min.), son., color. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Y3CNEA-6sQc>. Acesso em: 3 ago. 2020.

OURO prata bronze... e chumbo. Direção de José Roberto Torero. 2013. Color. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=pbJ9ugaRcTk>. Acesso em: 3 ago. 2020.



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021-2

Código: DEF 5808

Disciplina: Princípios de Conduta Profissional A

Carga Horária: 03 h/a semanais – 54 horas/a semestrais

Turma: 04444

Professora: Patricia Luiza Bremer Boaventura Justo da Silva

E-mail: patricia.boaventura@ufsc.br

1 EMENTA

Conceitos básicos da Ética filosófica. Noções de teoria dos valores. Noções de Deontologia e de bioética. Questões morais selecionadas. Caracterização e problemática das éticas profissionais. Conduta profissional em Educação Física. Código de Ética e Deontologia da Educação Física.

2 OBJETIVO GERAL

Dotar o/a bacharel em Educação Física de uma reflexão ética voltada para a conscientização profissional.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Analisar e interrelacionar os conceitos básicos da ética filosófica;
- 3.2. Discutir as questões éticas peculiares ao exercício profissional em Educação Física;
- 3.3. Estudar o Código de Ética e Deontologia da Educação Física.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I – Introdução à Ética

- 4.1.1. Campo e objeto da Ética.
- 4.1.2. Moral e costumes.
- 4.1.3. Valores morais e outros.
- 4.1.4. Doutrinas éticas hoje mais influentes.

4.2. UNIDADE II – Ética Profissional

- 4.2.1. Características e princípios gerais das éticas profissionais.
- 4.2.2. Problemática do exercício profissional em Educação Física no Brasil.

4.3. UNIDADE III - Código de Ética

- 4.3.1. Código de ética e deontologia da Educação Física a partir da Lei no 9696/98.

5 METODOLOGIA

A disciplina será desenvolvida remotamente em função da pandemia COVID-19, com atividades síncronas e assíncronas. O Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle será a principal ferramenta empregada para gerenciar as atividades.



- Atividades síncronas serão desenvolvidas por meio de ferramentas de webconferência, com interação em tempo real entre professora e alunos/as;
- As atividades assíncronas serão desenvolvidas a partir da disponibilização de aulas gravadas (videoaulas), slides, artigos científicos, capítulos de livros, vídeos, tutoriais de avaliação, bem como a realização e apresentação de tarefas e envio de trabalhos pelos/as discentes.

OBS: Os horários da disciplina em que não estivermos em atividades síncronas, estarão disponíveis para atendimento, com agendamento prévio do/a aluno/a via e-mail ou plataforma Moodle.

6 AVALIAÇÃO

A avaliação será do tipo formativa e somativa, ou seja, ao final de cada tópico haverá uma nota atribuída às atividades/tarefas desenvolvidas* (tutoriais serão disponibilizados no Moodle). A nota final do semestre corresponderá ao somatório das seguintes atividades avaliativas:

ATIVIDADES AVALIATIVAS	Nota
Atividade avaliativa 1: Tarefa vídeo de apresentação e mensagem no fórum	1,0
Atividade avaliativa 2: Avaliação teórica	3,0
Atividade avaliativa 3: Seminários temáticos	4,0
Atividade avaliativa 4: Códigos de Ética em EF	2,0
Prova de Recuperação**	10,0

* Não serão aceitas tarefas entregues com atraso (ressalva a casos justificados de acordo com a Resolução 017/CUn/97).

** Se o/a acadêmico/a ficar com média entre 3,5 e 5,5, conforme consta no regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC (Resolução 017/CUn/97 - art. 70, §2º e art. 71, §3º), poderá realizar uma avaliação de recuperação que será composta por uma atividade individual, que compreenderá questões objetivas e/ou dissertativas sobre todo o conteúdo desenvolvido na disciplina.

7 FREQUÊNCIA

7.1 Atividades síncronas:

- Nos dias dos encontros síncronos, a frequência será registrada a partir da presença do/a discente na atividade no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle;

7.2 Atividades assíncronas:

- A frequência será atribuída pelo/a próprio/a aluno/a após acessar ao conteúdo disponibilizado de acordo com o cronograma. Dessa forma, o aluno/a ficará responsável pelo seu registro semanal de frequência no sistema do Moodle.



- Cabe ao/à aluno/a acompanhar, junto a cada professor, o registro da sua frequência às aulas síncronas e assíncronas (Resolução 017/CUn/97 - Art. 69 - § 4º).

8 CRONOGRAMA

UNIDADE	CONTEÚDO	AULAS
Unidade I	Introdução à Ética	21
Unidade II	Ética Profissional	18
Unidade III	Código de Ética	15
TOTAL		54

SEMANAS	AULAS
16	Síncronas: 18h Assíncronas: 36h

- O cronograma apresenta uma previsão da organização das atividades síncronas e assíncronas da disciplina, no entanto, está sujeito a alterações. Nele, serão descritos, de modo detalhado (APÊNDICE 1), as datas, cargas horárias, conteúdos, atividades e avaliações, para uma visualização geral e clara entre os diversos objetos envolvidos no desenvolvimento da disciplina, garantindo uma melhor comunicação das tarefas e dos recursos requeridos em cada uma das etapas.

8 BIBLIOGRAFIA

8.1 Bibliografia Básica (Livros da BU)

BRANDÃO, C. Bioética na Educação Física. Maceió: Catavento, 2003.

FORTES, P. A. C. Ética e saúde: questões éticas, deontológicas e legais, autonomia e direitos do paciente, estudo de casos. São Paulo: EPU, 1998.

SÁ, A. L. Ética profissional. São Paulo: Atlas, 2001.

TOJAL, J. B.; DA COSTA, L. P. e BERESFORD, H. Ética profissional na Educação Física. Rio de Janeiro: Shape, 2004.

VALLS, Álvaro L. M. O que é ética. São Paulo: Brasiliense, 1994.

VÁSQUEZ, S. Adolfo. Ética. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1985.

8.2 Bibliografia Complementar

BONILLA, Alcira B. Ética: questões e problemas contemporâneos. **Dissertatio**, Pelotas, n. 27-28, p. 11-32, jan. 2008. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/dissertatio/article/view/8845>.

CUNHA, Lilian Suelen de Oliveira. **Ética, Bioética e Deontologia no currículo da graduação em Educação Física no sul do Brasil**. 2021. 119p. Dissertação. (Mestrado em Saúde Coletiva), Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2021. Disponível em: <http://tede.ufsc.br/teses/PGSC0280-D.pdf>.

ROCHA, J.; BENEDETTI, T. **Ética na pesquisa em Educação Física**. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano, Florianópolis, v. 11 n. 3., p. 358-362, março



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900

Florianópolis-SC-Brasil

Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368

e-mail: def@contato.ufsc.br



2009. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/view/1980-0037.2009v11n3p358>.

SANTIN, Silvino. **O espaço da ética na Educação Física**. Revista Kinesis, Santa Maria, v. 1, n. 32, set. 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/kinesis/article/view/15573>.

SILVA, Méri Rosane Santos da Silva. **O debate ético e bioético na Educação Física**. 2003. 325p. Tese (Doutorado em Ciências do Movimento Humano), Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/3285>.

TOJAL, João Batista; BARBOSA, Alberto Puga. **A ética e a bioética na preparação e na intervenção profissional de educação física**. Belo Horizonte: Casa da Educação Física, 2006. Disponível em:

<https://www.confef.org.br/confef/comunicacao/publicacoes/arquivos/etica/A.Etica.e.a.Bioetica.4.pdf>.

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

OBS: A bibliografia de acesso remoto será disponibilizada via ambiente virtual Moodle.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário – Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368
e-mail: def@contato.ufsc.br



APÊNDICE 1

CRONOGRAMA DETALHADO: PREVISÃO DA ORGANIZAÇÃO DAS ATIVIDADES SÍNCRONAS E ASSÍNCRONAS

DATA	AULA	CH	UNIDADE	RECURSO/ESTRATÉGIA	CONTEÚDO/AVALIAÇÃO/FEEDBACK
26/10/2021	Síncrona	3h	I Introdução à Ética	Apresentação da disciplina e da turma Os materiais correspondentes serão disponibilizados no Moodle Elaboração de vídeo de apresentação Visualizar tutorial da atividade avaliativa 1	- Leitura e visualização do plano de ensino e da disciplina organizada no Moodle. - Apresentação dos conceitos ética e moral. - Cada aluno/a deve gravar um vídeo e escrever uma mensagem no fórum disponibilizado no Moodle. (Atividade Avaliativa 1)
02/11/2021	Assíncrona	3h	I Introdução à Ética	Leitura e visualização de materiais (texto e vídeo) sobre o conceito de ética	- Cada aluno/a deve estudar o texto e o vídeo disponibilizados no Moodle.
09/11/2021	Síncrona	3h	I Introdução à Ética	Os slides correspondentes serão disponibilizados no Moodle	- Apresentação das teorias éticas. - Divisão dos grupos dos seminários da U2.
16/11/2021	Assíncrona	3h	I Introdução à Ética	Os slides correspondentes serão disponibilizados no Moodle	- Apresentação do conceito de Bioética. - Princípios da Bioética.
23/11/2021	Assíncrona	3h	I Introdução à Ética	Videoaulas, textos e outros materiais serão disponibilizados no Moodle	- Bioética e pesquisa.
30/11/2021	Síncrona	3h	I Introdução à Ética	Os slides correspondentes serão disponibilizados no Moodle	- Bioética, Comitês de Ética em Pesquisa, EF. - Revisão de conteúdo. - Atividade em sala de aula.
07/12/2021	Assíncrona	3h	I Introdução à Ética	Realização da avaliação teórica no Moodle	- Cada aluno/a deve responder a avaliação teórica individual e escrita. (Atividade Avaliativa 2)
14/12/2021	Síncrona	3h	II Ética Profissional	Correção e análise das questões da avaliação teórica Discussão sobre as dúvidas relacionadas aos seminários temáticos	- Feedback e discussão sobre as questões da avaliação teórica. - Cada grupo deve apresentar a organização de seu seminário temático.
				RECESSO ESCOLAR	



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900

Florianópolis-SC-Brasil

Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368

e-mail: def@contato.ufsc.br



01/02/2022	Assíncrona	6h	II Ética Profissional	Elaboração dos materiais dos seminários temáticos	- Cada grupo deve elaborar o trabalho do seminário sobre Ética Profissional.
08/02/2022	Assíncrona	6h	II Ética Profissional	Envio dos trabalhos dos seminários pelo Moodle Avaliação dos grupos dos seminários temáticos Visualizar tutorial da atividade avaliativa 3	- Cada grupo deve entregar os trabalhos dos seminários sobre Ética Profissional. (Atividade Avaliativa 3.1) - Cada grupo deve enviar a avaliação de todos os grupos temáticos. (Atividade Avaliativa 3.2)
15/02/2022	Síncrona	3h	II Ética Profissional	Apresentação e discussão dos temas dos seminários sobre Ética Profissional	- Apresentação e discussão das dinâmicas e estudos dos seminários temáticos. (Atividade Avaliativa 3.3)
22/02/2022	Assíncrona	3h	III Código de Ética	Videoaulas, textos e outros materiais serão disponibilizados no Moodle Leitura do Código de Ética da EF	- Apresentação sobre Deontologia e Código de Ética da EF. - Cada aluno/a deve estudar o Código de Ética da Educação Física e outros documentos relacionados.
01/03/2022	Assíncrona	3h	III Código de Ética	Elaboração dos Códigos de Ética de EF Visualizar tutorial da atividade avaliativa 4	- Cada grupo deve elaborar o Código de Ética Profissional em EF.
08/03/2022	Síncrona	3h	III Código de Ética	Apresentação dos Códigos de Ética de EF	- Cada grupo deve apresentar e entregar o Código de Ética Profissional em EF. (Atividade Avaliativa 4)
15/03/2022	Assíncrona	3h	III Código de Ética	Encerramento da disciplina: Avaliação e Feedback Disponibilização das avaliações e envio das notas	- Cada aluno/a deve enviar a avaliação do semestre e da disciplina.
22/03/2022	Assíncrona	3h	III Código de Ética	Realização da Prova de Recuperação no Moodle	- Prova de Recuperação. - Publicação das notas finais.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC – Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

PLANO DE ENSINO- 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Curso: Bacharelado em Educação Física

Código: DEF 5809

Disciplina: Fundamentos Didático-Pedagógicos do Esporte

Carga Horária: 03 h/a semanais - 54 h/a semestrais (36 h/a teórico-práticas e 18 h/a PPCC)

Professor: Dr. Michel Milistetd

E-mail: michel.milistetd@ufsc.br

1. EMENTA

Concepções e perspectivas pedagógicas que orientam o processo de ensino-aprendizagem-treinamento esportivo. Abordagens didático-pedagógicas, orientações conceituais e estilos de ensino. Planejamento e estruturação de atividades e tarefas pedagógicas.

2. OBJETIVO GERAL

Contribuir para a formação pedagógica do profissional de Educação Física para que possa estimular e desenvolver a prática esportiva de forma consciente e espontânea, pautada em princípios éticos e morais.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar as concepções norteadoras da prática esportiva, refletindo sobre os princípios pedagógicos na iniciação esportiva em crianças e jovens;

Distinguir as diferentes abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem-treinamento esportivo;

Dominar os principais estilos de ensino adotados na prática pedagógica;

Estruturar o processo de ensino-aprendizagem-treinamento esportivo a partir de progressões de exercícios;

Estimular o desenvolvimento de atitude investigativa e de prática de pesquisa na área de pedagogia do esporte.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I – Fundamentos do Esporte e da Pedagogia do Esporte

- Dimensões do fenômeno esportivo
- Iniciação e especialização esportiva
- Desenvolvimento esportivo em longo prazo

UNIDADE II – Abordagens didático-pedagógicas do esporte

- Metodologias de ensino do esporte: tradicional, série de exercícios, série de jogos, situacional
- Princípios e noções das progressões de aprendizagem no ensino dos esportes

UNIDADE III – Papel didático-pedagógico do treinador no ensino dos esportes

- Conhecimentos e Competências do treinador
- Estilos de ensino nos esportes
- Desenvolvimento Positivo de Jovens

Unidade IV - Práticas pedagógicas como componente curricular (PPCC):

- Experiências de ensino da modalidade.

5. METODOLOGIA

- Todas as atividades da disciplina serão realizadas/disponibilizadas via ambiente virtual de ensino e aprendizagem do MOODLE.
- No caso das aulas síncronas (8h/a), será utilizada a plataforma Zoom. Os links serão disponibilizados previamente via moodle.
- Para aulas assíncronas, serão disponibilizadas vídeo-aulas, textos para leitura links de materiais relacionados.
- Entende-se aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual. Aulas não presenciais assíncronas compreendem aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente.

6. AVALIAÇÃO

1. 25% - Síntese de texto - Unidade 1
2. 25% - Elaboração de Planejamento de Ensino - Unidade 2
3. 25% - Questionário - Unidade 3
4. 25% - Planejamento de Aula e Resenha de Filmes - PPCC

Nota Semestral = (Nota 1 x 0,25 + Nota 2 x 0,25 + Nota 3 x 0,25 + Nota 4 x 0,25)

7. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

I - Fundamentos do Esporte e da Pedagogia do Esporte

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades e Avaliação
25/10	Síncrona 2h	Apresentação da disciplina e princípios da pedagogia do Esporte	- Apresentação da disciplina no ambiente virtual de aprendizagem
25/10 a 26/11	Assíncrona 6h	- Dimensões do Fenômeno Esportivo - Iniciação Esportiva	- Leitura e análise de texto pelos alunos - Discussão via chat
	Assíncrona 6h	- Especialização Esportiva Etapas de Formação Esportiva em Longo Prazo	- Vídeo Aula Gravada - Leitura e análise de texto
Total 14h		Avaliação Assíncrona	- Síntese sobre etapas de formação em longo prazo

II - Abordagens didático-pedagógicas do esporte

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
29/11	Síncrona 2h	Abordagens do Ensino dos Esportes	Apresentação de conteúdo no ambiente virtual de aprendizagem
29/11 a 04/02	Assíncrona 8h	- Metodologias de ensino do esporte: tradicional, série de exercícios, série de jogos, situacional	- Leitura de textos - Discussão via Chat
		- Princípios e noções das progressões de aprendizagem no ensino dos esportes	- Vídeo Aula gravada - Leitura de textos - Discussão via Chat
Total 10h		Avaliação Assíncrona	- Elaboração de planejamento de treino de acordo com as metodologias de ensino

III - Papel didático-pedagógico do treinador no ensino dos esportes

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
07/02	Síncrona 2h	Conhecimentos e Competências do Treinador	Apresentação de conteúdo no ambiente virtual de aprendizagem
07/02 a 04/03	Assíncrona 6h	Estilos de Ensino nos Esportes	- Vídeo-aula gravada - Leitura de Textos - Discussão via Chat
	4h	Desenvolvimento Positivo de Jovens	- Vídeos - Leitura de Textos - Discussão via Chat
Total 12h		Avaliação Assíncrona	- Questionário Conhecimentos do treinador e Estilos de Ensino nos Esportes

IV - Práticas pedagógicas como componente curricular (PPCC)

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
14/03	Síncrona 2h	Discussão das PPCCs Elaboradas ao longo do semestre	
07/03 a 18/03	Assíncrona 10h	Fenômeno Esportivo e Coaching Esportivo	- Filme Fenômeno Esportivo – (Um homem entre gigantes) - Filme - Coaching Esportivo (Coach Carter) - Planejamento de sessão de Treinamento
		Planejamento de sessão de treino	Resenha Filmes Tarefa de Planejamento
Total 16h		Avaliação Assíncrona	

* Avaliação de Recuperação.

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
21/03	Assíncrona 2h	Atividade de Recuperação de nota do semestre	Planejamento de ensino dos esportes

5. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

BENTO, J. O. **O outro lado do esporte**. Porto: Campo das Letras, 1995.

BRASIL. **Dimensões pedagógicas do esporte**. Brasília: Universidade de Brasília/CEAD, 2004.

GALATTI, Larissa Rafaela et al. Pedagogia do Esporte: procedimentos pedagógicos aplicados aos jogos esportivos coletivos. **Conexões**, Campinas, v. 6, n. especial, p. 397-408, 2008.

GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. **O ensino dos jogos desportivos**. Porto: Editora da FCDEF/UP, 1998.

GRECO, P. J.; BENDA, R. N. **Iniciação esportiva universal**: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 1998.

HIRAMA, Leopoldo Katsuki; MONTAGNER, Paulo César. Algo para além de tirar da rua: o ensino do esporte em projeto socioeducativo. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Florianópolis*, v. 34, n. 1, p. 149-164, 2012

MESQUITA, I. M. R. et al. Modelo de Educação Esportiva: da aprendizagem à aplicação. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 25, n. 1, p. 1-14, 2014.

INFORMAÇÕES GERAIS:

Frequência: o registro da frequência será realizada por meio de auto registro, em um link disponibilizado via moodle. Para as atividades assíncronas serão estabelecidas datas de referência para postar a frequência no moodle referente a realização de cada tarefa. Contudo, será permitido flexibilidade das datas e horários para a realização das mesmas.

Resolução 17/CUN/97

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre.

Art. 71 - As avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondadas para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72 - A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.



**Universidade Federal de Santa Catarina
Centro de Desportos
Departamento de Educação Física**

Plano de Ensino – Matriz Instrucional

Código: DEF5811		Nome da disciplina: Gestão Esportiva		x	obrigatória	optativa
Nome do professor: Valmir José Oleias, Dr.			E-mail do professor: valmir.oleias@gmail.com			
Ofertada ao curso: Educação Física (Bacharelado)			Carga horária semestral: 54 h/a (03 créditos)		Período: 2021-2	
1 – EMENTA - Teorias administrativas aplicadas à gestão esportiva. Empreendedorismo e mercado de trabalho. Marketing esportivo. Planejamento e elaboração de projetos. Legislação da Educação Física e Esporte.		2 - OBJETIVO GERAL - Proporcionar conhecimentos básicos sobre Gestão Esportiva com vistas à sua aplicação na área da Educação Física e dos Esportes.		3 - OBJETIVOS ESPECÍFICOS 3.1 - Interpretar e empregar os princípios gerais da Administração relacionando-os com a Adm. Esportiva; 3.2 - Analisar a estrutura organizacional/administrativa de entidades públicas e privadas ligadas à Educação Física e aos Esportes; 3.3 - Propor soluções para os problemas apresentados e alternativas adm. e organizacionais à Ed. Física e aos Esportes.		
4 – CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	Unidade 1 →	4.1 - Noções gerais e evolução da teoria da administração. (12 h/a)				
	Unidade 2 →	4.2 - Estrutura Organizacional e Administração de Entidades Esportivas. (12 h/a)				
	Unidade 3 →	4.3 - Planejamento no setor da Educação física e dos Esportes. (12 h/a)				
	Unidade 4 →	4.4 - Horas de PPCC's: Projetos e Práticas no exercício profissional da Educação Física. (18 h/a)				

5 - Tópico/tema e carga horária	Conteúdos	Objetivos de aprendizagem	Recursos didáticos	Atividades e estratégias de interação	Avaliação e feedback
1. Escola Clássica de Administração	26/out - Videoaula e Arquivo PPT + Quiz Escola Clássica 28/out. – 10h10min. Aula síncrona	Conhecer a fundamentação básica e sua aplicação na Ed. Física e Esportes.	26/out - Arquivo em PPT e Video com orientações, Videoaula (assíncronas) e no dia 28/out conferência para dúvidas (síncrona).	26/out - Assistir à videoaula e Responder Quiz (questionário) e 28/out - Participar da aula/conferência	Conhecimento da dinâmica, Avaliação das respostas do Quiz e participação da aula síncrona.
3 horas/aulas					
2. Escola Humanista de Administração	02/nov. - Videoaula e Arquivo PPT + Quiz Escola Humanista 04/nov. – 10h10min. Aula síncrona	Conhecer as contribuições básicas e sua aplicação na Ed. Física e Esportes	02/nov - Arquivo em PPT e Videoaula, atividade remota assíncrona e no dia 04/nov , aula/conferência para dúvidas (síncrona).	Participação na webconferência. Entregar, via e-mail, a Resposta do Quiz (questionário)	Avaliação da participação na discussão por Chat e da Tarefa realizada por e-mail.
3 horas/aulas					
3. Teoria sobre o Modelo Burocrático	09/nov. - Videoaula e Arquivo PPT sobre o Modelo Burocrático 11/nov. – 10h10min. Aula síncrona	Compreender a teoria weberiana e suas principais definições sobre burocracia.	09/nov - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 11/nov . aula/conferência para dúvidas (aula síncrona).	Assistir à videoaula e Participar da Conferência da disciplina e Responder oralmente perguntas.	Obtenção do conhecimento e participação oral em perguntas elaboradas do tema.
3 horas/aulas					
4. Estudo do Método Sistemático	16/nov - Videoaula e Arquivo PPT sobre o Método Sistemático 18/nov. – 10h10min. Aula síncrona	Conhecer a teoria da complexidade, que forma a base para a visão sistêmica.	16/nov. - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 18/nov aula/conferência para dúvidas (aula síncrona).	Assistir à videoaula e encaminhar resposta. Participar da WebConferência da disciplina	Avaliação da participação na discussão por Chat e da Tarefa realizada por e-mail.
3 horas/aulas					
5. Inovação e Empreendedorismo na Educação física	23/nov. - Videoaula e Arquivo PPT sobre Inovação e Empreendedorismo 25/nov. – 10h10min. Aula síncrona	Compreender a teoria inovadora e empreendedorismo na EF e nos Esportes.	23/nov - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 25/nov , aula/conferência para aprofundar (aula síncrona).	Assistir à videoaula e encaminhar resposta por e-mail. Participar da WebConferência da disciplina	Avaliação da participação na discussão por Chat e da Tarefa realizada por e-mail.
3 horas/aulas					

6. Plano de Negócios nos Esportes	30/nov. - Videoaula e Arquivo PPT sobre Plano de Negócios no meio Esportivo e 02/dez. – 10h:10min. Aula síncrona.	Conhecer a proposta de plano de negócios, indicando uma perspectiva de projeto.	30/nov - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 02/dez. , aula/conferência para exposição (aula síncrona).	Assistir à vídeoaula e encaminhar proposta de PN por e-mail. Participar da WebConferência da disciplina.	Avaliação sobre a participação por e-mail e posteriormente sobre a aula síncrona.
3 horas/aulas					
7. Gestão Participativa e Planejamento Estratégico	07/dez. – Videoaula e arquivo PPT sobre a Gestão Participativa e Planejamento Estratégico. 09/dez. – 10h:10min. Aula síncrona	Compreender os modelos de gestão adm. democráticos e participativos na EF e nos Esportes.	07/dez. - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 09/dez. , aula/conferência para exposição (aula síncrona).	Assistir à vídeoaula e encaminhar respostas do Quiz por e-mail. Participar da WebConferência da disciplina	Avaliação sobre a participação por e-mail e posteriormente sobre a aula síncrona.
3 horas/aulas					
8. Teorias sobre Marketing Esportivo	14/dez – Videoaula e arquivo PPT sobre a Teorias do Marketing Esportivo. 16/dez. – 10h:10min. Aula síncrona	Compreender os principais conceitos sobre Marketing Esportivo.	14/dez - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 16/dez , aula/conferência para discussão em aula (modelo síncrono).	Assistir à vídeoaula e encaminhar respostas por e-mail. Participar da WebConferência da disciplina	Avaliação sobre a participação dos alunos por e-mail e posteriormente sobre a aula síncrona.
3 horas/aulas					
9. Gestão em Clubes e Academias	01/fev. – Videoaula e arquivo PPT sobre a Gestão em Clubes e Academias 03/fev. – 10h:10min. Aula síncrona	Compreender os principais modelos de gestão de Gestão em Clubes e Academias.	01/fev. - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 03/fev. , aula/conferência para exposição (aula síncrona).	Assistir à vídeoaula e responder e-mail. Participar da WebConferência da disciplina	Avaliação da participação na discussão por Chat e na Tarefa realizada por e-mail.
3 horas/aulas					
10. Sistema CREF e CONFEEF na EF	08/fev. – Videoaula e arquivo PPT sobre Sistema Cref e Confef na EF 10/fev. – 10h:10min. Aula síncrona	Conhecer o funcionamento do Sistema do CREF e CONFEEF e desdobramentos na EF brasileira	17/ago. - Arquivo em PPT e Videoaula, aula remota assíncrona e no dia 19/ago, aula/conferência para debate sobre o tema (aula síncrona).	Assistir à vídeoaula e encaminhar respostas do Quiz por e-mail. Participar da WebConferência da disciplina	Avaliação da participação na discussão por Chat e na Tarefa realizada por e-mail.
3 horas/aulas					

6 - Estratégias Metodológicas de Interação e feedback: A interação entre professor e estudantes neste **semestre 2021-2** ocorrerá por meio do ambiente virtual (Remoto) de aprendizagem, conforme preconiza a Resolução 140/Cun/2020 da UFSC, com o envio de mensagens, fóruns, entre outros, como também por meio de mensagem de e-mail. Essa organização de conteúdo do tópico 1 ao tópico 10 prevê quatro tipos de situações: 1) sempre nas terças-feiras será enviado no horário da aula, um arquivo de sobre um determinado tópico; 2) juntamente, será enviada uma videoaula elaborada exclusivamente para subsidiar os conteúdos; 3) o professor aguardará uma resposta do acadêmico em forma de e-mail relativo ao tópico; e 4) todas as quintas-feiras será montada uma webconferência, conforme descrito anteriormente. Servindo como fórum de dúvidas, no qual tanto o professor pode responder quanto os estudantes. Por meio deste modo remoto, o professor e estudantes poderão interagir de forma assíncrona e síncrona estabelecendo comunicação direta permanentemente. O feedback sobre o processo de aprendizagem será efetuado por meio do ambiente virtual de aprendizagem e por mensagem de e-mail. Será utilizado o Moodle, a plataforma do Google Meet e um grupo de Whatsapp da disciplina.

7 -Definições Complementares da semana 11 até a semana 16: A interação nesse período poderá ocorrer de maneira semipresencial, caso houver autorização institucional, com encontros pré-agendados para definição do trabalho final da disciplina. Caso não ocorra o modelo semipresencial, continuaremos no modelo remoto não presencial. Para tanto, independentemente da forma, a proposta de elaboração do trabalho final será mantida, com o seguinte cronograma:

Semana 11: 15 e 17/fev.	Semana 12: 22e 24/fev..	Semana 13: 01 e 03/mar.	Semana 14: 08 e 10/mar.	Semana 15: 15 e 17/mar.	Semana 16: 22 e 24/mar.
Definição do trabalho	Elaboração trab. Final	Dúvidas na elaboração	Apresentações do TF	Apresentações do TF	Conclusão da Disciplina

8 – Avaliação e Frequência na Disciplina: A nota final obtida pelo estudante será estabelecida por meio de dois critérios: nota de participação e nota do trabalho final da disciplina, com peso de 50% para cada um dos critérios. Ou seja, somam-se as duas notas e divide-se por dois. A frequência será contabilizada com os retornos das atividades nas aulas assíncronas e pela presença virtual nas aulas síncronas, via webconferência. **Importante:** Deve ser respeitada, por todos, a legislação sobre direitos autorais e os direitos de imagem sobre os conteúdos da disciplina DEF5811.

9 – Bibliografia Básica

CHIAVENATO, I. **Introdução à Teoria Geral da Administração.** RJ, Campus, 3ª edição, 2003. Disponível online: [https://www.academia.edu/9591999/CHIAVENATTO Idalberto Introdu%C3%A7%C3%A3o %C3%A0 teoria geral da administra%C3%A7%C3%A3o 3 a ed](https://www.academia.edu/9591999/CHIAVENATTO_Idalberto_Introdu%C3%A7%C3%A3o_%C3%A0_teor%C3%A9tica_da_administra%C3%A7%C3%A3o_3_a_ed) Acesso em 10 de agosto 2020.

FAYOL, H. **Administração Industrial e Geral.** São Paulo, Atlas, 1981.

Lista de editoras universitárias que disponibilizam ebooks https://www.iq.ufrj.br/arquivos/2020/07/Editoras-que-disponibilizam-livros-para-download-gratuito_atualizado25062020.pdf

10 – Bibliografia Complementar

CAPINUSSU, J. M. **Administração Desportiva Moderna**. São Paulo. Eldorado. 2002.

COSTA, L. P. **Noções de Administração para Profissionais da Educação Física e dos Desportos**. Brasília 1979.

LINDERBERG. N. **Os Esportes: traçado e técnica construtiva dos campos esportivos**. SP. Cultrix, 1976.

MARCOVITCH, Jacques; MACCHIONE SAES, Alexandre (Organização); **Pioneirismo e Educação Empreendedora: projetos e iniciativas**. Fev. 2018, disponível on line: <http://www.livrosabertos.sibi.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/book/192> Acesso em: 10 agosto 2020.

MATOS, Heloiza; GIL, Patrícia (Organização); **Comunicação, Políticas Públicas e Discursos em Conflito**. São Paulo ECA – USP, 2019. disponível online: <http://www.livrosabertos.sibi.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/book/364> Acesso em: 10 agosto 2020.

MELO NETO. F.P. **Marketing Esportivo**. RJ, Record, 4ª edição, 2007.

MOTTA, F. P. **Teoria Geral da Administração**. SP, Pioneira, 2010, 3ª edição revista.

OLIVEIRA, Rogério Paes de. A Educação Física como Elemento Necessário na Formação do Ser Social. **Revista Efdeportes**, Vol.25, N°264 (2020) Disponível Online: <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/efdeportes/article/view/1654/1199> Acesso em: 10 de agosto 2020.

POZZI, L. F. **A Grande Jogada: teoria e prática do marketing esportivo**. SP, Ed. Globo, 1998.

PITTS, B. B.; STOTLAR, D. K. **Fundamentos de marketing esportivo**. São Paulo: Phorte, 2002.

RICHERS, Raimar. **Marketing: uma visão brasileira**. SP. Negócio Editora, 2000.

ZANATTA, Thaís Camargo; FREITAS, Daiane Miranda de; CARELLI, Filipe Gomide; COSTA, Israel Teoldo da. O Perfil do Gestor Esportivo Brasileiro: revisão sistemática da literatura. **Revista Movimento** (Porto Alegre) 24(1) p. 291-304, jan.-mar. 2018 ILUS disponível online: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/73803/47811>

Florianópolis, 16 de setembro de 2021.

Atendimento aos alunos: todas as terças e quintas-feiras, 10h:10 minutos o professor estará on-line pelo celular: 48 99915-7576 e pelo e-mail valmir.oleias@gmail.com disponível para conversar, ministrar as aulas remotamente no modo síncrono, via webconferência, e repassando atividades assíncronas, conforme cronograma estabelecido.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-4774
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021-2

Código: DEF 5812

Disciplina: Teoria e Metodologia do Treinamento Esportivo

Carga Horária: 72 horas/aula (54h teórico-práticas e 18h PPCC)

Pré-requisito: DEF 5897

Professor: Prof. Dr. Ricardo Dantas de Lucas (ramal 4775)

1 EMENTA

Princípios gerais do treinamento esportivo. Relações entre as capacidades físicas e o desempenho esportivo nas diferentes modalidades. Métodos de treinamento físico (cíclicos e acíclicos). Planejamento e Periodização do treinamento em diferentes modalidades. Especificidades do treinamento no esporte adaptado.

2 OBJETIVO GERAL

Aprofundar a discussão dos conceitos e métodos do treinamento e desempenho esportivo, possibilitando a elaboração de um programa periodizado na preparação de atletas de diferentes modalidades.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Elaborar e contrastar diversos conceitos fundamentais do treinamento esportivo.
- 3.2 Identificar e criticar os diversos métodos de treinamento das principais formas de exigência motora.
- 3.3 Elaborar planos de treinamento, justificando a sua estrutura de acordo com os princípios gerais do treinamento e as características da modalidade.
- 3.4 Relacionar e discutir os elementos de preparação física, técnico e tático.
- 3.5 Aplicações de conceitos para o treinamento no esporte paralímpico.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I: Aspectos Gerais Sobre a Teoria do Treinamento

- Breve revisão sobre a evolução do treinamento
- Classificação das modalidades esportivas
- Contribuição aeróbia e anaeróbia em diferentes eventos
- Breve revisão sobre as adaptações determinadas pelo treinamento

4.2 UNIDADE II: Princípios do Treinamento Esportivo

- Individualidade biológica ou das diferenças individuais
- Sobrecarga
- Adaptação
- Especificidade
- Inter-relação volume e intensidade
- Continuidade
- Reversibilidade

4.3 UNIDADE III: Relação entre capacidades físicas e desempenho

- Resistência e aspectos energéticos
- Força e aspectos energéticos
- Velocidade e aspectos energéticos
- Agilidade
- Flexibilidade
- Equilíbrio

4.4 UNIDADE IV: Índices Fisiológicos Associados à Performance aeróbia

- Índices de potência aeróbia (VO_2max , iVO_2max , PV)
- Índices de capacidade aeróbia (Limiares fisiológicos/ Velocidade crítica)
- Utilização na prescrição do treinamento contínuo e intervalado

4.5 UNIDADE V: Métodos de Preparação Física (Cíclicos e Acíclicos)

- Treinamento Contínuo
- Treinamento Intervalado
- Treinamento de Velocidade/Sprints
- Treinamento de Força
- Treinamento Pliométrico
- Treinamento em Circuito

4.6 UNIDADE VI: Planejamento e Periodização do Treinamento

- Aspectos gerais da periodização
- Preparação física, técnica e tática nas diferentes modalidades esportivas
- Ciclos do treinamento
- Estrutura e organização do treinamento no microciclo
- Estrutura e organização do treinamento no mesociclos
- Estrutura e organização do treinamento no macrociclo
- Modelos tradicionais e alternativos de periodização

4.7 UNIDADE VII: Treinamento no esporte adaptado

- Aspectos fisiológicos e antropométricos determinantes de cada deficiência;
- Implicações para o treinamento e o desempenho.

5. METODOLOGIA

As atividades da disciplina serão realizadas no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) Moodle. A aferição da frequência do(a)s estudantes na disciplina ocorrerá pelo acompanhamento da conclusão das atividades do curso, com entrega de atividades dentro do prazo estabelecido. Ao final do semestre, o(a) estudante deverá obter 75% de frequência.

As vídeo-aulas síncronas (ao vivo) ocorrerão, *a priori*, na sala virtual do *BigBlueButton* dentro do ambiente do Moodle da UFSC, totalizando 16 encontros. Outra plataforma poderá ser utilizada caso seja necessário. As vídeo-aulas assíncronas serão utilizadas para apresentar o conteúdo de cada unidade da disciplina, tendo durações variadas conforme o tema abordado. As vídeo-aulas síncronas serão utilizadas principalmente para apresentar, discutir, revisar e solucionar dúvidas sobre as unidades. As datas de realização das vídeo-aulas síncronas serão disponibilizadas no cronograma (Anexo), permitindo tempo hábil para organização do(a)s estudantes. Serão disponibilizados vídeos, textos e slides no AVA para facilitar o processo de ensino-aprendizagem.

Para este plano de ensino emergencial, entende-se por aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual. Aulas não presenciais assíncronas compreendem aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente.

6. AVALIAÇÃO

A atribuição da nota será dividida entre as atividades executadas ao longo do semestre[§], conforme segue:

PESO	AVALIAÇÃO/ TAREFAS	PRAZO ENTREGA
15%	(#1) Atividade: princípios do treinamento esportivo	05/11/2021
15%	(#2) Esquema: capacidades físicas e desempenho nos esportes	19/11/2021
15%	(#3) Questionário síncrono: métodos de treinamento ciclicos e aciclicos	18/12/2021
15%	(#4) Questionário Síncrono: métodos de treinamento intervalado	10/02/2022
40%	(#5) Seminário: apresentação síncrona de planejamento/periodização do treinamento para uma modalidade	11/03/2022 a 18/03/2022
	(#6) Questionário: perguntas e auto-avaliação	26/03/2022

[§]Pode sofrer alterações conforme necessidade da disciplina.

Recuperação: Conforme Art. 70 da Resolução 017/CUn/97, o aluno com frequência suficiente, quando necessário, terá direito a prova escrita com todo conteúdo programático desenvolvido no semestre, dentro do período de recuperação estipulado pelo Calendário Acadêmico da UFSC.

7. CRONOGRAMA PREVISTO

DATAS	CONTEÚDOS	NÚMERO DE AULAS
25/10 a 05/11	Unidade 1	12
08/11 a 22/11	Unidade 2 e 3	12
31/01 a 14/02	Unidade 4	12
18/02 a 21/02	Unidade 5	12
25/02 a 26/03	Unidade 6 e 7	24
Total previsto		72 hrs

Feridos: 02/11, 15/11, 28/02, 01/03, 02/03, 23/03.

8. BIBLIOGRAFIA

8.1. Bibliografia Básica

BOMPA, T.O. Periodization training for sports / Tudor Bompa, Carlo Buzzichelli. Third Edition, 2005.

DENADAI, B; GRECO, C. **Prescrição do treinamento aeróbio: teoria e prática**. Guanabara Koogan, 2005.

DE LUCAS, R.; TURNES, T.; GUGLIELMO, L. Treinamento intervalado: aspectos conceituais e práticos. **Treinamento esportivo: um olhar multidisciplinar**, p. 29.

Modo de acesso: <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/1/6222> ISBN 978-65-5569-023-1

8.2. Bibliografia Complementar

OLIVEIRA, M. et al. Aspectos relacionados com a otimização do treinamento aeróbio para o alto rendimento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 16, n. 1, p. 61-66, 2010.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução nº 06/2021/CUn, de 30 de março de 2021.

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19.

PLANEJAMENTO DAS ATIVIDADES – TEORIA E METODOLOGIA DO TREINAMENTO ESPORTIVO – BACHARELADO

DATA		ATIVIDADE	HORÁRIO	TAREFA
UNIDADES I, II, III, IV e V				
Semana 1	De 25/10 a 29/10	Videoaula assíncrona: Apresentação da disciplina no Ambiente Virtual de Aprendizagem – Moodle AULA síncrona 1: Classificação dos esportes e capacidade físicas	Horário Livre 29/10 (sex) 10:10-11:50h	Tarefa: Preencher seu perfil no Moodle e Apresentar no Fórum da disciplina. Prazo limite: 31/10/21
Semana 2	De 01/11 a 05/11	Videoaula assíncrona 2: Princípios do treinamento esportivo AULA síncrona 2: Capacidades físicas e rendimento esportiva	Horário Livre 05/11 (sexta) 10:10-11:50h	Avaliação 1) Esquema: Princípios do treinamento esportivo. Prazo limite: 05/11/21.
Semana 3	De 08/11 a 12/11	AULA síncrona 3: Índices fisiológicos aeróbios (potência vs. capacidade aeróbia) AULA síncrona 4: Índices fisiológicos aeróbios (potência vs. capacidade aeróbia)	08/11 (seg) 8:30-10:00h 12/11 (sexta) 10:10-11:50h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 4	De 15/11 a 19/11	Videoaula assíncrona 3: Métodos de treinamento cíclicos e acíclicos	Horário Livre	Avaliação 2) Elaborar esquema – capacidades físicas e desempenho nos esportes Prazo limite: 19/11/21 (23:00).
Semana 5	De 22/11 a 26/11	AULA síncrona 5: Métodos de treinamento cíclicos (contínuo vs. Intervalado) Videoaula assíncrona 4: Método de treinamento Intervalado	22/11 (seg) 8:30-10:00h Horário Livre	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 6	De 29/11	AULA síncrona 6: Método de treinamento Intervalado	29/11 (seg)	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle

	a 03/12		8:30-10:00h	
Semana 7	De 06/12 a 10/12	Videoaula assíncrona 5: Métodos de treinamento acíclicos (pliomètria, circuitos etc)	Horário Livre	
Semana 8	De 13/12 a 18/12	AULA síncrona 7: Métodos de treinamento acíclicos (pliomètria, circuitos etc) Avaliação Síncrona	13/12 (seg) 8:30-10:00h 18/12 (sexta) 10:10-11:50h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle Avaliação 3) Questionário síncrono: métodos de treinamento ciclicos e aciclicos Tempo limite: 1h30'
Semana 9	De 31/01 a 06/02	Aula síncrona 12: Discussões e Dúvidas do conteúdo Videoaula assíncrona 6: Introdução ao planejamento do treinamento de atletas	09/08 (seg) 8:30-10:00h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
UNIDADE V – PLANEJAMENTO E PERIODIZAÇÃO DO TREINAMENTO				
Semana 10	De 07/02 a 11/02	AULA síncrona 14: Periodização (ciclos do treinamento)	07/02 (seg) 8:30-10:00h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 11	De 14/02 a 18/02	AULA síncrona 15: Periodização (macrociclos) AULA síncrona 16: Periodização (mesociclos e microciclos)	14/02 (seg) 8:30-10:00h 18/02 (sexta) 10:10-11:50h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle Avaliação 4) Exercícios práticos: métodos de treinamento intervalado Prazo limite: 10/02/22 (23:00).
Semana 12	De 21/02 a 25/02	AULA síncrona 17: Modelos de Periodização AULA síncrona 18: Controle de carga no treinamento	21/02 (seg) 8:30-10:00h 25/02 (sexta) 10:10-11:50h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 13	De 28/02	AULA síncrona 19: Controle de carga no	28/02 (sexta)	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle

	a 04/03	treinamento		10:10-11:50h
Semana 14	De 07/03 a 11/03	AULA síncrona 20: Seminários		11/03 (sexta) 10:10-11:50h Avaliação 5) Seminários
Semana 15	De 14/03 a 18/03	AULA síncrona 21: Seminários		14/03 (seg) 8:30-10:00h Avaliação 5) Seminários
		AULA síncrona 22: Seminários		18/03 (sexta) 10:10-11:50h Avaliação 5) Seminários
Semana 16	De 21/03 a 26/03	Finalização da disciplina.		Horário Livre Tarefa: Questionário: perguntas e auto-avaliação. Pra limite: 26/03/22.
ENCERRAMENTO DO SEMESTRE				



Universidade Federal de Santa Catarina
Centro de Desportos
Departamento de Educação Física
Plano de Ensino – Matriz Instrucional

Código: DEF5814	Nome da disciplina: Estagio Supervisionado em Treinamento e Gestão Esportiva		x	obrigatória		optativa
Nome do professor: Valmir José Oleias, Dr. Antônio Renato P. Moro, Dr.		E-mail do professor: valmir.oleias@gmail.com E-mail da professora: renato.moro@ufsc.br				
Ofertada ao curso: Educação Física (Bacharelado)		Carga horária semestral: 180 h/a (10 créditos)			Período: 2021-2	
1 – EMENTA - Estágio de prática profissional em Educação Física, sob orientação e supervisão docente em gestão esportiva. Planejamento, desenvolvimento de planos e elaboração de relatório de estágio.		2 - OBJETIVO GERAL - Elaborar, ministrar e executar planos ou atividade de gestão esportiva, por meio de uma prática orientada nos diferentes campos de ação do estágio.		3 - OBJETIVOS ESPECÍFICOS 3.1 – Identificar os objetivos da gestão esportiva no campo de estágio; 3.2 – Planejar as ações no campo de atuação escolhido; 3.3 – Elaborar e ministrar os planos de trabalho no campo de atuação; 3.4 – Avaliar os resultados obtidos no estágio em gestão esportiva; 3.5 – Elaborar o relatório de estágio.		
4 – CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	Unidade Única	4.1 - Aplicação de conhecimentos e desenvolvimento das habilidades profissionais dos princípios gerais de gestão esportiva; fundamentos teóricos da administração da Educação Física e do Esporte.				

5 - Tópico/tema e carga horária	Conteúdos	Objetivos de aprendizagem	Recursos didáticos	Atividades e estratégias de interação	Avaliação e feedback
1. Apresentação e funcionamento do Estágio pelo Modelo Remoto	25/out - Envio de Arquivo em PPT as 13h30min aos alunos.	Conhecer o modelo remoto do Estágio e os Locais para realização em 2020-1.	25/out - Arquivo em PPT com orientações e no dia 27/outubro, webconferência para dúvidas (aula síncrona).	Ler os documentos da disciplina de estágio e também no dia 27/out - Participar da aula/conferência	Conhecimento da dinâmica, Avaliação da situação e participação da aula síncrona.
5 horas/aulas	27/out, 13h30min Aula síncrona				
2. Escolha dos Locais de Estágio Remotamente	27/out – 13h30min webconferência para tirar dúvidas, com a Aula síncrona	Definição do local de Estágio para cada matriculado	No dia 27/out, aula/conferência para dúvidas e orientações de forma remota (síncrona).	Participação na webconferência.	Avaliação da participação na discussão por Chat.
5 horas/aulas					
3. Consolidação dos locais de estágio e entrega do plano.	03/nov – Entrega do Plano de Estágio, via e-mail e as 13h30min aula síncrona	Consolidação de orientação de estágio, com entrega de e-mail	03/nov – as 13h30min aula/conferência para solucionar algumas possíveis dúvidas (aula síncrona).	Participar da Conferência da disciplina e Responder oralmente perguntas.	Obtenção de conhecimento por meio de participação virtual, perguntas e respostas sobre o estágio.
5 horas/aulas					
4. Realização do Estágio nos locais escolhidos de forma híbrida (remota e presencial)	Atividades assíncronas no período de realização do estágio, conforme preconiza a Resolução 140/Cun/20	Desenvolvimento de ações orientadas, relacionadas à gestão esportiva	Neste período o contato permanente será com o profissional preceptor, supervisionado pelos professores da disciplina	Assistir à vídeoaula e encaminhar resposta. Participar da WebConferência da disciplina	Participação, envolvimento e execução de atividades previstas pelos estagiários.
120 horas/aulas					
5. Orientações sobre relatório e	21/fevereiro/22 – Envio de Arquivo PPT	Documento de orientação dos	21/fevereiro-22 - Arquivo em PPT, atividade remota	Seguir o detalhamento dos passos indicados e	Disponibilidade para perguntas e

as apresentações.	sobre elaboração do relatório final de Estágio – modo assíncrono, 13h:30.	passos necessário para elaboração do Relatório Final.	assíncrona, com disponibilidade para perguntas e dúvidas por e-mail.	encaminhar dúvidas por e-mail, se ocorrer.	respostas sobre o tema, via e-mail.
5 horas/aulas					
6. Apresentação e Entrega do Relatório Final de Estágio	23/fev – 13:30 horas webconferência para apresentação do relatório final de estágio por meio de uma aula síncrona, via webconferência.	Conhecimento da trabalho desenvolvido por cada estagiário, com orientação remota/hibrida.	23 de março/22, as 13h:30minutos, aula síncrona, webconferência, para exposição do trabalho de estágio supervisionado em Gestão Esportiva.	Assistir todas as apresentações e Participar da WebConferência da disciplina, atividade síncrona.	Avaliação sobre a participação dos estagiários nos campos escolhidos para a realização das atividades de forma presencial e/ou remota.
10 horas/aulas					

6 - Estratégias Metodológicas de Interação e feedback: A interação entre professor e estudantes neste semestre 2021-2 ocorrerá por meio do ambiente virtual e presencial de aprendizagem, conforme preconiza a Resolução 140/Cun/2020 da UFSC e suas adaptações, com o envio de mensagens, fóruns, entre outros, e também por meio de mensagem de e-mail. Serão montadas webconferências, conforme descrito anteriormente, servindo como fórum de dúvidas, no qual tanto o professor pode responder quanto os estudantes. Por meio deste modo remoto o professor e estudantes poderão interagir de forma assíncrona e síncrona estabelecendo comunicação direta permanentemente. O feedback sobre o processo de aprendizagem será efetuado por meio do ambiente virtual de aprendizagem e por mensagem de e-mail. Será utilizado o sistema Moodle, a plataforma do Google Meet e um grupo de Whatsapp da disciplina para maior proximidade, tendo possibilidade de ocorrer o modo presencial nos locais conveniados. **O cronograma suplementar** com datas dos demais encontros e definição das tarefas, será disponibilizado no Moodle, após o diálogo inicial com os alunos matriculados na turma. **O semestre 21-2, compreende 16 semanas de atividade, iniciando no dia 25 de outubro de 2021, tendo o recesso no período de 19 de dezembro à 30 de janeiro de 2022, reiniciando em 31 de janeiro de 2022 e terminando suas atividades em 26 de março de 2022, conforme calendário acadêmico da UFSC.**

Disponível Online: <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/efdeportes/article/view/1654/1199> Acesso em: 10 de agosto 2020.

POZZI, L. F. **A Grande Jogada: teoria e prática do marketing esportivo**. SP, Ed. Globo, 1998.

PITTS, B. B.; STOTLAR, D. K. **Fundamentos de marketing esportivo**. São Paulo: Phorte, 2002.

RICHERS, Raimar. **Marketing: uma visão brasileira**. SP. Negócio Editora, 2000.

ZANATTA, Thaís Camargo; FREITAS, Daiane Miranda de; CARELLI, Filipe Gomide; COSTA, Israel Teoldo da. O Perfil do Gestor Esportivo Brasileiro: revisão sistemática da literatura. **Revista Movimento** (Porto Alegre) 24(1) p. 291-304, jan.-mar. 2018 ILUS disponível online: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/73803/47811>

Florianópolis, 15 de setembro de 2021.

Atendimento aos alunos: os professores estarão on-line pelo celular: (48) 99915-7576 (Valmir) e (48) 84284544 (Moro) e por e-mail valmir.oleias@gmail.com e renato.moro@ufsc.br disponíveis para conversar, ministrar as aulas remotamente no modo síncrono, via webconferência, e repassando atividades assíncronas, conforme cronograma estabelecido, inclusive com perspectivas de visitas dos professores orientadores nos locais de estágio.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC - Brasil
Fones: 48 3721 9462 - Fax: 48 3721 9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO

Código: DEF 5816 -5º fase - Obrigatória
Disciplina: Atividade Física para Grupos Especiais
Carga horária: 3 créditos = 54 horas/aula
Bacharelado em Educação Física
Profº Dr Jucemar Benedet
Semestre: 2021-2

1 EMENTA

Benefícios e riscos do exercício físico. O exercício como fator de prevenção e coadjuvante terapêutico em doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes mellitus, asma, hipertensão arterial, dislipidemias, doenças reumáticas, alterações neurológicas e desvios posturais. Avaliação e prescrição de exercícios para pessoas com necessidades especiais. Bases da reabilitação cardiovascular.

2 OBJETIVO GERAL

Estudar a etiologia e a fisiopatologia das principais doenças não transmissíveis, metabólicas, musculares, osteo-articulares e do ciclo vital, evidenciando suas inter-relações com as atividades físicas, possibilitando a aquisição de conhecimentos para a prescrição de programas de atividades físicas adequados para grupos especiais.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 – Compreender o papel das atividades físicas regulares para o ser humano e suas implicações na saúde.
- 3.2 – Estudar a fisiopatologia das doenças e suas inter-relações com as atividades físicas e o estilo de vida.
- 3.3 - Aprender a avaliar e prescrever atividades físicas para prevenção e tratamento das principais doenças cardiovasculares e metabólicas.
- 3.4 - Reconhecer os diversos grupos especiais que necessitem de prescrição, cuidados e controles especiais.
- 3.5 - Apresentar procedimentos profissionais adequados frente a indivíduos ou grupos que apresentem características especiais.
- 3.6 - Compreender noções gerais e aplicar os princípios básicos da reabilitação cardiovascular.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I

Atividade Física e saúde no contexto atual

Breve revisão dos conceitos e contextos relativos a atividade física, aptidão física e saúde. Impacto das doenças crônicas no Brasil. Transições e etiologia das doenças e agravos não transmissíveis.

4.2. UNIDADE II

Doenças cardiovasculares: fisiopatologia e inter-relações com a atividade física das seguintes doenças:

Doença cardiovascular: coronária

Hipertensão arterial

Doença vascular periférica

Acidente vascular cerebral

Reabilitação cardiovascular (Síntese)

4.3. UNIDADE III

Atividade física e doenças: fisiopatologia e inter-relações com a atividade física das seguintes doenças ou fase do ciclo vital:

Asma

Depressão

Artrose

Gestação

Infância e adolescência

Câncer

4.4. UNIDADE IV

Doenças metabólicas, musculares, osteo-articulares e do ciclo vital: fisiopatologia e inter-relações com a atividade física das seguintes doenças:

Obesidade: metabolismo do tecido adiposo

Diabetes tipo I e II

Osteoporose

Sarcopenia

5. CRONOGRAMA POR UNIDADE DE ENSINO E CARGA HORARIA

Unidades	Horas/aula
Unidade I	06 hs aula
Unidade II	18 hs aula
Unidade III	12 hs aula
Unidade IV	18 hs aula
Total	54

5.1 CRONOGRAMA SEMANAL POR UNIDADES DE ENSINO

Semana I – Apresentação da proposta da disciplina, plano de ensino e demais combinações relativas ao ensino remoto (web-conferência - google meet ou conferênciaweb). Revisão de conteúdos (unidade I). Material da aula (plano e outros) enviado aos alunos via moodle.

Semana II – conteúdos introdutórios – (unidade I). (web-conferência - google meet ou conferênciaweb). Material da aula enviado aos alunos via moodle.

Semanas III a VI - Conteúdos da unidade II distribuídos em 3 blocos de vídeo aulas disponibilizadas no Moodle e 1 web-conferência ao final da unidade (google meet ou conferênciaweb)

Semana VII– Avaliação das unidades I e II (Prova I)

Semanas VIII – Conteúdos da unidade III distribuídos em 1 bloco de leitura para fichamento (artigos em PDF disponibilizados no moodle)

RECESSO ESCOLAR

Semana IX e X - Atividade avaliativa por meio de Web-conferência com apresentação e discussão sobre o fichamento dos artigos (google meet ou conferênciaweb) e entrega via moodle dos fichamentos

Semana XI a XIV - Conteúdos da Unidade IV distribuídos em 3 blocos de vídeo aulas disponibilizadas no moodle e 1 web-conferência ao final da unidade (google meet)

Semana XV – Avaliação da Unidade IV (Prova II)

Semana XVI – Avaliação Final

5.2 CRONOGRAMA SEMANAL POR AULAS

28-10 - Aula síncrona (apresentação)

04-11 - Aula síncrona (conteúdos introdutórios)

11-11 – Vídeo aula

18-11 – Vídeo aula

25-11 – Vídeo aula

02-11 – Aula síncrona (revisão)

09-12 – Avaliação I – unidades I e II

16-12 – Leitura e fichamento

03-02 - Aula síncrona (apresentação e discussão dos fichamentos)

10-02- Aula síncrona (apresentação e discussão dos fichamentos)

17-02 – Vídeo aula

24-02 – Vídeo aula

03-03 – Vídeo aula

10-03– Aula síncrona (revisão unidade IV)

17-03 – Avaliação II – unidade IV

24-03 – Avaliação final

6. METODOLOGIA

Atividades síncronas: 18 hs aula

Atividades assíncronas: 36 hs aula (vídeo aulas, leitura de artigos, fichamento de artigos, fórum, chat, e-mail).

Recursos Didáticos: Vídeo aulas, textos em PDF, web-conferências, leituras complementares, vídeos.

Atividades e estratégias de interação

- ✓ Assistir vídeo aulas
- ✓ Participar do fórum
- ✓ Participar das discussões das aulas síncronas

A interação entre professor e estudantes ocorrerá por meio do ambiente virtual de aprendizagem com o envio de mensagens, fóruns, entre outros, como também por meio de mensagem de e-mail. Estão previstas também seis web-conferências onde o professor e estudantes poderão interagir de forma síncrona e se comunicarem diretamente. O feedback sobre o processo de aprendizagem será efetuado por meio do ambiente virtual de aprendizagem e por mensagem de e-mail.

Frequência: A frequência será acompanhada por meio da entrega das tarefas e presença nas aulas síncronas

Prática Como Componente Curricular com as seguintes características:

- ✓ Leitura de artigos disponibilizados via moodle
- ✓ Elaboração de fichamento de artigos
- ✓ Discussão sobre leitura de artigos
- ✓ Mapa conceitual da disciplina

7. AVALIAÇÃO

Serão realizadas 4 avaliações com os seguintes instrumentos e características:

Prova unidades I e II. Atividade entregue via Moodle (peso 30).

Prova unidade IV. Atividade entregue via moodle (peso 30).

Fichamento de artigo (unidade III) - Atividade entregue via moodle (peso 20)

Apresentação e discussão **dos artigos fichados** (unidade III)- (peso 20)

8. BIBLIOGRAFIA

Todos os materiais necessários para a disciplina serão disponibilizados aos alunos por meio digital na plataforma MOODLE. Serão disponibilizados arquivos em PDF das aulas síncronas, vídeo-aulas das aulas assíncronas, artigos em PDF para leituras complementares e para realização dos fichamentos. Alguns textos complementares podem ser acessados nestes links:

http://publicacoes.cardiol.br/2014/diretrizes/2014/Diretriz_de_Consenso%20Sul-Americano.pdf

<https://www.scielo.br/pdf/rpp/v26n4/a13v26n4.pdf>

<https://www.scielo.br/pdf/fm/v26n1/22.pdf>

<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/2014/2193>

<http://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/108796/107224>

<https://www.youtube.com/watch?v=oE4ZbD1yA3Y>



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis (SC) Brasil
Fone: (48) 3721-9462 - Fax: (48) 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021.2

Código: DEF 5818

Disciplina: Educação Física Adaptada

Carga Horária: 04 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Prof^a. Dr^a. Gabriela Fischer – gabriela.fischerrs@gmail.com ou g.fischer@ufsc.br

Horário de Atendimento: Google Meet com agendamento prévio.

1. EMENTA

Caracterização das pessoas com necessidades especiais. Atividades físicas e as deficiências: deficiências mentais, deficiências físicas e deficiências sensoriais. Processos inclusivos e metodologias da atividade motora adaptada. Prática pedagógica sob a orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida e experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Caracterizar os grupos de necessidades especiais e os grupos especiais, indicando atividades adequadas e promovendo ações educativas para contribuir com a intervenção no mundo cotidiano (trabalho, lazer, educação, esporte e outros).

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Identificar as características dos grupos de necessidades especiais;
- 3.2. Preparar profissionais para atuar frente à realidade do mundo contemporâneo;
- 3.3. Estimular ações afirmativas que promovam a inclusão das pessoas com necessidades especiais na sociedade;
- 3.4. Desenvolver perspectivas de ação didático-pedagógicas para pessoas com necessidades especiais em ambientes educacionais e outras instituições.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I

Introdução a Educação Física, Educação Física Inclusiva, Modelo médico e modelo social da deficiência, Classificação Internacional de Funcionalidade, Desenvolvimento Motor típico e Atípico.

4.2. UNIDADE II

Caraterização das deficiências sensoriais (visual, auditiva, surdocegueira), deficiência física, deficiência intelectual e múltipla (transtornos do neurodesenvolvimento e síndrome de down). Atividade física para pessoas com deficiência e a promoção da saúde. Estratégias de ensino para as diferentes deficiências, recursos pedagógicos.

5. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

- A disciplina para ensino remoto será estruturada em tópicos. Cada tópico será composto por atividades síncronas e assíncronas.
- Atividades Síncronas (em tempo real) via chat, aulas dialogadas por webconferência (Google Meet) e apresentação de trabalhos por webconferência.
- Atividades Assíncronas: material disponível no Moodle para leitura de apoio (aulas em pdf, capítulos de livro e artigos), vídeo-aula gravadas, realização de tarefas e trabalhos como estudo dirigido, síntese de artigos, resenha de filmes e documentários, minicursos com quiz (CIF) e exercícios associados com os tópicos que serão abordados.

6. AVALIAÇÃO e FREQUÊNCIA

A avaliação será do tipo formativa/somativa, ou seja, ao final de cada tópico haverá uma nota atribuída às atividades/tarefas desenvolvidas. A nota final do semestre será a média de todas as tarefas. A frequência será vinculada à entrega das atividades. Não será realizado controle de frequência nas atividades síncronas.

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA (disponível no acervo da BU UFSC)

CAMARGOS R Ana Cristina et al. Fisioterapia em pediatria: da evidência à prática clínica. 1. ed. Rio de Janeiro: Medbook, 2019.

GREGUOL, Marcia & DA COSTA, Roberto Fernandes. Atividade Física Adaptada: qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais 3 ed. Sao Paulo: Manole 2013.

MAUERBERG – DE CASTRO Atividade Física Adaptada TECMEDD 2011

9. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

CIF BRASIL **Portal Multifuncional da CIF**, 2021. Canal eletrônico para facilitar a aplicação da CIF. Disponível em: <http://www.cifbrasil.com.br/pt-br>. Acesso em: 22 mar. 2021.

DINIZ, D. A revisão do modelo médico. In:_____. O que é deficiência 1. ed. São Paulo: Brasiliense, 2007. 41-57 p.

GREGUOL, M. **Atividades físicas e esportivas e pessoas com deficiência**. *Background paper*. Brasília: PNUD, Relatório de Desenvolvimento Humano Nacional, 2017.

LBI **Lei Brasileira de Inclusão**. Disponível em: <https://www.maragabrilli.com.br/wp-content/uploads/2016/03/Guia-sobre-a-LBI-digital.pdf> Acesso em: 22 mar. 2021

MENDES, R.H. (org.) **Educação inclusiva na prática: experiências que ilustram como podemos acolher todos e perseguir altas expectativas para cada um**. 1. ed. São Paulo: Fundação Santillana, 2020. 206p. [disponível online <https://fundacaosantillana.org.br/publicacao/educacao-inclusiva-na-pratica/>]

NAHAS, M.V. Qualidade de vida e a pessoa com deficiência. In:_____. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017. 226-240 p. [disponível online https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_llduWnhVZnP7.pdf]

*Artigos estão disponíveis no MOODLE.

10. CRONOGRAMA

Semana/Tópicos	Conteúdo	Recursos
Aula de boas vindas: Introdução Educação Física Adaptada Síncrona: 2h Assíncrona: 2h	Apresentação do plano de ensino	Moodle, email, chat, Google meet Data:25/010 10:10
TÓPICO 1 Modelo Médico x Biopsicossocial da Deficiência Síncrona: 6h Assíncrona: 12 h	CID e CIF	Atividades síncronas (3 aulas dialogadas – tira dúvida no Google meet) Data e horário: 01/11 10:10 08/11 10:10 aplicações da CIF – Palavras favoritas. Atividades assíncronas:

		Leitura de textos, estudo dirigido (nota), minicurso online com quiz (nota), Artigo-aplicações da CIF em estudos da Educação Física (nota)
<p>TÓPICO 2</p> <p>Desenvolvimento Infantil – Típico e atípico – Estimulação precoce</p> <p>Síncrona: 4h</p> <p>Assíncrona: 4h</p>	<p>Desenvolvimento motor no primeiro ano de vida; Estimulação precoce: lidando com crianças de risco biológico e psicossocial e suas famílias; emoções.</p>	<p>Atividades síncronas (2 aulas dialogadas no Google meet)</p> <p>Data e horário:</p> <p>22/11 10:10</p> <p>29/11 10:10</p> <p>Atividades assíncronas: aula em pdf, 2 artigos – ficha de leitura (nota), vídeos, vídeo aula, documentário Bebê em Foco.</p>
<p>TÓPICO 3</p> <p>Deficiências Físicas</p> <p>Síncrona: 8h</p> <p>Assíncrona: 8h</p>	<p>Paralisia Cerebral; Lesão Medular; Amputação, Distrofias.</p> <p>Caracterização, cuidados, atividade física, estratégias pedagógicas no ensino de exercícios, adaptações para intervir dentro e fora da escola, inclusão.</p>	<p>Atividades síncronas (3 aulas dialogadas (estudos de caso) no Google meet)</p> <p>Data e horário:</p> <p>06/12 10:10</p> <p>13/12 10:10</p> <p>31/01/2022 10:10</p> <p>07/02/2022 10:10</p> <p>Atividades assíncronas: aulas em pdf, leitura de capítulos de livro para apoio, tarefa google docs (nota), vídeos, videoaula, rede social, filmes.</p>
<p>TÓPICO 4</p> <p>Deficiências Sensoriais</p>	<p>Deficiência Visual, Auditiva, Surdocegueira.</p> <p>Caracterização, cuidados, atividade física, estratégias pedagógicas no ensino de exercícios, adaptações para</p>	<p>Atividades síncronas (2 aulas dialogadas (estudos de caso) no Google meet)</p> <p>Data e horário:</p>

<p>Síncrona: 4h</p> <p>Assíncrona: 10h</p>	<p>intervir dentro e fora da escola, inclusão.</p>	<p>14/02 10:10</p> <p>21/02 17:10</p> <p>Atividades assíncronas: aulas em pdf, leitura de capítulos de livro para apoio, tarefa google docs (nota), vídeos, videoaula, rede social, filmes.</p>
<p>TÓPICO 5</p> <p>Deficiências do Neurodesenvolvimento</p> <p>Síncrona: 6h</p> <p>Assíncrona: 8h</p>	<p>Síndrome de Down; Deficiência Intelectual; Transtorno Espectro Autista.</p> <p>Caracterização, cuidados, atividade física, estratégias pedagógicas no ensino de exercícios, adaptações para intervir dentro e fora da escola, inclusão.</p>	<p>Atividades síncronas (2 aulas dialogadas (estudos de caso) no Google meet)</p> <p>Data e horário:</p> <p>07/03 10:10</p> <p>14/ 03 10:10</p> <p>21/ 03 10:10</p> <p>Atividades assíncronas: aulas em pdf, leitura de capítulos de livro para apoio, tarefa google docs (nota), vídeos, videoaula, rede social, filmes.</p>



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



Campus Universitário, s/n, Trindade, Florianópolis, SC. CEP: 88040-900

Telefone: (48) 3721.9462 - Fax: (48) 3721.9368

E-mail: def@contato.ufsc.br; secretariadef@cds.ufsc.br

PLANO DE ENSINO – 2021.2

Curso: Educação Física – Bacharelado

Disciplina: Teoria e Metodologia do Condicionamento Físico

Código: DEF 5820

Turma: 02444

Créditos: 4

Carga horária: 72 horas/aula; 18 horas PPCC

Pré-requisitos: DEF 5897 Adaptações Orgânicas ao Exercício

Professor: Prof. Dr. Ramon Cruz (ramon.cruz@ufsc.br)

1. EMENTA

Princípios gerais do condicionamento físico. Efeitos agudos e crônicos do exercício físico. Aptidão física: conceitos e tendências. Desenvolvimento das qualidades físicas básicas (força, resistência e flexibilidade) e complementares (velocidade, agilidade, coordenação e equilíbrio). Sistemas e métodos de desenvolvimento da condição física. Lesões musculoesqueléticas no condicionamento físico: riscos, prevenção e cuidados.

2. OBJETIVO GERAL

Possibilitar a formação de profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente em programas de condicionamento físico, por meio de diferentes manifestações e expressões do movimento humano, voltados para a promoção da saúde e do condicionamento físico.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar e compreender os princípios básicos do condicionamento físico;
- Identificar e descrever os principais efeitos adaptativos do condicionamento físico;
- Conceituar aptidão física, condição física, descrevendo as tendências para a saúde e ao desempenho humano;
- Identificar e discutir os princípios que fundamentam o desenvolvimento das qualidades físicas básicas - força, resistência, flexibilidade - e as complementares - velocidade, coordenação, agilidade, descontração, ritmo e equilíbrio.
- Selecionar e aplicar os modernos sistemas e métodos de condicionamento físico, face as diferentes necessidades e interesses do indivíduo e/ou do grupo;

- Identificar os principais riscos e cuidados para a prevenção de lesões musculoesqueléticas na prática do condicionamento físico;
- Observar e atuar em práticas pedagógicas junto à programas de condicionamento físico (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares).

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 Unidade I Princípios gerais do condicionamento físico.

- Revisão da bioenergética
- Aptidão física: conceitos e tendências
- Componentes da aptidão física relacionados a saúde
- Princípios do treinamento relacionado à saúde
- Revisão dos índices fisiológicos utilizados para a prescrição e controle da intensidade do exercício ($VO_2\max$, máxima velocidade aeróbia e frequência cardíaca) - Treinamento contínuo e intervalado

4.2 Unidade II Efeitos agudos crônicos do exercício físico

- Definições de efeitos agudos e crônicos
- Adaptações metabólicas relacionadas aos sistemas energéticos
- Adaptações cardiorrespiratórias: aspectos centrais e periféricos
- Bases moleculares da adaptação ao exercício crônico
- Adaptações fisiológicas do treinamento de força

4.3 Unidade III Capacidades motoras condicionantes e coordenativas: princípios que fundamentam o seu desenvolvimento

- Desenvolvimento da aptidão aeróbia, anaeróbia e resistência muscular localizada;
- Desenvolvimento da força dinâmica, estática e explosiva;
- Desenvolvimento da velocidade
- Desenvolvimento da flexibilidade;
- Desenvolvimento das capacidades físicas coordenativas (coordenação, equilíbrio e agilidade).

4.4 Unidade IV Métodos de treinamentos das qualidades físicas

- Método de treinamento contínuo e intervalado para o desenvolvimento do componente aeróbio e anaeróbio
- Métodos de treinamento da força ativa e reativa (musculação e pliometria)
- Métodos de treinamento da flexibilidade
- Métodos de treinamento da velocidade
- Métodos de treinamento capacidades físicas coordenativas

5. METODOLOGIA DE ENSINO

- Atividades síncronas: Estão previstos 2 encontros síncronos, um para apresentação da disciplina (semana 1) e outro para sanar eventuais dúvidas acerca do andamento do curso (semana 8). Caso necessário, mais encontros síncronos poderão ser agendados. Os encontros síncronos serão realizados na plataforma *WebConference* ou na plataforma

GoogleMeet, com o link sendo disponibilizado na plataforma Moodle para todos os discentes.

- Atividades assíncronas: Serão realizadas por meio de (i). aulas virtuais gravadas e disponibilizadas para os estudantes sobre os conteúdos programáticos previstos para a disciplina. (ii). Participação em fóruns dos conteúdos programáticos e demais atividades do curso. Todas as atividades assíncronas serão realizadas na plataforma Moodle, com o Ambiente Virtual de Ensino-Aprendizagem (AVEA) oficial da UFSC.
- Todos os materiais didáticos (textos, vídeos, páginas da Internet) serão disponibilizados para os estudantes, na plataforma Moodle.
- Atenção, caso seja necessário, o presente plano de ensino será atualizado. Sendo que, todos os matriculados serão notificados dos ajustes realizados.

6. AVALIAÇÃO

A nota final na disciplina corresponderá ao somatório das seguintes avaliações:

- **Participação nos fóruns:** Trata-se de responder/participar dos fóruns que serão realizados ao longo do semestre, sobre os conteúdos desenvolvidos no mesmo (Favor, consultar o quadro 1 para maiores detalhes).
- **Estudo dirigido:** Ao longo da disciplina três estudos dirigidos serão realizados. Essa atividade irá contemplar os conteúdos da disciplina (aulas, textos e demais materiais bibliográficos).
- **Trabalho final:** O trabalho final será apresentar um plano de atividade para o condicionamento físico. Nessa tarefa, as pessoas matriculadas deverão escolher um dos conteúdos da disciplina, bem como um público alvo para propor um plano de atividade que tenha por objetivo aprimorar o condicionamento físico. Atenção, é importante ressaltar que não há previsão/planejamento de atividades práticas presenciais para esta disciplina, portanto, os planos não serão executados na prática.

A partir disso, a nota final da disciplina é computada conforme abaixo:

Nota final: (Participação nos fóruns * 0,3) + (Estudo dirigido * 0,4) + (trabalho final * 0,3)

- **Frequência:** Ao todo, estão previstas 16 atividades para aferir a frequência, todas assíncronas. A frequência será atribuída pela participação nos fóruns, entrega dos estudos dirigidos e trabalho final. Sendo, 100% frequente o (a) discente que participar/entregar todas as atividades.

Observação: Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre, exceto nas disciplinas que envolvam Estágio Curricular, Prática de Ensino e Trabalho de Conclusão do Curso ou equivalente, ou disciplinas de caráter prático que envolvam atividades de laboratório ou clínica definidas pelo Departamento e homologados pelo Colegiado de Curso, para as quais a possibilidade de nova avaliação ficará a critério do respectivo Colegiado do Curso.

Art. 71 - Todas as avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondada para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72- A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.

7. CRONOGRAMA

Quadro 1. Cronograma de conteúdos

Semana (C.H.)	Conteúdo	Avaliação/Frequência
	Encontro síncrono para apresentar a disciplina	
Unidade I	1 (4h) Revisão da bioenergética e dos índices fisiológicos utilizados para a prescrição e controla da intensidade do exercício (VO_2 max, máxima velocidade aeróbia e frequência cardíaca)	Fórum
	2 (6h) Aptidão física: conceitos e tendências e Componentes da aptidão física relacionados a saúde	Fórum
	3 (4h) Princípios do treinamento relacionado à saúde	Fórum
	4 (4h) Treinamento contínuo e intervalado	Estudo dirigido
Unidade II	5 (4h) Definições de efeitos agudos e crônicos	Fórum
	6 (6h) Adaptações metabólicas relacionadas aos sistemas energéticos e Adaptações cardiorrespiratórias: aspectos centrais e periféricos	Fórum
	7 (4h) Bases moleculares da adaptação ao exercício crônico e Adaptações fisiológicas do treinamento de força	Estudo dirigido
	Encontro síncrono para sanar eventuais dúvidas	
Unidade III	8 (6h) Desenvolvimento da aptidão aeróbia, anaeróbia e resistência muscular localizada	Fórum
	9 (4h) Desenvolvimento da força dinâmica, estática e explosiva e Desenvolvimento da velocidade	Fórum
	10 (4h) Desenvolvimento da flexibilidade e Desenvolvimento das capacidades físicas coordenativas (coordenação, equilíbrio e agilidade).	Estudo dirigido
Unidade IV	11 (4h) Método de treinamento contínuo e intervalado para o desenvolvimento do componente aeróbio e anaeróbio	Fórum
	12 (4h) Métodos de treinamento da força ativa e reativa (musculação e pliometria)	Fórum
	13 (4h) Métodos de treinamento da flexibilidade	Fórum
	14 (4h) Métodos de treinamento da velocidade	Fórum
	15 (6h) Métodos de treinamento capacidades físicas coordenativas	Trabalho final
16 (4h)	Recuperação [#]	Fórum final (frequência)

[#] A recuperação será sobre todo o conteúdo estudado, e a avaliação ocorrerá na plataforma Moodle. C. H. Carga horária. As 72h referentes à disciplina foram integralizadas durante as 16 semanas do semestre letivo em caráter excepcional, respeitando o calendário acadêmico aprovado para 2021/2.

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

Dantas, E.H.M. **A Prática da Preparação Física**. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

Howley, E.T.; Franks, B.D. **Manual do instrutor de condicionamento físico para a saúde**. 3 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000 (1 volume).

Nieman, D.C. **Exercício e Saúde**. São Paulo: Manole, 1999 (4 volumes)

Sharkey, B.I. **Condicionamento físico e saúde**. Porto Alegre: Artrud, 1998 (4 volumes BU).

Weineck, J. **Treinamento Ideal**. São Paulo: Manole, 2003



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA

CENTRO DE DESPORTOS

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus João Ferreira Lima – 88.040-900 - Florianópolis - SC - Brasil

Fone: (48) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 - e-mail: def@contato.ufsc.br

Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021-2

Com as alterações decorrentes da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020

Código: DEF 5821

Disciplina: Medidas e Avaliação em Educação Física A

Turma: 04444

Fase: 4ª fase – Bacharelado

Carga Horária: 04 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professor: Diego Augusto Santos Silva (E-mail: diego.augusto@ufsc.br)

Atendimento aos alunos: via e-mail institucional (diego.augusto@ufsc.br) e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e/ou *Google Meets*. O atendimento via *Google Meets* se dará às quartas-feiras das 13:30h às 15:00h, sendo que para tal o aluno deverá enviar uma mensagem para o e-mail institucional do Professor da disciplina (diego.augusto@ufsc.br) e/ou uma mensagem via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle com 72h úteis de antecedência solicitando o atendimento para que o Professor gere o link de acesso à sala virtual do *Google Meets*. Além disso, os alunos podem solicitar atendimento pelo próprio e-mail, em que eles enviarão uma mensagem para o e-mail institucional do Professor (diego.augusto@ufsc.br) e/ou pelo Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle. Com o prazo de até 72h úteis, o Professor da disciplina irá responder a mensagem do aluno. O Professor não se responsabiliza se a mensagem enviada pelo(a) aluno(a) para o e-mail institucional (diego.augusto@ufsc.br) e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, não chegar ao destinatário em decorrência de problemas de conexão com a internet e/ou problemas no provedor de e-mail institucional e/ou problemas no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

1 EMENTA

Teste, medida e avaliação em Educação Física: conceitos e princípios básicos. Tipos de testes utilizados em Educação Física. Características dos testes: validade e reprodutibilidade. Escalas de medidas. Áreas de avaliação na Educação Física: cineantropométrica, neuromotora, metabólica, cognitiva e afetiva. Princípios da avaliação de habilidades esportivas. Construção e uso de baterias de testes. Medidas da atividade física.

2 OBJETIVO GERAL

Definir e discutir as diferentes áreas de avaliação em Educação Física, identificando problemas e soluções na seleção e administração de testes e instrumentos de medidas, assim como interpretar adequadamente os resultados obtidos através destes instrumentos.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1** Definir e diferenciar testes, medidas e avaliação;
- 3.2** Demonstrar as modalidades de avaliação;
- 3.3** Compreender diferentes instrumentos de avaliação, o processo de construção e validação de um instrumento de medida;
- 3.4** Identificar e vivenciar as diversas áreas de avaliação em Educação Física;
- 3.5** Definir e caracterizar as baterias de testes em Educação Física;
- 3.6** Identificar e caracterizar a aplicação de uma bateria de testes.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – Conceitos e princípios básicos da avaliação em Educação Física. Áreas de avaliação em Educação Física. Tipos de testes utilizados em Educação Física. Características dos testes: validade e reprodutibilidade. Escalas de medidas. Avaliação cineantropométrica na Educação Física.

4.2 UNIDADE II – Avaliação neuromotora na Educação Física. Avaliação metabólica na Educação Física. Avaliação cognitiva e afetiva na Educação Física. Avaliação de habilidades esportivas. Construção e uso de baterias de testes. Medidas da atividade física.

4.3 UNIDADE III – Práticas Pedagógicas como Componente Curricular – PPCC (assistir aos vídeos recomendados pelo docente que estão disponíveis na plataforma Youtube e que tratam do protocolos de testes físicos relacionados aos conteúdos da disciplina).

5 METODOLOGIA

- Os componentes curriculares dessa disciplina ofertada na vigência do cronograma estabelecido no Calendário Suplementar Excepcional em decorrência da Resolução Normativa Nº140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020, serão os mesmos da disciplina ofertada no período anterior à crise sanitária decorrente da pandemia de COVID-19.
- Conforme o calendário acadêmico da instituição, esse semestre 2021.2 terá 16 semanas letivas.
- Os componentes curriculares de caráter teórico dessa disciplina serão compostos por atividades síncronas e assíncronas.
- Os componentes curriculares de caráter prático dessa disciplina serão compostos por atividades síncronas e assíncronas. Os(as) alunos(as) vivenciarão os testes e as baterias de testes nas suas próprias residências a partir do uso de materiais existentes ou da elaboração de materiais simples para esse fim.
- As atividades síncronas estão planejadas para ocorrerem nas datas: 25/10/2021; 29/11/2021; 14/02/2022; 14/03/2022. Detalhes adicionais sobre datas da disciplina podem ser consultados no cronograma da disciplina mais a frente nesse plano.
- Essa disciplina, a partir do Calendário Suplementar Excepcional em decorrência da Resolução Normativa Nº140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020, terá 17% da carga horária total composta por atividades síncronas e 83% da carga horária total composta por atividades assíncronas.
- As atividades síncronas dessa disciplina ocorrerão em formato de aulas expositivas e dialogadas utilizando o Google Meets.
- O link de acesso ao Google Meets para as atividades síncronas é o seguinte: <http://meet.google.com/bgo-yass-miq>
- As atividades síncronas ocorrerão em tempo real e não serão gravadas para disponibilização futura aos(as) alunos(as).
- As atividades síncronas dessa disciplina serão realizadas dentro do horário estabelecido na grade-horária, ou seja, nas segundas-feiras, das 07h:30min às 10h:00min, conforme os dias estabelecidos no cronograma desse Plano de Ensino.
- As atividades assíncronas dessa disciplina serão disponibilizadas aos estudantes, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, utilizando tecnologias de informação e comunicação.
- Dentre as atividades assíncronas que serão disponibilizadas aos alunos em formato de vídeo (mp4) estarão as vídeoaulas expositivas gravadas pelo próprio Professor da disciplina que tratarão de todos os conteúdos da disciplina.
- Dentre as atividades assíncronas que serão disponibilizadas aos alunos em formato de vídeo (mp4) estarão vídeos disponíveis gratuitamente na plataforma/website YOUTUBE para as atividades de PPCC.

- Dentre as atividades assíncronas que serão disponibilizadas aos alunos estarão textos em formato PDF ou WORD que tratam da temática abordada na disciplina.
- Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoicoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/> (ver cronograma mais a frente).
- A bibliografia principal da disciplina a ser utilizada na vigência do Calendário Suplementar Excepcional em decorrência da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020 será disponibilizada pelo Professor da disciplina, em forma digital (arquivos do tipo PDF, ou WORD, ou vídeo em formato mp4., ou o link do vídeo disponível na internet), no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

6 FREQUÊNCIA

6.1 Atividades síncronas

- Nos dias dos encontros síncronos, a frequência será registrada a partir da presença do(a) discente na atividade.
- O(A) discente que não estiver presente nos dias dos encontros síncronos receberá falta.
- A falta do(a) discente nos dias dos encontros síncronos, corresponderá a 03 faltas, pois os encontros síncronos serão nos dias/horários equivalentes a carga de 03 horas-aulas da disciplina.
- As atividades síncronas estão planejadas para ocorrerem nas datas: 25/10/2021; 29/11/2021; 14/02/2022; 14/03/2022. Detalhes adicionais sobre datas da disciplina podem ser consultados no cronograma da disciplina mais a frente nesse plano.

6.2 Atividades assíncronas

- Semanalmente será disponibilizado para os(as) alunos(as) uma pergunta no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle sobre a temática semanal da disciplina.
- Essa pergunta será relacionada ao tema disponibilizado na semana da aula.
- A pergunta será construída no próprio Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle que registra, automaticamente, para o docente da disciplina, qual discente respondeu e qual discente não respondeu o questionamento, dentro do horário permitido para que a pergunta ficasse disponível para o(a) discente.

- O(A) aluno(a) deverá responder a pergunta, uma única vez em cada semana letiva, para que a frequência semanal na disciplina seja efetivada.
- O(A) aluno(a) que não responder a pergunta em alguma semana letiva receberá falta na disciplina, naquela referida semana.
- Se a semana tiver somente atividades assíncronas e o(a) aluno(a) não responder a pergunta receberá a quantidade de faltas correspondente a quantidade de carga-horária semanal da disciplina. **ATENÇÃO:** Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoicoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/> (ver cronograma mais a frente).
- Se a semana tiver atividades síncronas e assíncronas, o(a) aluno(a) que não responder a pergunta da semana receberá a quantidade de falta correspondente somente as atividades assíncronas. Pois, a frequência na atividade síncrona será computada pela participação do(a) discente na atividade síncrona. **ATENÇÃO:** Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoicoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/> (ver cronograma mais a frente).
- A pergunta será utilizada somente para registro da frequência, de modo que o fato de responder corretamente ou erroneamente a alguma pergunta não incidirá, respectivamente, em benefício ou prejuízo avaliativo em termos de nota na disciplina ao(à) discente.
- A pergunta ficará disponível para que o(a) aluno(a) responda das 07h:30min das segundas-feiras às 23h:00min do sábado.
- Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoicoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/> (ver cronograma mais a frente).
- Na semana de avaliação não terá pergunta da semana referente ao tema, pois nesse caso, a frequência na disciplina será computada a partir da entrega por parte do(a) discente da atividade avaliativa. O(A) discente que não entregar a atividade avaliativa na respectiva data, receberá falta na disciplina na respectiva semana.

7 AVALIAÇÃO

7.1 – 1ª avaliação (0,0 a 10,0 pontos) - Montagem de uma ficha de avaliação física devidamente justificada.

A avaliação será individual. Na avaliação será permitido que os(as) alunos(as) consultem os materiais bibliográficos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

Na avaliação será permitido que os(as) alunos(as) busquem outros materiais bibliográficos que estejam disponíveis gratuitamente na internet, desde que coloque a devida citação e referência bibliográfica encontrada.

Na avaliação poderá ter questões fechadas (i.e., múltipla escolha; verdadeiro/falso) e/ou questões abertas (i.e., escrever respostas argumentativas; cálculos).

Essa avaliação será disponibilizada aos(às) alunos(as), via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, na primeira semana letiva.

Os alunos deverão entregar essa avaliação, via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, até as 23h00minh do dia 13/12/2021.

O(a) discente que não entregar a avaliação via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle até as 23h00minh do dia 13/12/2021 ficará com nota zero nessa avaliação.

7.2 – 2ª avaliação (0,0 a 10,0 pontos) - avaliação teórica sobre os conteúdos da disciplina.

A avaliação será individual.

Na avaliação será permitido que os(as) alunos(as) consultem os materiais bibliográficos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

Na avaliação poderá ter questões fechadas (i.e., múltipla escolha; verdadeiro/falso) e/ou questões abertas (i.e., escrever respostas argumentativas; cálculos).

Essa avaliação será disponibilizada aos(às) alunos(as), via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

Essa avaliação será disponibilizada aos(às) alunos(as) no dia 07/03/2022.

Os(as) alunos(as) poderão fazer essa avaliação das 07:30h até às 23:00h do dia 07/03/2022.

Essa avaliação deverá ser entregue via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle até às 23:00h do dia 07/03/2022.

O(a) aluno(a) que não fizer a avaliação teórica na data/hora estipulada receberá a nota zero.

Nota final: média aritmética simples das duas notas obtidas nas avaliações.

RECUPERAÇÃO: TODO O CONTEÚDO VISTO DURANTE O SEMESTRE.

(0,0 a 10,0 pontos)

A avaliação será individual.

Na avaliação será permitido que os(as) alunos(as) consultem os materiais bibliográficos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

Na avaliação poderá ter questões fechadas (i.e., múltipla escolha; verdadeiro/falso) e/ou questões abertas (i.e., escrever respostas argumentativas; cálculos).

Essa avaliação será disponibilizada aos(às) alunos(as), via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

Essa avaliação será disponibilizada aos(às) alunos(as) no dia 21/03/2022.

Os(as) alunos(as) poderão fazer essa avaliação das 07:30h até às 23:00h do dia 21/03/2022.

Essa avaliação deverá ser entregue via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle até às 23:00h do dia 21/03/2022.

O(a) aluno(a) que não fizer a avaliação teórica na data/hora estipulada receberá a nota zero.

8 BIBLIOGRAFIA

8.1 Bibliografia básica que será disponibilizada pelo professor, em forma digital, arquivo do tipo PDF, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle. Capítulos completos do livro e/ou trechos de capítulos do livro serão disponibilizados:

- ARAUJO, C.G.S. Flexiteste - um Método Completo para Avaliar a Flexibilidade. Barueri: Manole, 2005.
- BARROS, M. V. G.; NAHAS, M. V. Medidas da Atividade Física: Teoria e Aplicação para Diversos Grupos Populacionais. 1. ed. Londrina - PR: Midiograf, 2003. v. 1. 160p
- COLÉGIO AMERICANO DE MEDICINA DO ESPORTE. **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição.** 8. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.
- HEYWARD, V.H. **Avaliação física e prescrição de exercício:** técnicas avançadas. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.
- MATOS, O. **Avaliação Postural e prescrição de exercícios corretivos.** 2ª Ed. São Paulo: Phorte Editora, 2014.
- MCARDLE, W.D. et al. **Fisiologia do exercício:** nutrição, energia e desempenho humano. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
- NORTON, K.; OLDS, T. **Antropométrica:** um livro sobre medidas corporais para o esporte e cursos da área de saúde. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- PETROSKI, E.(Org.). **Antropometria:** técnicas e padronizações. Blumenau: Nova Letra, 2007.

- POWERS, S.K.; HOWLEY, E.T. **Fisiologia do exercício**: teoria e aplicação ao condicionamento físico e ao desempenho. 6. ed. São Paulo: Manole, 2009.
- SILVA, D.A.S. **Composição corporal humana na Educação Física**. Curitiba: CRV editora, 2020.

8.2 Bibliografia básica que será disponibilizada pelo professor, em forma digital, arquivo do tipo mp4. ou o link do website, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

- Francis Holway Nutricion. Medición Antropométrica por Francis Holway - Parte 1. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ZbqplsCh1K0&t=171s>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Francis Holway Nutricion. Medición Antropométrica por Francis Holway - Parte 4 - Perímetros. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=u4pvAZGldxg>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Francis Holway Nutricion. Medición Antropométrica por Francis Holway - Parte 3 - Pliegues Cutáneos. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=wl3Wrlox6go&t=583s>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Hifisio. Escoliose? Saiba Como Identificar. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=kS9D7Zl5rKM>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Uniguaçu. Teste cifose estrutural x funcional - Rodrigo Fenner. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=_H-s5_q6xEs. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Ginasiumtutoriais. Teste Sentar e Alcançar. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=RPA8W9IYC5U>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Ginasiumtutoriais. Teste Mobilidade de Ombros. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=2UJWmfeMing>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Ginasiumtutoriais. Teste Abdominal. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=OwYaQ-St7jM>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Ginasiumtutoriais. Teste Puxada em Suspensão na Barra. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=t_R4wQijEsc. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Ginasiumtutoriais. Teste Suspensão na Barra. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=JCxixp_VOmU. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Ginasiumtutoriais. Teste Salto em Distância Parado. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=n4oBTsFuTEU>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- CBMGO. TAF CBMGO - Flexão de Braços - Sexo Feminino. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Nvl9R4Pse0E>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- CBMGO. TAF CBMGO Flexão de Braços - Sexo Masculino. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=YUfcKjtqRYM>. Acesso em: 31 Jul. 2020.

- Ginasiumtutoriais. Teste Caminhada/Corrida Vai-e-Vem. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=IPM2BV-3vfg>. Acesso em: 31 Jul. 2020.
- Ginasiumtutoriais. Teste de Caminhada/Corrida de Longa Duração. **YOUTUBE**, 31 Jul. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=CDjIW5DQJgQ>. Acesso em: 31 Jul. 2020.

Cronograma das atividades do semestre 2021.2*

Data	Tipo de atividade	Conteúdo	Hora-aula
25/10	Síncrona: aula expositiva e dialogada (Google Meets: http://meet.google.com/bgo-yass-miq)	Unidade I	03
01/11	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF.	Unidade I	03
04/11	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4).	Unidade I	01
08/11	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Revisar o texto complementar em formato PDF.	Unidade I	03
11/11	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Revisar o texto complementar em formato PDF.	Unidade I	01
18/11	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF.	Unidade I	01
20/11	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo (Sábado)**	PPCC	02
22/11	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF.	Unidade I	03
25/11	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Revisar o texto complementar em formato PDF.	Unidade I	01
29/11	Síncrona: aula expositiva e dialogada (Google Meets: http://meet.google.com/bgo-yass-miq)	Unidade I	03
02/12	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo.	Unidade I	01
06/12	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF.	Unidade I	03
09/12	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Revisar o texto complementar em formato PDF.	Unidade I	01
11/12	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo (Sábado)**	PPCC	02
13/12	Assíncrona: 1ª Avaliação (trabalho a ser entregue via Moodle)	Avaliação Unidade I	03
16/12	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo.	PPCC	01
18/12	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo (Sábado)**	PPCC	02
31/01	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF.	Unidade II	03
03/02	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo.	PPCC	01
05/02	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Revisar o texto complementar em formato PDF. (Sábado)**	Unidade II	02
07/02	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF.	Unidade II	03
10/02	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4).	Unidade II	01
12/02	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo (Sábado)**	Unidade II	02
14/02	Síncrona: aula expositiva e dialogada (Google Meets: http://meet.google.com/bgo-yass-miq)	Unidade II	03
17/02	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4).	Unidade II	01
19/02	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). (Sábado)**	Unidade II	02
21/02	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF.	Unidade II	03
24/02	Assíncrona: Revisar o vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4).	Unidade II	01

	Revisar o texto complementar em formato PDF.		
03/03	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo	PPCC	01
05/03	Assíncrona: Vídeo da aula expositiva disponível no Moodle (formato .mp4). Textos complementares em formato PDF. (Sábado)**	Unidade II	03
07/03	Assíncrona: 2ª Avaliação (Prova disponível no Moodle)	Avaliação Unidades II	03
10/03	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo.	PPCC	01
14/03	Síncrona: aula expositiva e dialogada (Google Meets: http://meet.google.com/bgo-yass-miq)	PPCC	03
17/03	Assíncrona: Vídeo do YOUTUBE (formato .mp4) com aplicação prática do conteúdo.	PPCC	01
21/03	Assíncrona: Recuperação (Prova disponível no Moodle, ou Google Forms, ou outra plataforma on-line).	Avaliação Recuperação PPCC	03
24/03	Assíncrona: fechamento das notas.	Avaliação PPCC	01

*O cronograma é uma previsão das atividades. O mesmo pode ser alterado a depender de acontecimentos ou do andamento da disciplina ao longo do semestre.

** Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para atividades da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoiocoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/>

**As atividades do sábado letivo serão todas assíncronas.

MATRIZ INSTRUCIONAL

Código: DEF 5821		Nome da disciplina: Medidas e Avaliação em Educação Física A		Disciplina: Obrigatória	
Nome do professor: Diego Augusto Santos Silva			E-mail do professor: diego.augusto@ufsc.br		
Oferta ao curso: Educação Física		Carga horária semestral: 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PPCC)		Período: 2021.2	
Tópico/tema e carga horária efetivamente ministrada.	Conteúdos	Objetivos da aprendizagem	Recursos didáticos	Atividades e Estratégias de interação	Avaliação e feedback
Unidade I (27 horas)	<p>Conceitos e princípios básicos da avaliação em Educação Física.</p> <p>Áreas de avaliação em Educação Física.</p> <p>Tipos de testes utilizados em Educação Física.</p> <p>Características dos testes: validade e reprodutibilidade.</p> <p>Escalas de medidas.</p> <p>Avaliação cineantropométrica na Educação Física.</p>	<p>Definir e diferenciar testes, medidas e avaliação;</p> <p>Demonstrar as modalidades de avaliação;</p> <p>Compreender diferentes instrumentos de avaliação, o processo de construção e validação de um instrumento de medida;</p> <p>Identificar e vivenciar as diversas áreas de avaliação em Educação Física;</p>	<p><u>Aspecto teórico-prático:</u></p> <p>- Atividade síncrona: aula expositiva e dialogada via Google Meets; Discussão sobre os assuntos teórico-práticos da disciplina</p> <p>- Atividade assíncrona: vídeo aulas gravadas pelo Professor da disciplina (formato .mp4); texto em PDF e/ou WORD; vídeos do YOUTUBE (formato .mp4)</p>	<p>Participar das discussões em tempo real;</p> <p>Ler os textos;</p> <p>Assistir aos vídeos;</p> <p>Responder a(às) pergunta(s) da semana para registro de frequência na disciplina.</p>	<p>Avaliação teórica sobre os assuntos da unidade.</p>
Unidade II (27 horas)	<p>Avaliação neuromotora na Educação Física.</p> <p>Avaliação metabólica na Educação Física.</p> <p>Avaliação cognitiva e afetiva na Educação Física.</p> <p>Avaliação de habilidades esportivas.</p> <p>Construção e uso de baterias de testes.</p> <p>Medidas da atividade física.</p>	<p>Identificar e vivenciar as diversas áreas de avaliação em Educação Física;</p> <p>Definir e caracterizar as baterias de testes em Educação Física;</p> <p>Identificar e caracterizar a aplicação de uma bateria de testes.</p>	<p><u>Aspecto teórico-prático:</u></p> <p>- Atividade síncrona: aula expositiva e dialogada via Google Meets; Discussão sobre os assuntos teórico-práticos da disciplina</p> <p>- Atividade assíncrona: vídeo aulas gravadas pelo Professor da disciplina (formato .mp4); texto em PDF e/ou WORD; vídeos do YOUTUBE (formato .mp4)</p>	<p>Participar das discussões em tempo real;</p> <p>Ler os textos;</p> <p>Assistir aos vídeos;</p> <p>Responder a(às) pergunta(s) da semana para registro de frequência na disciplina.</p>	<p>Avaliação teórica sobre os assuntos da unidade.</p>
Unidade III PPCC (18 horas)	<p>Práticas Pedagógicas como Componente Curricular – PPCC (assistir os vídeos recomendados pelo docente que estão disponíveis na plataforma YOUTUBE e que tratam do protocolos de testes físicos relacionados aos conteúdos da disciplina).</p>	<p>Identificar e vivenciar aspectos relacionados aos protocolos práticos de avaliação em Educação Física</p>	<p><u>Aspecto teórico-prático:</u></p> <p>- Atividade assíncrona: vídeos do YOUTUBE (formato .mp4)</p>	<p>Discutir tais aspectos práticos nas atividades síncronas da disciplina;</p> <p>Responder a(às) pergunta(s) da semana para registro de frequência na disciplina.</p>	<p>Feedback sobre os vídeos de aplicação prática do conteúdo</p>



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



Campus Universitário, s/n, Trindade, Florianópolis, SC. CEP: 88040-900.

Telefone: (48) 3721.9462 - Fax: (48) 3721.9368

E-mail: def@contato.ufsc.br; secretariadef@cds.ufsc.br

PLANO DE ENSINO- 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Curso: Bacharelado em Educação Física

Disciplina: Avaliação e Prescrição de Exercícios

Código: DEF 5822

Turma: 05444

Créditos: 3

Carga horária: 54 horas/aula, incluindo 18 horas/aula em PPCC

Professor: Profa. Dra. Aline Mendes Gerage (alinegerage@yahoo.com.br)

Horário de atendimento do professor: terças-feiras, das 14h20min às 16h00min

1. EMENTA

Princípios gerais na avaliação e prescrição de exercícios. Avaliação da aptidão física: testes de campo e de laboratório; máximos e submáximos; diretos e indiretos. Avaliação preliminar de saúde e classificação de risco. Avaliação e prescrição de exercícios para aptidão cardiorrespiratória, força e resistência muscular, flexibilidade e composição corporal. Programas (softwares) de avaliação e prescrição de exercícios. Aderência em programas de exercícios.

2. OBJETIVO GERAL

Adquirir conhecimentos para intervir na avaliação e prescrição de exercícios físicos voltados à promoção da saúde e ao desempenho atlético.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conhecer os conceitos e princípios da avaliação e prescrição de exercícios;
- Empregar a avaliação preliminar de saúde na identificação dos riscos;
- Selecionar e aplicar testes para a avaliação física;

- Prescrever exercícios para a aptidão cardiorrespiratória, força, resistência muscular localizada, flexibilidade e composição corporal, voltados à promoção da saúde e ao desempenho atlético;
- Reconhecer os principais motivos para adoção, manutenção e desistência em programas de exercícios físicos;

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- ☞ **UNIDADE 1:** Conceitos introdutórios para a avaliação e prescrição de exercícios. Avaliação preliminar de saúde e classificação de risco. Avaliação da aptidão física relacionada à saúde. Princípios da avaliação e da prescrição de exercícios.
- ☞ **UNIDADE 2:** Recomendações de atividade física para populações saudáveis. Prescrição de exercícios para a aptidão cardiorrespiratória.
- ☞ **UNIDADE 3:** Prescrição de exercícios físicos para a aptidão muscular e flexibilidade. Adesão, aderência e desistência de programas de exercícios físicos.
- ☞ **UNIDADE 4:** Prescrição de exercícios para grupos especiais.

5. METODOLOGIA DE ENSINO

- Todas as atividades da disciplina serão realizadas/disponibilizadas via ambiente virtual de ensino e aprendizagem do MOODLE.
- As aulas síncronas serão realizadas nas plataformas Google Meet, Conferência Web ou Big Blue Button. Os links serão disponibilizados previamente via moodle.
- Para aulas assíncronas, serão disponibilizados vídeo-aulas, textos para leitura e realização de tarefas da disciplina, incluindo a elaboração de materiais audiovisuais (vídeos e *podcasts*), preenchimento de quiz de perguntas e realização dos estudos de casos (Prática Pedagógica como Componente Curricular - PPCC).
- A frequência na disciplina será vinculada à entrega das atividades nos prazos estipulados e à participação nas atividades síncronas.

6. AVALIAÇÃO

A nota final na disciplina corresponderá ao somatório das seguintes avaliações:

- **Trabalhos em grupo:** Abrange a entrega de dois trabalhos em grupo. O primeiro, a ser realizado na unidade 1, envolverá a elaboração de um *podcast*, ao passo que o segundo, realizado na unidade 3, será a elaboração de um vídeo. Constituirão 30% da nota final da disciplina.
- **Trabalhos individuais:** Abrange a entrega de três tarefas individuais de fixação de conteúdo, a serem realizadas ao longo do semestre (quiz de perguntas). Constituirão 20% da nota final da disciplina.
- **PPCC:** Abrange a entrega de quatro estudos de casos, feitos ao longo do semestre, individualmente (classificação e estratificação de risco, prescrição de exercícios aeróbios, estruturação e montagem de treino resistido, prescrição de exercícios para grupos especiais). Equivale a 50% da nota final da disciplina.

Desta forma, a nota final da disciplina é computada conforme abaixo:

$$\text{Nota final} = (\text{MÉDIA DE TG1 e TG2} \times 0,30) + (\text{MÉDIA DE TI1, TI2 e TI3} \times 0,20) + (\text{MÉDIA DE PPCC1, PPCC2, PPCC3 e PPCC4} \times 0,50)$$

Legenda: TG = trabalho em grupo. TI = trabalho individual. PPCC = prática pedagógica como componente curricular.

Observação: os alunos com frequência suficiente, que obtiverem notas entre 3,0 e 5,5 farão prova de recuperação final (art. 70, §2º e art. 71, §3º), que abrangerá todo o conteúdo desenvolvido no semestre.

7. CRONOGRAMA

Data	Conteúdo	Estratégia/ metodologia	Carga horária
27/10	Apresentação e discussão do plano de ensino	Videoconferência (síncrona)	3h
	Avaliação preliminar – anamnese e estratificação de risco		
03/11	PPCC 1 – estratificação de risco	Estudo de caso 1 - elaboração de material escrito (assíncrona)	4h
10/11	Avaliação postural, da aptidão física relacionada à saúde e avaliação funcional do movimento	TG1 (em grupo) – elaboração de podcasts (assíncrona)	4h
		TI1 - quiz de perguntas (assíncrona)	1h
17/11	Princípios da prescrição de exercícios Princípios básicos de treinamento	Videoaula (assíncrona)	2h
		TI2 - quiz de perguntas (assíncrona)	1
24/11	Prescrição de exercícios aeróbios	Videoconferência (síncrona)	3h
01/12	PPCC 2 – prescrição de exercícios aeróbios	Estudo de caso 2 - elaboração de material escrito (assíncrona)	4h
08/12	Prescrição de exercícios resistidos	Videoconferência (síncrona)	3h
15/12	Sistemas de treinamento	TG2 (em grupo) - Elaboração de vídeos (assíncrona)	4h
02/02	Prescrição de exercícios resistidos	Videoconferência (síncrona)	1h
	PPCC 3 – prescrição de exercícios resistido	Estudo de caso 3 - elaboração de material escrito (assíncrona)	3h
09/02	Prescrição de exercícios de flexibilidade Adesão e aderência em programas de exercícios	Videoaula (assíncrona)	1h
		Leitura de texto (assíncrona)	2h
		TI3 - quiz de perguntas (assíncrona)	1h
16/02	Feedback dos trabalhos sobre prescrição de exercícios resistidos	Videoconferência (síncrona)	3h
23/02	Prescrição de exercícios para grupos especiais – obesidade	Leitura de texto (assíncrona)	1h
		Videoaula (assíncrona)	2h
02/03	Prescrição de exercícios para grupos especiais – hipertensão e diabetes tipo 2	Videoconferência (síncrona)	4h
09/03	PPCC 4 – prescrição de exercícios para grupos especiais	Estudo de caso 4 - elaboração de material escrito (assíncrona)	3h
16/03	Encerramento da disciplina/ RECUPERAÇÃO	--	4h
23/03	FERIADO	--	--

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição.** 8 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010. – 20 exemplares disponíveis na BU-UFSC.

FARINATTI, P.; MONTEIRO, W.D. **Fisiologia e avaliação funcional.** Rio de Janeiro: Sprint, 1992.

HEYWARD, Vivian H. **Avaliação física e prescrição de exercício: técnicas avançadas.** 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004. xiv,319 – 10 exemplares disponíveis na BU-UFSC.

9. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BROOKS, Douglas. **Manual do personal trainer: um guia para o condicionamento físico completo.** Porto Alegre: Artmed, 2000. 256 p. – 4 exemplares disponíveis na BU-UFSC.

DENADAI, Benedito Sérgio; GRECO, Camila Coelho. **Prescrição do treinamento aeróbio: teoria e prática.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. 140 p. – 1 exemplar disponível na BU-UFSC.

LANCHA JUNIOR, Antonio Herbert; LANCHI, Luciana Oquendo Pereira. **Avaliação e prescrição de exercícios físicos: Normas e diretrizes.** 1. ed. Barueri: Manole, 2016. 304 p.

MARINS, João Carlos Bouzas.; GIANNICHI, Ronaldo Sérgio. **Avaliação e prescrição de atividade física: guia prático.** 2. ed. Rio de Janeiro: Shape, 1998. 287 p. – 9 exemplares disponíveis na BU-UFSC.

PITANGA, Francisco José Gondim. **Orientações para Avaliação e Prescrição de Exercícios Físicos Direcionados à Saúde.** 1. ed. São Paulo: Malorgio Studio, 2019. 357 p. Disponível em: <https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/7e02a5c44298e22ad31dce23f52948b9.pdf>

PRESTES, Jonato; FOCHINI, Denis; MARCHETTI, Paulo; CHARRO, Mario. **Prescrição e periodização do treinamento de força em academias.** 2. ed. Barueri: Manole, 2015. 272 p.

10. BIBLIOGRAFIA DE ACESSO REMOTO

Toda a bibliografia de acesso remoto será disponibilizada, via moodle, ao longo do semestre.



Curso: Bacharelado em Educação Física

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

PLANO DE ENSINO

Código: DEF 5823

Disciplina: Atividade Física em Academia

Oferta: 5ª fase do Curso de Bacharelado em Educação Física – disciplina obrigatória

Carga Horária: 03 h/a semanais – 54 h/a semestrais (36 h/a teórico-práticas e 18 h/a PPCC)

Pré-requisitos: Não há

Professora: Lara Elena Gomes Marquardt

E-mail: lara.gomes@ufsc.br

1 EMENTA

Bases teórico-metodológicas de atividades físicas em academias. Planejamento e execução de programas de ginástica: aeróbica, localizada, alongamento, hidroginástica e musculação. Programas especiais de exercícios em academias. Orientação personalizada. Montagem de seqüências e blocos coreográficos de ginástica aeróbica e localizada.

2 OBJETIVO GERAL

Contribuir para a formação do Bacharel em Educação Física, capaz de estimular a prática de Atividades Físicas em Academia, consciente, espontânea, pautada nos princípios da Educação Física.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Conhecer as bases teóricas e técnicas relacionadas aos exercícios aplicados em programas de Ginástica de Academia;
- 3.2 Planejar, elaborar e reestruturar exercícios para programas de Ginástica de Academia;
- 3.3 Prescrever exercícios para sessões de Ginástica de Academia e personalizada;
- 3.4 Elaborar e aplicar planos de sessões em programas de Ginástica de Academia.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – Considerações Gerais sobre Ginástica de Academia:

4.1.1 Histórico da Ginástica de Academia;

4.1.2 Tipos de programas de ginásticas de academia (aeróbicas, localizadas e alongamentos);

4.1.3 Partes de uma aula de Ginástica de Academia (aquecimento, desenvolvimento, resfriamento).

4.1.4 Musicalidade na Ginástica de Academia e Princípio do Pé Pronto.

4.2 UNIDADE II – Tipos de Ginástica de Academia:

4.2.1. Técnicas de alongamentos;

4.2.2. Técnicas de resfriamento

4.2.3. Ginástica localizada;

- 4.2.4. Ginástica Aeróbica;
 - 4.2.5. Step Training;
 - 4.2.6. Sessões pré-coreografadas (Body Systems, FitPro, entre outros);
 - 4.2.7. Circuit training;
 - 4.2.8. Pilates;
 - 4.2.9. Personal training;
 - 4.2.10. Hidroginástica.
- 4.3 UNIDADE III - Metodologia e técnicas nas sessões de Ginástica de Academia:
- 4.3.1. Estrutura metodológica na construção e planejamento de sessões de Ginástica de Academia;
 - 4.3.2. Prática pedagógica de elaboração e aplicação de sessões de ginástica.
- 4.4 UNIDADE IV - Administração de academia:
- 4.4.1. Gestão e montagem de academia;
 - 4.4.2. Estruturação das atividades na academia.

5 METODOLOGIA

- 5.1 Atividades síncronas e assíncronas: Serão realizadas aulas síncronas e assíncronas conforme o cronograma. Para isso, o Moodle, como Ambiente Virtual de Ensino-Aprendizagem (AVEA) oficial da UFSC, será a principal ferramenta para gerenciar as atividades, os arquivos com conteúdos, as avaliações e a interação inicial entre docente e discentes. Conforme o andamento da disciplina e as necessidades dos estudantes, poderá haver mais aulas síncronas.
- 5.2 Qualquer aluno, em caso de dúvidas, poderá solicitar um encontro de forma síncrona com a docente para ser realizado, preferencialmente, no dia e no horário da aula. A solicitação deve ser feita via e-mail ou por envio de mensagem pelo Moodle até às 09 horas da manhã na segunda-feira para o encontro ocorrer na terça-feira. Todos os alunos serão avisados desse agendamento caso desejarem participar também.
- 5.3 Para as aulas assíncronas, o controle da frequência será realizada a partir da realização das avaliações. Toda a aula terá uma avaliação, predominando avaliações formativas, mas que também serão usadas como somativas. Desse modo, a realização da avaliação, independentemente da nota, implicará na presença do aluno; já a não realização implicará na ausência do aluno. Para as aulas síncronas, o controle da frequência será realizado computando a presença ou ausência na aula.
- 5.4 A avaliação de qualquer natureza tem uma data pré-fixada conforme o cronograma da disciplina. Em relação às avaliações das aulas assíncronas, o aluno terá até às 23:00 do dia anterior da próxima aula (toda segunda-feira da semana seguinte) para o envio da avaliação. Após esse horário e dia, a avaliação será encerrada.
- 5.5 As 18 horas de Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares (PPCC) serão cumpridas por meio de atividades e vivências contextualizadas e de reflexões a partir de contextos apresentados em ambiente virtual.

6 AVALIAÇÃO

- 6.1 Avaliação, via Moodle, de cunho mais formativa (mas também como somativa) como forma de controle da frequência e de acompanhamento; cada uma valerá 10,0; já a média desse quesito será a nota final para a estimativa da média final (AVALIAÇÃO); essa avaliação será realizada por diferentes formas (fórum, glossário, tarefa ou questionário).
- 6.2 Aula prática e plano de aula, valendo 10,0 (AVALIAÇÃO PRÁTICA).
- 6.3 Apresentação de artigo científico, valendo 10,0 (AVALIAÇÃO TEÓRICA).
- 6.4 Se um aluno não atingir a nota mínima para aprovação, será realizada uma prova com todo o conteúdo programático, dentro do período de recuperação estipulado pelo calendário da UFSC.

A nota final será determinada por meio da média aritmética das avaliações conforme a equação:

$$(AVALIAÇÃO + AVALIAÇÃO PRÁTICA + AVALIAÇÃO TEÓRICA) / 3 = MÉDIA FINAL$$

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre, exceto nas disciplinas que envolvam Estágio Curricular, Prática de Ensino e Trabalho de Conclusão do Curso ou equivalente, ou disciplinas de caráter prático que envolvam atividades de laboratório ou clínica definidas pelo Departamento e homologados pelo Colegiado de Curso, para as quais a possibilidade de nova avaliação ficará a critério do respectivo Colegiado do Curso.

Art. 71 - Todas as avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondada para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72- A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.

7 CRONOGRAMA

- Este é o provável cronograma, uma vez que pode sofrer alterações.

Data	Conteúdos e Atividades
26/10	Apresentação da docentes, dos discentes e da disciplina (aula síncrona). Contextualização da ginástica de academia (aula assíncrona).
02/11	Movimentos articulares, grupos musculares, tipos de ação muscular, análise de movimentos (aula assíncrona).
09/11	Disfunções musculoesqueléticas comuns (aula assíncrona).
16/11	Treinamento personalizado; gestão de academia (aula assíncrona).
23/11	Aulas <i>on line</i> ; Partes de uma aula – aquecimento, desenvolvimento, resfriamento (aula assíncrona).
30/11	Plano de aula; Alongamento e flexibilidade (aula assíncrona).
07/12	Musicalidade; modalidades ginástica aeróbia; sistemas padronizados de ginástica (aula assíncrona).
14/12	Ginástica localizada; aulas em circuito (aula assíncrona).
01/02	HIIT; Cross Fit; Treinamento funcional (aula assíncrona).
08/02	Introdução à Periodização do Treinamento (aula assíncrona).
15/02	Método Pilates (aula assíncrona).
22/02	Avaliação prática e avaliação teórica (aula síncrona).
01/03	Exercícios físicos na água (aula assíncrona).
08/03	Avaliação prática e avaliação teórica (aula síncrona).
15/03	Avaliação prática e avaliação teórica (aula síncrona).
22/03	Recuperação via Moodle (aula assíncrona).

8 BIBLIOGRAFIA BÁSICA

ANTUNES, F.; SABA, F. **Gestão do atendimento**: Manual prático para academias e centros esportivos. SP: Manole, 2003.

COSTA, M. G. **Ginástica Localizada**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

CONTURSI, T. L. **Ginástica Estética em Academia**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

GERALDELES, A. A. R. **Ginástica Localizada**: Teoria e Prática. Rio de Janeiro: Sprint, 1993.

MALTA, P. **Step Aeróbico e Localizado**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.

NOVAES, J. S. **Ginástica em Academia no Rio de Janeiro**: Uma pesquisa histórica-descritiva. Rio de Janeiro: Sprint, 1991.

PEREIRA, M. **Academia**: Estrutura técnica e administrativa. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

9 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BOTTON, C. F.; PINTO, R. S. Déficit bilateral: origem, mecanismos e implicações para o treino de força. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v.14, n.6, p.749-761, 2012.

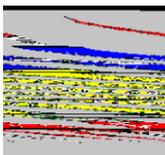
DEL VECCHIO, F. B.; GALLIANO, L. M.; COSWIG, V. S. Aplicações do exercício intermitente de alta intensidade na síndrome metabólica. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. Pelotas/RS, v. 18, n.6, p. 669-687, nov. 2013.

MATOS, A. C.; MELCHOR, P. **Comece Certo**: Academia de ginástica. São Paulo, SEBRAE, 2008.

OLKOSKI, M. M.; TOSSET, D.; WENTZ, M. D.; MATHEUS, S. C. Comportamento de variáveis fisiológicas durante a aula de hidroginástica com mulheres. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v.12, n., p. 43-48, 2010.

RABELO, D. **Ideias de Negócios**: Personal trainer. São Paulo, SEBRAE, s.d.

ZIPPERER, J. R.; HESS, D.; JACINTO, K. Revisão analítica do impacto femoroacetabular. **Revista Acta Brasileira do Movimento Humano**, v.2, n.2, p.14-24 – Abr/Jun, 2012.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis - SC

Fone: 483721 9462 – 3721 9062

E-mail: def@cds.ufsc.br; secretariadef@cds.ufsc.br



PLANO DE ENSINO - 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020, às Resoluções Normativas 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020 e 090/2021/CGRAD, de 19 de maio de 2021 e o Guia de orientações para preparação de retorno gradual de atividades presenciais na UFSC, Pré-Fase 2.

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA

Código: DEF 5824 – Turmas A e B

Disciplina: Estágio Supervisionado em Avaliação e Prescrição de Exercícios

Curso: Bacharelado em Educação Física

Carga horária: 180 horas/ aula - 10 créditos

Professores: Giovani Firpo Del Duca e Aline Mendes Gerage da Silva (Turma A)

Cintia de la Rocha Freitas e Juliano Dal Pupo (Turma B)

II. EMENTA

Estágio de prática profissional em Educação Física, sob orientação e supervisão docente, na avaliação e prescrição de exercícios. Planejamento, ministração de sessões e relatório de estágio.

III. OBJETIVO GERAL

Planejar, discutir e ministrar as avaliações e prescrições de exercícios por meio de uma prática orientada nos diferentes campos de ações.

III. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar as características do grupo a ser trabalhado;
- Planejar a prescrição de exercícios físicos dos alunos, em seu campo de ação;
- Discutir os métodos adotados na avaliação dos exercícios físicos para os grupos a ser trabalhados;
- Prescrever e avaliar exercícios físicos para os grupos a serem trabalhados;
- Relatar e avaliar as ocorrências registradas no campo de estudo.

IV. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Unidade I: Observação e análise do campo de atuação.
- Unidade II: Avaliações dos grupos a serem trabalhados.
- Unidade III: Prescrição de exercícios físicos a partir das avaliações realizadas.
- Unidade IV: Desenvolvimento das atividades programadas no local de estágio.
- Unidade V: Relatório e socialização do conhecimento das práticas.

V. MÉTODOS DE ENSINO

- A disciplina será desenvolvida em formato híbrido, a partir do ambiente virtual de ensino e aprendizagem do Moodle, com possibilidade da presença dos estudantes nos campos de estágio obrigatório, que dependerá do aceite dos estudantes, professores da disciplina, responsáveis técnicos do campo de estágio, das diretrizes institucionais e da situação sanitária local decorrente da pandemia.
- As aulas síncronas serão realizadas em a partir do ambiente virtual de ensino e aprendizagem do Moodle, considerando a participação simultânea dos docentes e discentes no mesmo ambiente virtual.
- As atividades assíncronas compreendem aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente.
- No caso das aulas síncronas, serão utilizadas as plataformas BigBlueButton, Google Meet ou Conferência Web. Os links serão disponibilizados previamente via moodle ou e-mail.
- Para as atividades assíncronas, serão propostas tarefas dentro da intervenção, incluindo uma qualificação da proposta e apresentação de relatório final.
- As atividades deverão ser postadas no Moodle da disciplina. Tarefas postadas fora do prazo não serão consideradas para avaliação.
- A frequência nas aulas síncronas da disciplina será avaliada por meio de ingresso no ambiente virtual de ensino. No caso da frequência das atividades assíncronas será avaliada pela postagem de tarefas. O número de presenças será relativo à carga horária da aula síncrona/atividade assíncrona. Caso o estudante opte por atuar no campo de estágio, será exigida a frequência de 100% da carga horária neste local durante a intervenção.

VI. AVALIAÇÃO

- Nota 1: Estudos de caso simulados (apresentação + avaliação) – Peso 3

- Nota 2: Intervenção prática (referencial teórico, planejamento, condução e relatório final)
– Peso 7

$$\text{Nota Final} = (\text{N1} \times 1) + (\text{N2} \times 2) + (\text{N3} \times 7) // 10$$

VII. CRONOGRAMA

Data	Modalidade	Conteúdo	Estratégia
26/10	Assíncrona (5h)	Início do semestre letivo	Contato via Moodle
28/10	Feriado	-	-
02/11	Feriado	-	-
04/11	Síncrona (5h)	Apresentação da disciplina e do plano de ensino.	Videoconferência/ chat
09/11	Assíncrona (5h)	Cadastro no SIARE	Estudo de material técnico
11/11	Síncrona (5h)	Cadastro no SIARE	Videoconferência/ chat
16/11	Assíncrona (10h)	Finalização do SIARE/postagem dos TCE	Estudo de material técnico
18/11	Síncrona (5h)	Orientações sobre os estudos de caso simulados.	Videoconferência/chat
23/11	Assíncrona (10h)	Estudo de caso simulado	Condução de estudo de caso e postagem de relatório
25/11	Assíncrona (10h)	Estudo de caso simulado	Condução de estudo de caso e postagem de relatório
30/11	Assíncrona (5h)	Estudo de caso simulado	Avaliação dos estudos de caso simulados, por parte dos alunos.
02/12	Síncrona (5h)	Encontro para discussão dos estudos de casos simulados	Videoconferência
07/12	Assíncrona (15h)	Planejamento da intervenção (campo ou estudo de caso)	Elaboração de plano de trabalho
09/12	Síncrona (5h)	Encontro para discussão dos estudos de casos simulados	Videoconferência
14/12	Síncrona (5h)	Apresentação da proposta de intervenção	Videoconferência
16/12	Síncrona (5h)	Apresentação da proposta de intervenção	Videoconferência
01/02	Assíncrona (5h)	Início da intervenção	Prática de prescrição orientada
08/02	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada
10/02	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada
15/02	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada
17/02	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada
22/02	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada
24/02	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição

			orientada
01/03	Feriado		
03/03	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada
08/03	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada
10/03	Assíncrona (5h)	Intervenção	Prática de prescrição orientada; elaboração de vídeo para apresentação.
15/03	Síncrona (5h)	Apresentação dos relatórios da intervenção	Videoconferência
17/03	Síncrona (5h)	Apresentação dos relatórios da intervenção	Videoconferência
22/03	Assíncrona (5h)	Encerramento da disciplina	Divulgação das notas
24/03	Assíncrona (5h)	Encerramento da disciplina	Divulgação das notas

VIII. PRAZOS PARA ENTREGA DAS TAREFAS

Prazo de entrega	Atividade	Forma de envio
25/11	Entrega dos estudos de caso simulados	Postagem no Moodle
30/11	Postagem das avaliações dos estudos de caso simulados	Postagem no Moodle
14/03	Vídeo com relatório do estudo de caso com intervenção	Postagem no Moodle

IX. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição**. 8a ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.

DANTAS, E. H. M. **Flexibilidade, Alongamento e Flexionamento**. Rio de Janeiro: Shape, 1991.

GUISELINI, Mauro A & BARBANTI, Valdir J. **FITNESS - Manual do Instrutor**. São Paulo: Balieiro, 1993.

HEYWARD, V. H. **Avaliação física e prescrição de exercícios: técnicas avançadas**, 4a ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

MAHLER, D. A. Colégio Americano de Medicina Esportiva. **Manual para teste de esforço e prescrição de exercício**, 5a ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.

PEREIRA, M. **Administração sem segredo: sua academia rumo ao sucesso**. Editora Phorte. São Paulo, 2005.

RODRIGUES, C. E. & CARNAVAL, P.E. **Musculação: Teoria e Prática**. Rio de Janeiro: Sprint, 1985.

SABA, F. **Liderança e Gestão: Para academias e clubes esportivos**. São Paulo: Phorte, 2006.

X. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- ACHOUR JUNIOR, A **Bases Para Exercícios de Alongamento**. Londrina: Midiograf, 1996.
- ANTUNES, F. & SABA, F. **Gestão do atendimento: manual prático para academias e centros esportivos**. SP: Manole, 2003.
- BARBANTI, V. J. & GUISELINI, M. A. **Exercícios Aeróbicos**. São Paulo: Balieiro, 1985.
- BARBANTI, V. J. **Treinamento Físico**. São Paulo: CLR Balieiro, 1996.
- CONTURSI, T. L. **Ginástica Estética em Academia**. Rio de Janeiro: Sprint, 1986.
- CONTURSI, T.L. **Flexibilidade e Alongamento**. Rio de Janeiro: Sprint, 1986.
- COSTA, M. G. **Ginástica Localizada**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- DELAVIER, F. **Guia dos movimentos de musculação**. São Paulo: Manole, 2002.
- GERALDELES, A. A. R. **Ginástica Localizada: Teoria e Prática**. Rio de Janeiro: Sprint, 1993.
- KNOPLICH, J. **Enfermidades da coluna Vertebral**. São Paulo. Panamed Editorial, 1983.
- MALTA, P. **Step Aeróbico e Localizado**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.
- NIQUET, G.; BIERRY, L.; BIERRY, M. **Contra-indicações à prática do esporte**. Ed. Manole. SP, 1984.
- NOVAES, J. S. **Ginástica em Academia no Rio de Janeiro: uma pesquisa histórico-descritiva**. Rio de Janeiro: Sprint, 1991.
- PEREIRA, M. **Academia: estrutura técnica e administrativa**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- SABA, F & ANTUNES, F. **Gestão em atendimento: manual prático para academias e centros esportivos**. Barueri: Manole, 2004.
- SANTOS, M. A A. **Manual de Ginástica de Academia**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.
- SILVEIRA NETO, E. & NOVAES, J. **Ginástica de Academia**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

OBS: A bibliografia de acesso remoto será disponibilizada via ambiente virtual Moodle.

Curso: Bacharelado em Educação Física

Plano de ensino

Código: DEF 5826 (05444)

Disciplina: Metodologia da Pesquisa em Educação Física

Carga Horária: 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC)

Semestre: 2021.2

Profa. Dra. Aline Rodrigues Barbosa

1. EMENTA

Natureza da ciência e do espírito científico. Pesquisa em Educação Física: abordagens quantitativas e qualitativas. Tipos, estratégias e etapas de investigação. Construção e testagem de instrumentos. Preparação de projetos e relatórios.

2. OBJETIVO GERAL

Apresentar os fundamentos básicos, técnicos e metodológicos que possibilitem a identificação das vertentes de pesquisa em Educação Física, a análise de trabalhos científicos e a elaboração de projeto de pesquisa.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Conduzir o aluno, ao longo do curso, a:

- Compreender a natureza da ciência e do espírito científico;
- Conhecer o significado e a importância da pesquisa em Educação Física;
- Identificar os tipos e métodos de pesquisa;
- Elaborar projetos de pesquisa.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I - Método científico, projeto e plágio.

Visão geral do processo de pesquisa. O que é um trabalho de conclusão de curso (professor/orientador). Elementos constituintes necessários à realização do projeto

monográfico (pré-texto, texto, pós texto). Plágio e conduta ética em pesquisa. Principais métodos de abordagem que fornecem as bases lógicas à investigação.

4.2 UNIDADE II – Revisão. Problema de pesquisa. Tipos e delineamentos de pesquisa. Mecanismos de busca na internet. Revisão da literatura, citação e referência. Problema de pesquisa e objetivo de pesquisa. Abordagem quantitativa e qualitativa. Classificação da pesquisa quanto aos objetivos, procedimentos, finalidade. Pesquisa observacional, experimental, exploratória, social, histórica, teórica. Delineamentos/desenhos de pesquisa.

4.3 UNIDADE III – Material, método, casuística.

Apresentação dos detalhes metodológicos: participantes, instrumentos e procedimentos, variáveis, análise dos dados. Construção e testagem de instrumentos.

4.5 UNIDADE IV – Prática pedagógica

Prática pedagógica compreendendo atividades de observação dirigida e experiência pedagógica visando a crítica de metodologias de artigos científicos e a elaboração de um projeto monográfico.

5 - AVALIAÇÃO

Poderão ser realizadas as seguintes avaliações:

Participação (desempenho nos questionários/Moodle e realização das tarefas), 10 pontos (**peso 1**); Provas (2), 5 pontos cada =10 pontos (**peso 1**); Trabalho final = 10 pontos (**peso 2**). A nota final será determinada pela média aritmética das avaliações (Prova + exercícios + trabalho final).

As presenças das aulas assíncronas serão feitas mediante resposta aos questionários disponibilizados na plataforma Moodle.

6 - Cronograma, metodologia, tarefas, avaliação/ presença

Semanas (dias/horas)	Conteúdo/ tópico	Metodologia /Recurso*	Tarefas	Avaliação /presença		
Outubro						
1 (25 e 26/ 4hs)	Apresentação da disciplina e plano de ensino Projeto de pesquisa e Plágio	Aula síncrona (dia 25) Videoaula (assíncrona).	Leitura crítica dos textos; assistir filme e videoaulas; participação na videoconferência e resposta aos questionários/ Moodle	Participação nos encontros presenciais/virtuais (síncronas) e participação no questionário Moodle. Discussão sobre aspectos éticos em pesquisa (filmes).		
Novembro						
2 (01 e 02/3hs)	Ética em pesquisa. Método científico	Texto em pdf, videoaulas (assíncronas)				
3 (08, 09 e 13/5 hs)	Revisão da literatura. PPCC- filme	Videoaulas (assíncrona); texto em pdf. Filme "E a vida				

		contínua” – 1993		
4 (16 e 20/3hs)	Tema e problema e objetivos Formulação de objetivos.	Videoaulas (assíncrona)	Leitura crítica dos textos; assistir videoaulas e videoconferência; identificação de objetivos e delineamentos em artigos científicos; formulação de objetivos; e apresentação dos objetivos e delineamentos	Participação nos encontros presenciais/virtuais (videoconferência ou aulas síncronas). Contribuição na elaboração e apresentação de objetivos de pesquisa, de artigos nas bases de dados. Resposta a questões e avaliação das respostas aos Questionários /Prova (Moodle). Apresentação de relatório
5 (22, 23 e 27/5 hs)	Métodos/ Delineamentos PPCC- revisão	Atividades síncrona (dia 22) e assíncronas.		
6 (29 e 30/ 4hs)	PPCC - Citação e referência / Normalização de trabalhos. Métodos/ Delineamentos PPCC – revisão	Atividades assíncronas. Videoaulas (assíncrona) BU/UFSC		
Dezembro				
7 (06, 07 e 11/5 hs)	Métodos/ Delineamentos	Atividades síncrona (dia 06) e assíncronas.		
8 (13, 14 e 18/5 hs)	Métodos/ Delineamentos Exercício/Prova 1 PPCC - artigo	Videoaulas (assíncrona). Questionário/Prova dia 14 (Moodle, de 10:10 às 11:50)		
Janeiro				
9 (31/2hs)	Métodos/ Delineamentos	Atividade assíncrona.	Leitura crítica dos textos; assistir videoaulas e videoconferência; identificação de delineamentos e variáveis em artigos científicos.	
Fevereiro				
9 (continuação) (01 e 05/3 hs)	Métodos/ Amostra e variáveis PPCC - artigo	Atividades síncrona (dia 1) e assíncronas.		
10 (07, 08 e 12/5hs)	Métodos/ Amostra e variáveis Instrumentos e procedimentos.	Videoaulas (assíncrona e videoconferência síncrona)		
11 (14, 15 e 19/5hs)	Métodos/ Instrumentos e procedimentos/	Videoaulas/ atividades (assíncronas)		
12 (21 e 22/4hs)	Métodos/ Instrumentos e procedimentos/ Validação/ Cronograma e orçamento.	Videoaulas/ atividades (assíncronas)		
13 (carnaval) Sem dias letivos				
Março				
14 (07 e 08/4hs)	Exercício/Prova 2 PPCC-	Questionário/Prova dia 08 (Moodle, de 10:10 às 11:50).		Elaboração de relatório a ser apresentado

15 (14 e 15/4hs)	PPCC Envio do trabalho final	Aulas assíncronas		
16 (21 e 22/4hs)	Recuperação	Tarefa assíncrona		

***As aulas síncronas serão realizadas** via Moodle (<https://moodle.ufsc.br/>)/BigBlueButton ou Google Meet. Podendo ainda ser usado o Skype. Os vídeos serão disponibilizados via Moodle ou fornecido link do youtube (Moodle).

7. REFERÊNCIAS (todas serão disponibilizadas via Moodle)

Campana AO, Padovani CR, Iaria CT, D.Freitas CB, Paiva SAR, Hossne WS. *Investigação científica na área médica*. Barueri, SP: Manole; 2001.

Günther H. Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: esta é a questão? *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 2006; 22(2):201-210.

Hochman B, Nahas FX, Oliveira Filho RS, Ferreira LM. Desenhos de pesquisa. *Acta Cir. Bras.* 2005; 20(Suppl 2): 2-9.

Kottow M. História da ética em pesquisa com seres humanos. *R. Eletr. de Com. Inf. Inov. Saúde.* 2008; 2(Sup.1): 7-18.

Lima-Costa MF, Barreto SM. Tipos de estudos epidemiológicos: conceitos básicos e aplicações na área do envelhecimento. *Epidemiol Serviços de Saúde* 2003; 12(4): 189 – 201.

Métodos de abordagem e procedimentos. Disponível em <<https://www.ets.ufpb.br/pdf/2013/2%20Metodos%20quantitat%20e%20qualitat%20-%20IFES/Livros%20de%20Metodologia/M%C3%A9todos%20de%20abordagem%20e%20de%20procedimentos.pdf>>

Patino CM, Ferreira JC. Critérios de inclusão e exclusão em estudos de pesquisa: definições e por que eles importam. *J Bras Pneumol.* 2018;44(2):84-84.

Silva Cl, Veloso EL, Rodrigues Júnior JC. Pesquisa qualitativa em educação física: possibilidades de construção de conhecimento a partir do referencial cultural. *Educação em Revista* 2008; 48: 37-60.

Silva EL, Menezes EM. *Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação*. 3a edição revisada e atualizada. Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção. Laboratório de Ensino a Distância. 2001. 121 páginas.

Sousa VD, Driessnack M, Mendes IAC. Revisão dos desenhos de pesquisa relevantes para Enfermagem. Parte 1: desenhos de pesquisa quantitativa. *Rev Latino-am Enfermagem* 2007; 15(3): 502-07.

Tritschler, K. Tritschler, K. *Medidas e Avaliação em Educação Física e Esportes de Barrow e McGee*. Barueri: Manole, 2003. Cap 3, p.63-90.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis (SC) Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: (48) 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

Cursos: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO EMERGENCIAL- 2021/2

Código: DEF 5827

Disciplina: Trabalho de Conclusão de Curso I

Carga Horária: 4 h/a semanais - 72 horas/aula

Pré-Requisito: DEF 5826 e INE 5119

Professora: Michele Caroline de Souza Ribas

Email: souza.michele@ufsc.br

1. EMENTA

Projetos de pesquisa em Educação Física: etapas e elementos constitutivos. Revisão dos conteúdos de metodologia da investigação científica. Elaboração do projeto de monografia de conclusão de curso.

2. OBJETIVO GERAL

Adquirir fundamentos básicos, técnicos, metodológicos e teórico-filosóficos que possibilitem a elaboração do projeto de pesquisa em Educação Física, como também o conhecimento do regulamento que rege o trabalho de conclusão de curso em sua primeira etapa.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Proporcionar ao estudante à acessibilidade a documentação que regulamenta a elaboração do TTC I;
- 3.2 Despertar a importância do conhecimento na escolha do tema e da pesquisa de fontes bibliográficas, na elaboração do projeto de pesquisa;
- 3.3. Identificar os tipos e métodos de pesquisa;
- 3.4. Descrever as opções de padronizações propostas pelo regulamento do curso;
- 3.5. Elaborar e defender o projeto de trabalho de conclusão de curso.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – NORMAS QUE REGULAMENTAM O TCC I

- 4.1.1 Das disposições preliminares, da caracterização e dos objetivos
- 4.1.2 Dos pré-requisitos e do projeto
- 4.1.3 Da composição (conteúdo e forma)

4.1.4 Da execução, acompanhamento e responsabilidades (plágio)

4.1.5 Da apresentação e avaliação e das disposições gerais

4.2 UNIDADE II - O PROJETO DE PESQUISA: ESTRUTURA E ORGANIZAÇÃO

4.2.1 Importância da escolha do tema do projeto de pesquisa;

4.2.2 Características técnicas (redação oficial)

4.2.3 Referencial Teórico

4.3 UNIDADE III – FORMULAÇÃO DO MÉTODO E ADEQUAÇÃO AO ESTUDO

4.3.1 Pesquisa qualitativa e quantitativa;

4.3.2 Adequação de protocolos

4.4. UNIDADE IV – REDAÇÃO DO PROJETO FINAL DE TCC

4.4.1 Organização e responsabilidades

4.4.2 Apresentação e defesa do projeto de TCC

5. METODOLOGIA E CARGA HORÁRIA DE ATIVIDADES SÍNCRONAS E ASSÍNCRONAS

Aulas síncronas (32 horas/aula - 45%) – Plataforma BigBlueButton e/ou Google Meet

As aulas serão expositivo-dialogadas; atividades em grupos e individuais; apresentações trabalhos individuais; apresentação de seminário final.

Aulas assíncronas (40 horas/aula - 55%) – Plataforma Moodle

As aulas assíncronas utilizarão de ferramentas da plataforma moodle (vídeos, fórum, entrega de projeto)

Momentos opcionais de atendimento síncronos e assíncronos

Além dos momentos de atendimento apresentados no cronograma, todos os horários da disciplina (Quarta-feira 8:20 – 11:50) estarão disponíveis para atendimento, com agendamento prévio.

6. AVALIAÇÃO

As avaliações se darão por meio de atividades expostas em momentos síncronos e assíncronos.

AVALIAÇÃO	DATA PREVISTA	VALOR	PESOS
Tarefas gerais e participação em bancas (das semanas)	Ao longo do semestre	10,0	2,0

Apresentação da revisão de literatura	15/12/2021	10,0	1,0
Introdução, Justificativa, Objetivo, Métodos e Revisão de Literatura	02/02/2022	10,0	2,0
Projeto Final Impresso	16/02/2022	10,0	2,5
Apresentação Oral	A partir 23/02/2022	10,0	2,5

7. FREQUÊNCIA

A frequência será vinculada à participação nas aulas síncronas. Caso o aluno não possa participar dos momentos síncronos, a frequência estará vinculada a assistir à gravação da aula síncrona e realização e entrega das tarefas.

8. CRONOGRAMA

Data	Conteúdo programado
Semana 1 27/10	<p style="text-align: center;">Momento síncrono (2 h/a) Assíncrono (2h/a)</p> <p style="text-align: center;">Discussão do Plano de Ensino e estratégias de aprendizagem Conversar sobre ideias de projetos Orientadores Regimento do TCC (Bacharelado)</p> <p style="text-align: center;">Tarefa: Contatar algum orientador e situação acadêmica</p>
Semana 2 03/11	<p style="text-align: center;">Momento síncrono (2 h/a) Assíncrono (2h/a)</p> <p style="text-align: center;">Orientações sobre busca de artigos científicos (revisão) (Palavras-chave e banco de dados) Orientações sobre fichamento</p> <p style="text-align: center;">Tarefa: mapa mental de um artigo de revisão e um original Tarefa: Construção da revisão de literatura Avaliação: entregar por escrito aceite de orientador</p>
Semana 3 10/11	<p style="text-align: center;">Momento síncrono (2 h/a) Assíncrono (2h/a)</p> <p style="text-align: center;">Discussão sobre Tema, Problema e Objetivo</p> <p style="text-align: center;">Tarefa: Produção textual: Tema, problema e objetivos Tarefa: Construção da revisão de literatura Avaliação: entregar pelo moodle aceite de orientador Avaliação: enviar pelo moodle os artigos fichados</p>
Semana 4 17/11	<p style="text-align: center;">Momento síncrono (2 h/a) Assíncrono (2h/a)</p> <p style="text-align: center;">Orientações para Redação: Introdução, Justificativa e Revisão de Literatura</p> <p style="text-align: center;">Avaliação: entrega do Tema, problema e Objetivo</p>
Semana 5 24/11	<p style="text-align: center;">Momento assíncrono (6h/a)</p> <p style="text-align: center;">Leitura e produção textual para construção da revisão de literatura</p> <p style="text-align: center;">Avaliação: entrega do esqueleto Introdução, justificativa e Revisão de literatura</p>
Semana 6 01/12	<p style="text-align: center;">Momento síncrono (2 h/a) Momento assíncrono (2/a)</p> <p style="text-align: center;">Orientações para redação: Métodos</p> <p style="text-align: center;">Tarefa: Produção textual – Métodos</p>
Semana 7 08/12	<p style="text-align: center;">Momento assíncrono (6h/a)</p> <p style="text-align: center;">Tarefa: Produção textual – Métodos</p>

Semana 8 15/12	Momento síncrono (4h/a) Apresentação oral dos tópicos da revisão de literatura Tarefa: Produção textual: Introdução, Revisão de literatura, Objetivos e Métodos
Semana 9 02/02	Momento síncrono (1h/a) Momento assíncrono (4/a) Retomada do semestre Entrega do projeto com Introdução, Objetivos, Revisão de Literatura e Métodos
Semana 10 09/02	Momento assíncrono (6h/a) Atendimento (disponibilidade síncrona)
Semana 11 16/02	Momento síncrono (1 h/a) Momento assíncrono (4h/a) Orientações sobre apresentação do TCC Distribuição de datas e bancas Avaliação da banca ENTREGA FINAL DO PROJETO DE PESQUISA PRONTO E IMPRESSO
Semana 12 23/02	Avaliação: Apresentação de Projetos Momento síncrono (4 h/a)
Semana 13 02/03	Avaliação: Apresentação de Projetos Momento síncrono (4 h/a)
Semana 14 09/03	Avaliação: Apresentação de Projetos Momento síncrono (4 h/a)
Semana 15 16/03	Avaliação: Apresentação de Projetos Momento síncrono (4 h/a)
Semana 16 23/03	DIA NÃO LETIVO Momento assíncrono (4 h/a) – total 72h/a

9. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

As bibliografias complementares foram ajustadas para materiais disponíveis em meio eletrônico.

Bastos, L.R.; Paixão, L.; Fernandes, L.M.; Deluiz, N. **Manual para a elaboração de projetos e relatórios de pesquisa, teses, dissertações monografias**. Rio de Janeiro: LTC, 1998.

GIL, A. C. **Como elaborar Projetos de Pesquisa**. São Paulo: Atlas Editora, 2002.

Pádua, E.M.M. **Metodologia da pesquisa: abordagem teórico-prática**. Campinas: Papyrus, 2000.

Prodanov, C.C.; FREITAS, E.C. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

Santos, S.G. **Métodos e técnicas de pesquisa quantitativa aplicada à educação física.** Florianópolis: Tribo da Ilha, 2011.

Santos, S.G. **Métodos e técnicas de pesquisa qualitativa aplicada à educação física.** Florianópolis: Tribo da Ilha, 2012.

Lakatos, E.M. e Marconi, M.A. **Metodologia Científica.** São Paulo: Atlas, 1985.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário -Trindade - 88040-900 - Florianópolis - SC – Brasil
Fone: (048) 3721-9462 – Fax: (048) 3721-9368 - email: def@cds.ufsc.br



Cursos: Bacharelado em Educação Física

Disciplina: DEF 5828 – Trabalho de Conclusão de Curso II

Carga Horária: 4 h/a semanais - 72 horas/aula

Pré-Requisito: Todas as disciplinas, exceto as optativas.

Professor: Dr. Rodrigo Sudatti Delevatti

Email: rodrigo.delevatti@ufsc.br

Semestre: 2021/02

**PLANO DE ENSINO ADAPTADO, EM CARÁTER EXCEPCIONAL E TRANSITÓRIO, PARA
SUBSTITUIÇÃO DE AULAS PRESENCIAIS POR AULAS EM MEIOS DIGITAIS**

Horário de Atendimento: (Horário: 14:20h às 16:00h - 2ª feiras - Local: Plataforma Google Meet, devendo ser agendado previamente)

1 EMENTA:

Relatórios de pesquisa em Educação Física. Elaboração e defesa do Trabalho de Conclusão de Curso em Educação Física.

2 OBJETIVO GERAL:

Coordenar e subsidiar a apresentação do Trabalho de Conclusão do Curso de Bacharelado em Educação Física.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 2.1.1 Revisar, refletir e acompanhar a elaboração dos relatórios de pesquisa e os conteúdos;
- 2.1.2 Revisar, refletir e acompanhar a elaboração dos relatórios de pesquisa e os passos metodológicos percorridos (tipo de pesquisa, coletas de dados, instrumentos e interpretação/análise dos dados);
- 2.1.3 Organizar e acompanhar a apresentação dos Trabalhos de Conclusão em forma de Seminário.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- a. **Unidade 1:** Acompanhamento sobre as questões iniciais da coleta de dados, instrumentos e interpretação/análise dos dados e outras questões pertinentes à pesquisa propriamente dita;
- b. **Unidade 2** – Acompanhamento da elaboração do relatório de pesquisa (conteúdos, etapas e normas do relatório);
- c. **Unidade 3** – Organização da apresentação do trabalho de conclusão do curso em forma de seminário.

5. METODOLOGIA DE ENSINO:

- Atividades síncronas: Aulas expositivas dialogadas, via Plataforma Google Meet.

- Atividades assíncronas: Indicação de vídeo-aulas públicas acerca do conteúdo e de materiais complementares para elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso. Todas estas atividades serão gerenciadas via Moodle/UFSC.

6. AVALIAÇÃO:

A nota final na disciplina será de acordo com o **Regulamento do Trabalho de Conclusão do Curso de Bacharelado em Educação Física** (Portaria nº 03/CCEF/17), art. 18º, § 3º, a saber:

A nota final da disciplina DEF 5828 Trabalho de Conclusão de Curso II será composta pela nota do TCC (70%) e das demais atividades desenvolvidas pelo(a) professor(a) da disciplina DEF 5828 Trabalho de Conclusão de Curso II ao longo do semestre, de acordo com o plano de ensino (30%) (p.9).

- a. **Avaliações equivalentes aos 30% da nota da disciplina ao longo do semestre:**
 - i. Cumprimento de prazos – 50%
 - ii. Formatação geral do TCC - 50%

Todas as especificações de cada avaliação serão informadas em aula e as tarefas deverão ser postadas na Plataforma Moodle na data indicada. Tarefa pode ser postada com atraso, sendo passível a perda de pontos.

7. CRONOGRAMA PREVISTO:

a. Aulas síncronas

Datas	Conteúdos	Carga horária
04/11	Apresentação do plano de ensino; Apresentação do Formulário de Orientação (Coordenação) e do Cronograma de Atividades	4
25/11	Apresentação do Template da disciplina (dúvidas sobre o Word) Análise individual da situação dos projetos	4
03/02	Normas ABNT (aspectos gerais, referências, tabelas e gráficos) e atualização acerca do andamento do TCC	4
24/02	Produção de material visual para apresentação oral e atualização acerca do andamento do TCC	5
07/03 a 17/03	Apresentações dos trabalhos finais	5
Até 24/03	Submissão do TCC ao Repositório UFSC	5

b. Aulas supervisionadas pelo(a) professor(a) orientador(a)

Datas	Conteúdos	Carga horária
28/10	Feriado	5
11/11	Redação do trabalho de conclusão de curso	6
18/11	Redação do trabalho de conclusão de curso	6
02/12	Redação do trabalho de conclusão de curso	6
09/12	Redação do trabalho de conclusão de curso	6
16/12	Redação do trabalho de conclusão de curso	6
10/02	Redação do trabalho de conclusão de curso	5
17/02	Redação do trabalho de conclusão de curso	5

c. Datas importantes da disciplina

Data	Atividade
11/11	Envio do Formulário de Orientação (Coordenação do Curso e disciplina) e do Cronograma de Atividades da disciplina
De 10/02 a 24/02	Agendamento de data da Apresentação do TCC
Até 17/02	Definição da Banca Examinadora – Mandar concordância da banca (cópia de email).

Até 24/02	Postagem da versão final do TCCII para revisão da formatação
Até uma semana antes da apresentação	Envio para banca
Até 24/03	Postagem da versão final no Repositório UFSC

8. BIBLIOGRAFIA

Thomas JR, Nelson JK. Silverman, SJ. **MÉTODOS DE PESQUISA EM ATIVIDADE FÍSICA**. 6ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2012. (Arquivo será disponibilizado pelo professor)

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA. BIBLIOTECA UNIVERSITÁRIA. BIBLIOTECA CENTRAL. **Procedimentos para apresentação e normalização de trabalhos acadêmicos (NBR 14724:2011)**. BU/UFSC: Florianópolis, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/180829>.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA. BIBLIOTECA UNIVERSITÁRIA. BIBLIOTECA CENTRAL. **Procedimentos para elaboração de citações (NBR 10520:2002) e referências (NBR 6023:2018)**. BU/UFSC: Florianópolis, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/180833>.



PLANO DE ENSINO - SEM. 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, à disciplina Teoria e Metodologia do Futebol (DEF5843).

Curso: Bacharelado em Educação Física

Disciplina: Teoria e Metodologia do Atletismo I

Código: DEF 5829

Docente: Prof. Dr. Jolmerson de Carvalho

[<jolmerson.carvalho@gmail.com>](mailto:jolmerson.carvalho@gmail.com)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Carga Horária: 72 h/a semestrais – 4 cred. semanais (54 teórico/ prática e 18 PPCC)

Horário: 5ª das 07:30 - 09:10h e 6ª feira das 07:30 - 09:10h

1. EMENTA

Histórico e evolução do atletismo. Corridas, marchas atléticas, saltos horizontais Lançamento do Dardo e arremesso: fundamentos técnicos básicos, noções de regras e arbitragem. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do atletismo. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Contribuir para a formação de futuros profissionais qualificados e capazes de intervir, acadêmica e profissionalmente no ensino do atletismo, por meio de diferentes manifestações e expressões do movimento humano em instituições públicas e privadas que possuam o atletismo em sua grade de ensino.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Situar historicamente o atletismo no contexto de sua evolução;
- 3.2 Proporcionar o conhecimento dos conteúdos técnicos durante as aulas teóricas e práticas;
- 3.3 Conscientizar sobre a importância da modalidade e sua repercussão na sociedade;
- 3.4 Proporcionar a apreciação e a compreensão da importância desta modalidade na educação global do indivíduo;
- 3.5 Possibilitar a participação em organização e desenvolvimento de eventos competitivos.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE 1: Introdução ao Atletismo

- 4.1.1 Histórico e Evolução do atletismo
- 4.1.2 Caracterização e distribuição das provas do Atletismo
- 4.1.3 Instalações e Equipamentos
- 4.1.4 Noções básicas de regras e arbitragem

4.2 UNIDADE 2: Fundamentação e divisão das provas de corrida

- 4.2.1 Regulamentação e Tipos de Provas
- 4.2.2 Iniciação às Corridas - Regulamentação básica
- 4.2.3 Corrida de Resistência e sua Relação com a Saúde

4.3 UNIDADE 3: MARCHA ATLÉTICA

- 4.3.1 Histórico e evolução
- 4.3.2 Iniciação – Princípios Pedagógicos Preliminares
- 4.3.3 Tipos de Provas e Regulamentação

4.4 UNIDADE 4: SALTOS HORIZONTAIS – Distância

- 4.4.1 Histórico evolução e Iniciação
- 4.4.2 Princípios pedagógicos do Salto em distância
- 4.4.3 Regulamentação e Noções Básicas de Arbitragem

4.5 UNIDADE 5: SALTOS HORIZONTAIS – Triplo

- 4.5.1 Histórico, evolução e Iniciação
- 4.5.2 Princípios pedagógicos do salto triplo
- 4.5.3 Regulamentação e Noções Básicas de Arbitragem

4.6 UNIDADE 6: Arremesso do Peso

- 4.6.1 Histórico, evolução e Iniciação
- 4.6.2 Princípios pedagógicos do Arremesso do Peso
- 4.6.3 Regulamentação e Noções Básicas de Arbitragem

4.7 UNIDADE 7: Lançamento do Dardo

- 4.7.1 Histórico, evolução e Iniciação
- 4.7.2 Princípios pedagógicos do Lançamento do Dardo
- 4.7.3 Regulamentação e Noções Básicas de Arbitragem

5. METODOLOGIA

- Todas as atividades da disciplina serão realizadas/disponibilizadas no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem (AVEA) do MOODLE. Para as aulas síncronas, serão utilizadas as plataformas BigBlueBotton, Google Meet ou *Conferênciaweb* da UFSC. Os links serão disponibilizados previamente a cada aula via MOODLE.
- As aulas síncronas serão utilizadas principalmente para discutir, revisar e solucionar dúvidas sobre as unidades. Para as aulas assíncronas, serão disponibilizados vídeos, textos para leitura e análise, e realização de tarefas da disciplina.
- Entende-se aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual, sendo realizada no horário previsto para a disciplina. Aulas não presenciais assíncronas compreendem aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente em horários livres.
- A frequência (presença) dos alunos na disciplina ocorrerá pelo acompanhamento da conclusão das atividades e tarefas da disciplina ao longo do semestre notificadas no diário de chamada.

6. AVALIAÇÃO

A atribuição da nota será dividida entre as atividades executadas ao longo do semestre*, conforme segue:

	PESO	AVALIAÇÃO
1	20%	Questionário (sobre Regras), em grupos.
2	20%	Tarefas Individuais (Resenha).
3	20%	Tarefas em Grupo.
4	40%	Trabalho final: Avaliação.

*Obs.: Pode sofrer alterações conforme necessidade da disciplina.

Nota final = (Nota 1*0,2 + Nota 2*0,2 + Nota 3*0,2 + Nota 4*0,4)

7. CRONOGRAMA

UNIDADE 1 – INTRODUÇÃO AO ATLETISMO

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
28/10	Assíncrona 2h	Dia do Servidor Público (Lei nº 8.112 – art. 236)	Dia não Letivo.
29/10 04/11	Síncrona 4h	Apresentação da disciplina; Histórico e evolução do Atletismo; Caracterização e divisão das provas do Atletismo; Instalações e Equipamentos;	Preencher seu perfil no Moodle e apresentar-se no Fórum da disciplina

UNIDADE 2 – FUNDAMENTAÇÃO E DIVISÃO DAS PROVAS DE CORRIDA

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
05/11 11/11	Assíncrona 4h	Divisão do Atletismo e Tipos de Provas; Corridas – Regulamentação básica;	- Confecção de Resenha Crítica (Individual – Artigo enviado pelo professor)
12/11	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas.	
18/11 19/11	Assíncrona 6h	Corrida de Resistência e sua Relação com a Saúde; Noções básicas de regras e arbitragem Contextualização e Evolução da Maratona.	- Data final para entrega da Resenha (Tarefa individual)
25/11	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas.	

UNIDADE 3 – MARCHA ATLÉTICA

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
26/11 02/12	Assíncrona 4h	Histórico e evolução da Marcha Atlética; – Princípios Pedagógicos	- Realização de Questionário sobre a Regulamentação do Atletismo (Tarefa em grupo)
03/12	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas	
09/12 10/12 16/12	Assíncrona 6h	Iniciação, Princípios Pedagógicos e Regulamentação da Marcha Atlética.	
17/12	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas	- Data final para entrega do Questionário (Tarefa em Grupo)
19/12/2021	Início do recesso escolar do segundo semestre letivo de 2021		
30/01/2022	Término do recesso escolar do segundo semestre letivo de 2021.		

UNIDADE 4 – SALTOS HORIZONTAIS – DISTÂNCIA

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
03/02 04/02	Assíncrona 4h	Histórico evolução e Iniciação; Princípios pedagógicos do Salto em Distância; Regulamentação e Noções Básicas de Arbitragem	- Identificação e descrição das diferenças entre os Tipos de Técnica do Salto em Distância
10/02	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas	

UNIDADE 5 – SALTOS HORIZONTAIS – TRIPLO

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
11/02 12/02	Assíncrona 6h	Histórico evolução e Iniciação; Princípios pedagógicos do Salto Triplo; Regulamentação e Noções Básicas de Arbitragem	- Identificação e descrição das diferenças entre os Saltos Horizontais – Triplo e Distância.
17/02	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas	

UNIDADE 6 – ARREMESSO DO PESO

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
18/02 24/02	Assíncrona 4h	Histórico evolução e Iniciação; Princípios pedagógicos do Arremesso do Peso; Regulamentação e Noções Básicas de Arbitragem do Arremesso	- Identificação e descrição das diferenças das diferentes técnicas.
25/02	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas e Noções Básicas para Confecção de Súmula	- Confecção de súmula (Individual)

UNIDADE 7 – LANÇAMENTO DO DARDO

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
03/03 04/03	Assíncrona 6h	Histórico evolução e Iniciação; Princípios pedagógicos do Lançamento do Dardo;	- Data final para entrega de questionário (em grupo) - Confecção de súmula (Individual)
10/03	Síncrona 2h	Discussão do conteúdo e solução de dúvidas	- Confecção de súmula (Individual)
11/03 17/03	Assíncrona 4h	Abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem-treinamento no Atletismo.	- (Prova – Individual)
18/03	Síncrona 2h	Avaliação Final	
24/03	Síncrona 2h	Recuperação	- (Prova – Individual)
25/03	Síncrona 2h	Entrega das notas	- Data final para entrega das Súmulas (Tarefa individual)

5. BIBLIOGRAFIA**5.1 Bibliografia (Impressa)**

- Fernandes, J. L. **Atletismo, os saltos, técnica, iniciação e Treinamento**. São Paulo: EPU. 2003.
- Fernandes, J. L. **Atletismo, os arremessos, técnica, iniciação e Treinamento**. São Paulo: EPU. 2003.
- Gomes, A. G. **Atletismo; preparação de corredores juvenis nas provas de meio fundo e fundo**. Londrina: Centro de Informações desportivas, 1995.
- Cardoso, M. **De Atenas a Atlanta 100 anos de Olimpíadas**. São Paulo. Scrita

Frómeta, E. R. & Takahashi. **Guia Metodológica de Exercícios em Atletismo: formação, técnica e treinamento.** Porto Alegre. Artmed, 2004

5.2 Bibliografia (Digitalizada)

Cunha, P. **Teoria e Metodologia do Treino Desportivo: Modalidades coletivas.** Instituto do Desporto de Portugal // Programa Nacional de Formação de Treinadores. 2016

Gomes A., C. **Treinamento Desportivo: Estruturação e Periodização.** Porto Alegre : Artmed, 2ª Ed. 2009.

Müller, H., Ritzdort, W. **Correr Saltar: Guia IAAF de Enseñanza de Atletismo.** Sistema de Formación y Certificación de Entrenadores IAAF

Oliveira, A. F. S.; Haiachi, M. C. **Ciclo de Debates em Estudos Olímpicos: Mega Eventos Esportivos e seus Impactos nos estados periféricos.** Edit. UFS, 2012.

5.2 Bibliografia Complementar

Gaya, A., Marques, A. & Tani, Go. **Desporto para Crianças e Jovens: Razões e Finalidades.** Porto Alegre. Edit. da URGS. Porto Alegre, 2004.

Kröger, C. & Roth, K.. **Escola da Bola: Um abc para iniciantes nos jogos esportivos.** São Paulo. Phorte Editora. 2ª Edição, 2006.

Sites:

www.iaaf.org

www.cbat.org.br

www.efdeportes.com

Calendário Escolar

- 25/10/2021 Início do segundo período letivo semestral de Graduação de 2021.
- 19/12/2021 Início do recesso escolar do segundo semestre letivo de 2021.
- 30/01/2022 Término do recesso escolar do segundo semestre letivo de 2021.
- 31/01/2022 Reinício do segundo semestre letivo de 2022.
- 26/03/2022 Término do segundo período letivo semestral de graduação de 2021.
- 27/03/2022 27 Início do recesso escolar.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



Campus Universitário, s/n, Trindade, Florianópolis, SC. CEP: 88040-900

Telefone: (48) 3721.9462 - Fax: (48) 3721.9368

E-mail: def@contato.ufsc.br; secretariadef@cds.ufsc.br

PLANO DE ENSINO – 2021.2

Curso: Educação Física – Bacharelado

Disciplina: Teoria e Metodologia do Atletismo II

Código: DEF 5830

Turma: 02444

Créditos: 4

Carga horária: 72 horas/aula; 18 horas PPCC

Pré-requisitos: Teoria e Metodologia do Atletismo I

Professor: Prof. Dr. Ramon Cruz (ramon.cruz@ufsc.br)

1. EMENTA

Provas Combinadas, corridas de velocidade e com barreiras, revezamentos e obstáculos, saltos verticais e lançamentos: fundamentos técnicos, noções de regras e arbitragem. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do atletismo. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Contribuir para a formação de futuros Bacharéis em Educação Física capaz de propiciar a formação de profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente no atletismo, por meio de diferentes manifestações, expressões do movimento humano e demais entidades que trabalhem com o Atletismo.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Oportunizar a aquisição e a aplicação de conhecimentos filosóficos e históricos das provas acima relacionadas;
- Favorecer o conhecimento dos conteúdos técnicos durante as aulas teóricas e práticas;
- Conscientizar sobre a importância da modalidade e sua repercussão na sociedade;
- Desenvolver a apreciação e a compreensão da importância desta modalidade na educação global do indivíduo;
- Possibilitar a participação em organização e desenvolvimento de eventos competitivos.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- **UNIDADE 1** – Corridas de velocidade: Histórico e Evolução, Princípios Técnicos da Corrida de Velocidade, Iniciação a corrida de Velocidade – PPP, regulamentação básica.
- **UNIDADE 2** – Corridas com barreiras e corridas com obstáculos: Histórico e Evolução, Princípios Técnicos, Iniciação - PPP, regulamentação básica.
- **UNIDADE 3** – Corridas de revezamento: Histórico e Evolução, Princípios Técnicos, Iniciação - PPP, regulamentação básica.
- **UNIDADE 4** – Salto em altura: Histórico e Evolução, Princípios Técnicos, Iniciação - PPP, regulamentação básica.
- **UNIDADE 5** – Salto com vara: Histórico e Evolução, Princípios Técnicos, Iniciação - PPP, regulamentação básica.
- **UNIDADE 6** – Lançamentos do disco e do martelo: Histórico e Evolução, Princípios Técnicos, Iniciação - PPP, regulamentação básica.
- **UNIDADE 7** – Provas combinadas. Histórico e Evolução, Princípios Técnicos, Iniciação - PPP, regulamentação básica. As provas combinadas como modelo para iniciação esportiva.

5. METODOLOGIA DE ENSINO

- Atividades síncronas: Estão previstos 5 encontros (virtuais) síncronos ao longo de todo o semestre. Sendo, o primeiro encontro para reapresentação da disciplina (conteúdos, cronograma, estratégias de ensino e critérios de avaliação) e do docente responsável. Para o primeiro encontro, está prevista duração de aproximadamente 30 minutos. Os demais encontros virtuais síncronos serão realizados ao término de um conjunto de unidades (favor consultar o quadro 1), para que os discentes possam discutir/sanar eventuais dúvidas sobre aquelas unidades com o docente. A duração prevista desses encontros é de 30 a 40 minutos. Os encontros síncronos serão realizados na plataforma *WebConference* ou na plataforma *GoogleMeet*, com o link sendo disponibilizado na plataforma Moodle para todos os discentes.
- Atividades assíncronas: Serão realizadas por meio de (i). aulas virtuais gravadas e disponibilizadas para os estudantes sobre os conteúdos programáticos previstos para a disciplina. (ii). Participação em fóruns dos conteúdos programáticos. (iii). Entrevistas gravadas com pesquisadores/professores e atletas convidados, sobre os conteúdos recém-concluídos nas unidades. Todas as atividades assíncronas serão realizadas na plataforma Moodle, com o Ambiente Virtual de Ensino-Aprendizagem (AVEA) oficial da UFSC.
- As 18 horas de Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares (PPCC) serão cumpridas por meio de resenhas das entrevistas que serão realizadas com professores, pesquisadores e atletas convidados. Para aproximar as vivências de forma contextualizada, e promover as reflexões sobre os conteúdos da disciplina.
- Todos os materiais didáticos (textos, vídeos, páginas da Internet) serão disponibilizados para os estudantes, na plataforma Moodle.

6. AVALIAÇÃO

A nota final na disciplina corresponderá ao somatório das seguintes avaliações:

- **Participação nos fóruns:** Trata-se de responder/participar dos fóruns que serão realizados ao longo do semestre, sobre os conteúdos desenvolvidos no mesmo (Favor, consultar o quadro 1 para maiores detalhes). As atividades dos fóruns terão peso 0,25.

- **Plano de atividades:** Ao longo da disciplina os discentes deverão entregar 4 planos de atividades. Os planos serão confeccionados para simular uma possível atividade de atletismo, com praticantes de 13 a 15 anos. Essa atividade deverá ser produzida para o contexto da iniciação ao atletismo, tendo duração de até 60 minutos. Atenção, é importante ressaltar que não há previsão/planejamento de atividades práticas presenciais para esta disciplina, portanto, os planos não serão executados na prática.
- **Resenha das entrevistas:** Após assistir aos vídeos, deverá ser realizada uma resenha sobre os mesmos. Nessa resenha, os (as) discentes deverão indicar (i). O principal ponto destacado pelo convidado sobre aquele assunto, (ii). E como o que foi conversado na entrevista pode ser aplicado ao exercício profissional do bacharel em educação física. Estão previstas 5 entrevistas, portanto, 5 resenhas. O peso dessa avaliação será 0,4.

A partir disso, a nota final da disciplina é computada conforme abaixo:

Nota final: (Participação nos fóruns * 0,25) + (Plano de atividade * 0,40) + (resenha das entrevistas * 0,35)

- **Frequência:** Ao todo, estão previstas 16 atividades avaliativas, todas assíncronas. A frequência será atribuída pela participação nos fóruns, entrega dos planos de atividades e resenha das entrevistas. Sendo, 100% frequente o (a) discente que participar/entregar todas as atividades.

Observação: Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre, exceto nas disciplinas que envolvam Estágio Curricular, Prática de Ensino e Trabalho de Conclusão do Curso ou equivalente, ou disciplinas de caráter prático que envolvam atividades de laboratório ou clínica definidas pelo Departamento e homologados pelo Colegiado de Curso, para as quais a possibilidade de nova avaliação ficará a critério do respectivo Colegiado do Curso.

Art. 71 - Todas as avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondada para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72- A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.

7. CRONOGRAMA

Unidade	Semana (C.H.)	Conteúdo	Atividade	Avaliação e controle da frequência
1	1 (6h)	Reapresentação da disciplina	Síncrona	Participação Fórum (Inserir descrição e foto no perfil do Moodle)
		Corrida de velocidade	Assíncrona	Participação Fórum
2	2 (4h)	Barreira	Assíncrona	Participação Fórum
3	3 (4h)	Revezamento	Assíncrona	Plano de atividade para um dos conteúdos estudados até aqui
(1 - 3)	4 (4h)	Entrevista sobre corridas de velocidade e barreiras/obstáculos. Prof. Dr. Jolmerson de Carvalho (UFSC), Prof. Pedro de Oliveira (CRIA UFLA)	Assíncrona	Resenha sobre a entrevista
		Fórum tarefa	Assíncrona	Participação Fórum
4	5 (4h)	Encontro síncrono para sanar dúvidas	Síncrona	
	6 (4h)	Altura	Assíncrona	Participação Fórum
	7 (6h)	Entrevista sobre salto em altura (Prof. Thiago Moura – equipe Guarulhos-SP e Cbat)	Assíncrona	Resenha sobre a entrevista
	8 (4h)	Vara	Assíncrona	Plano de atividade para um dos conteúdos estudados até aqui
5	9 (6h)	Entrevista salto com vara (Profs. Rodrigo Dario – Cbat/ Pedro de Oliveira CRIA - UFLA)	Assíncrona	Resenha sobre a entrevista
		Encontro síncrono para sanar dúvidas	Síncrona	
6	10 (4h)	Disco	Assíncrona	Participação Fórum
	11 (4h)	Martelo	Assíncrona	Plano de atividade para um dos conteúdos estudados até aqui
	12 (6h)	Entrevista lançamentos de disco e martelo (Prof. Rodrigo Dario – Cbat)	Assíncrona	Resenha sobre a entrevista
		Encontro síncrono para sanar dúvidas	Síncrona	
7	13 (4h)	Combinadas	Assíncrona	Participação Fórum
	14 (4h)	Combinadas (Entrevista Prof. Pedro de Oliveira, CRIA – UFLA)	Assíncrona	Plano de atividade para um dos conteúdos estudados até aqui
	15 (4h)	Entrevista sobre provas combinadas Prof Ms. Pablo Domingos (CRIA – UFLA)	Assíncrona	Resenha sobre a entrevista
		Encontro síncrono para sanar dúvidas	Síncrona	
	16 (4h)	#Recuperação		

A recuperação será sobre todo o conteúdo estudado, e a avaliação ocorrerá na plataforma Moodle. C. H. Carga horária. As 72h referentes à disciplina foram integralizadas durante as 16 semanas do semestre letivo em caráter excepcional, respeitando o calendário acadêmico aprovado para 2021/2.

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

- Camargo Neto, F. **Desporto Adaptado à portadores de deficiência**. Porto Alegre: Edit. da UFRGS, 1996.
- Cardoso, M. **De Atenas a Atlanta 100 anos de Olimpíadas**. São Paulo. Scrita CBAT/CONF. BRAS. ATLETISMO (1997). Regras oficiais de atletismo. RJ, Sprint.
- Faus, G. (1971). **Lanzamiento del peso**. Barcelona, Sintes.
- Fernandes, J. L. **Atletismo, os saltos, técnica, iniciação e Treinamento**. São Paulo: EPU. 2003.
- Gaya, A., Marques, A. & Tani, Go. **Desporto para Crianças e Jovens: Razões e Finalidades**. Porto Alegre. Edit. da UFRGS. Porto Alegre, 2004.
- Fernandes, J. L. **Atletismo, os arremessos, técnica, iniciação e Treinamento**. São Paulo: EPU. 2003.
- Gomes, A. G. **Atletismo; preparação de corredores juvenis nas provas de meio fundo e fundo**. Londrina: Centro de Informações desportivas, 1995.
- Frómeta, E. R. & Takahashi. **Guia Metodológica de Exercícios em Atletismo: formação, técnica e treinamento**. Porto Alegre. Artmed, 2004
- JOANATH, U. et al. (1981). Atletismo I; corrida e salto. Lisboa, Casa do Livro.
- _____ (1981). Atletismo II; lançamentos e provas combinadas.
- Kröger, C. & Roth, K.. **Escola da Bola: Um abc para iniciantes nos jogos esportivos**. São Paulo. Phorte Editora. 2ª Edição, 2006.
- Kirsch, A. et alii. (1983). **Antologia do Atletismo; metodologia para iniciação em escolas e clubes**. Rio de Janeiro, Ao Livro Técnico.
- Schmolinsky, G. (1982). **Atletismo**. Lisboa. Estampa.
- Diem, L. (1978). **Deporte desde la infancia**. Spain. Minón.
- Dieckert, Jurgen. (1984). **Esportes de lazer**. Rio de Janeiro. Ao livro técnico.
- Godoy, Laurete A. de. (1983). **Jogos Olímpicos da Grécia: O mais belo capítulo esportivo da antiguidade**. RJ, COI.
- RFEA. (1998). **Atletismo 1: Carreras y Marcha**. Madri, Depto de Publicaciones de la RFEA.

9. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

- HERGEDUS, J..(1979). **Técnicas atléticas**. Buenos Aires, Stadium.
- JOLIBOIS, Robert Pierre. (1976). **A Iniciação desportiva da infância à adolescência**. Casterman. Estampa.
- TANI, Go. (1995). **Vivências Práticas no Curso de Graduação em Educação Física: necessidade, luxo ou perda de tempo? VI Simpósio de Pesquisa em Educação Física**. UFSC.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário -Trindade
88040-900 - Florianópolis - SC - Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax (048) 3721-9927

Curso: Bacharelado em Educação Física

Plano de Ensino emergencial 2021/2
Resolução Normativa 140/2020/Cun

Código: DEF 5831

Disciplina: TEORIA E METODOLOGIA DA NATAÇÃO I

Carga Horária: 03 h/a semana - 54 h/a no período (36 teórico/ prática e 18 PPCC).

Pré-requisitos: Sem pré-requisitos

Fase: 3^a - Obrigatória

Duração do semestre: 25/10/2021 – 18/12/2021- **Recesso** 19/12/21 – 30/01/22 – **Reinício**
31/01/22 – 26/03/22

Professor: Alex Fensterseifer

Email: alex.cbf@ufsc.br

1. EMENTA

Histórico e evolução da natação. Adaptação ao meio líquido. Noções de fluabilidade, propulsão, respiração e mergulhos. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino da natação. Nados crawl e costa: fundamentação técnica, saídas e viradas, regras e arbitragem. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Formar profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente na natação, por meio de diferentes manifestações e expressões do movimento humano, em instituições públicas e privadas, buscando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

3.1 Situar historicamente a natação e distingui-la das demais atividades esportivas através de suas características e peculiaridades;

3.2 Distinguir as etapas do processo ensino-aprendizagem dos fundamentos da natação, aplicadas nos diferentes locais de atuação, respeitando as peculiaridades individuais dos discentes;

3.3 Identificar e vivenciar basicamente os processos de aprendizagem no ensino dos nados;

3.4 Sob orientação e supervisão docente observar, refletir e atuar em práticas pedagógicas na natação (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares).

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – Histórico e peculiaridades; Conceito: nadar-natação; evolução da natação; Características e aplicações da natação; regras e arbitragem.

4.2 UNIDADE II - Aspectos Influenciadores na Aprendizagem; Respiração aquática; Flutuação;

4.3 UNIDADE III Adaptação; Respiração; Equilíbrio; Flutuação; Deslize; Propulsão; Braço; Giros; Mergulhos; coordenação e Jogos;

4.4 UNIDADE IV - Fundamentos Básicos dos Nados: Crawl, Costa, saídas e viradas;

4.5 UNIDADE V – Práticas pedagógicas como componente curricular.

5. METODOLOGIA DE ENSINO

A disciplina trabalhará com atividades **síncronas e assíncronas**. A transmissão dos conteúdos da disciplina teórico/prática será através de explanação oral, via ambiente virtual de ensino (Moodle, Conferênciaweb), observações de videoaulas de natação, leitura de textos e artigos. **Também será estimulado o uso de ferramentas do Moodle para**

discussões assíncronas **como o Fórum para** esclarecer dúvidas, **Glossário** edição de termos e respectivas definições e o **Chat** como ferramenta de comunicação síncrona cujo objetivo é interagir e esclarecer dúvidas em tempo real. As **Práticas pedagógicas como componente curricular** serão realizadas com análise de documentos, tarefas situações problemas da prática e reflexões das práticas pedagógicas em diferentes ambientes de ensino da natação. Na **avaliação** serão realizadas tarefas (avaliativa formativa e avaliativa somatória) e provas (avaliativa somatória) no **Moodle**.

6. RECURSO DE ENSINO

Plataformas de ambiente virtual de ensino moodle e conferênciaweb; software de análise do movimento; textos; artigos; fotos; vídeos; URL de vídeos externos.

Observação: Caso tivermos problemas de conexão, transferências de dados de dados no Moodle e Conferênciaweb, será utilizado o Google Meet ou outra plataforma disponível.

7. AVALIAÇÃO

PROVA TEÓRICA_1 (Unidades I, II, III e Parte IV) **Peso 2,5** Local: **Moodle/Questionário/ Síncronas**.

PROVA TEÓRICA 2 (Unidades IV e V) **Peso 2,5** Local: **Moodle/Questionário/ Síncronas**.

TAREFA 1: Construção de um texto sobre adaptação ao meio líquido na natação: **Peso 2,5** Local: **Moodle/Tarefas/Assíncronas**

TAREFA 2: Análise técnica do nado costas **Peso 2,5** Local: **Moodle/Tarefas/ Assíncronas**.

8. FREQUÊNCIA

Serão feitas nas aulas, no horário de aula conforme a grade curricular e na realização das tarefas, tudo através do Moodle/Presença.

9. CRONOGRAMA

Observação: As **duas primeiras aulas** (9:10 - 11:00) de **todas as aulas** serão **SÍNCRONAS** (conteúdos obrigatório da disciplina), no horário de aula conforme a grade curricular. A **segunda parte da aula** (11:00 – 11:50) de todas as aulas serão **ASSÍNCRONAS** (Tarefas, Glossário e Questionário no Moodle).

Atividade	CONTEÚDO	H/A	Objetivos	Recursos didáticos	Avaliação Formativa
Unidade I	Histórico, Conceitos, Características da natação.	02	Situar historicamente a natação; e distingui-la das demais atividades;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos e textos;	Tarefas, Glossário, Questionário.
Unidade II	Aspectos Influenciadores na Aprendizagem	04	Distinguir as etapas do processo ensino-aprendizagem;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos e textos;	Tarefas, Glossário, Questionário.
Unidade III	Adaptação, princípios do nado.	10	Identificar processos de aprendizagem;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos e textos	Tarefas, Glossário, Questionário.
Unidade IV	Fundamentos Básicos dos Nados: Crawl, Costa, saídas e viradas	12	Conhecer os processos de aprendizagem no ensino dos nados;	Conferênciaweb; Moodle, vídeos, textos e Software	Tarefas, Glossário, Questionário.
Unidade V	Práticas pedagógicas como componente curricular	18	Observar, refletir sobre as práticas pedagógicas na natação;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos, textos e Software	Tarefas, Glossário, Questionário.
Avaliação	Avaliação Somativa.	08	Mensurar a quantidade de conhecimento acumulada ao longo das unidades.	Moodle Questionários, Tarefas.	
	TOTAL	54			

Avaliação Formativa: engloba o uso de variados tipos de avaliações e práticas pedagógicas, é aplicada no dia a dia do estudante.

Avaliação Somativa: tem a função de mensurar a quantidade de conhecimento acumulada ao longo do ciclo de aprendizagem; para ser aprovado, o estudante necessita obter um mínimo considerado como padrão para aprovação.

10. BIBLIOGRAFIA BÁSICA (Programa de Ensino)

Basilone Netto, J. **Natação; a didática moderna da aprendizagem.** Rio de Janeiro:

Palestra Sport, 1995.

FARIAS,S.F. **Natação: ensine a nadar.** Florianópolis: Editora da UFSC, 1994.

Gomes, W.D.F. **Natação; uma alternativa metodológica.** Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

Marcon, D. **Metodologia de ensino da natação.** Caxias do Sul: EDUCS, 2002.

Lima, W.U. **Ensinando natação.** São Paulo: Phorte, 1999.

Palmer, M.L. **A ciência do ensino da natação.** São Paulo: Manole, 1990.

Santos, C.A. **Natação; ensino e aprendizagem.** Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

10.1. BIBLIOGRAFIA EMERGENCIAL

Todo material bibliográfico utilizado no desenvolvimento da disciplina, como apresentações, slides, vídeos, referências, entre outros, serão disponibilizadas no Moodle preferencialmente, e no e-mail garantindo o acesso do estudante ao material.

APOLINÁRIO, Marcos Roberto. **Nado crawl:** associação entre coordenação e desempenho de nadadores. 2016. 59 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2016. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/39/39132/tde-13032017-085757/pt-br.php>. Acesso em: 02 maio 2018.

CHAVES, Aline Dessupoio; SILVA, Alexandre de Carvalho; FERRAZ, Osvaldo Luiz; NUNOMURA, Myrian; CARBINATTO, Michele Viviene. O MEDO NA APRENDIZAGEM DA NATAÇÃO. **Pensar A Prática**, Goiânia, v. 18, n. 4, p. 880-894, out. 2015. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fe/article/view/31285/19788>. Acesso em: out. 2019.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE DESPORTOS AQUÁTICOS (Rio Janeiro). **Final. Regras Oficiais de Nataação 2017 – 2021**. Rio Janeiro, 2018. 16 p. Renato Barroso. Disponível em: https://cbda.org.br/uploads/natacao/RegrasOficiaisNatacao2017_2021.pdf. Acesso em: 02 ago. 2020.

FIORI, Júlia Mello. **Pedagogia da nataação: evolução e relação do indivíduo com o meio aquático**. 2017. 48 f. Monografia (Especialização) - Curso de Educação Física Fisioterapia e Dança, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2017. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/172133>. Acesso em: 10 maio 2020.

FIORI, Júlia Mello; CASTRO, Flávio Antônio de Souza; TEIXEIRA, Luísa Beatriz Trevisan; WIZER, Rossane Trindade. PEDAGOGIA DA NATAÇÃO: Análise das atividades realiza-das em aulas para crianças. **Pensar A Prática**, Goiânia, v. 22, p. 1-13, 2019. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fe/article/view/51934/33450>. Acesso em: 10 maio 2020.

LOTTI, Alessandro Demel; OLIVEIRA, Rogerio Cruz. MODELO PENDULAR PARA O ENSINO DA NATAÇÃO. **Pensar A Prática**, Goiânia, v. 19, n. 3, p. 665-676, 1 jul. 2016. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fe/article/view/35063>. Acesso em: 1 jul. 2019.

NAKAMURA, Oswaldo Fumio. **Nataação 4 estilos defeitos e correções**. São Paulo: Ícone Editora Ltda, 1997. 51 p. Disponível em: <http://www.intaead.com.br/ebooks1/livros/ed%20fisica/12.%20Nata%E7%E3o%20%20estilos%20-%20oswaldo%20nakamura.pdf>. Acesso em: 07 maio 2020.

SOARES, Débora Vieira; PAGANI, Mario Mecnas; LIMA, Fernanda de Souza. INICIAÇÃO A NATAÇÃO PARA CRIANÇAS. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, Blumenau, v. 5, n. 2, p. 98-114, jul. 2014. Disponível em: <http://www.faema.edu.br/revistas/index.php/Revista-FAEMA/article/view/231>. Acesso em: 02 ago. 2020.

VENDITTI JUNIOR, Rubens; SANTIAGO, Vivian. Ludicidade, diversão e motivação como mediadores da aprendizagem infantil em nataação. propostas para iniciação em atividades aquáticas com crianças de 3 a 6 anos. **Efdeportes**: Buenos Aires, v. 117, fev. 2008. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd117/iniciacao-em-atividades-aquaticas-com-criancas-de-3-a-6-anos.htm>. Acesso em: 09 out. 2018.

11. COMPLEMENTAÇÃO:

- 1- Caso as **atividades presenciais** retornarem no semestre 2021/2, serão feitos na piscina processos pedagógicos para ensino dos nados. Os processos serão construídos com base no material teórico/prática desenvolvido na disciplina.
- 2- **Atividades não obrigatórias:** Atividades de monitoria voluntária (2022/1 e 2022/2) na disciplina EFC Iniciação (atividade que já vem sendo desenvolvida a vários semestres) e projetos de extensão.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC - Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 e-mail:
def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO EMERGENCIAL 2021/2

Resolução Normativa 140/2020/CUn

Código: DEF 5832

Disciplina: Teoria e Metodologia da Natação II

Professor: Fernando Diefenthaeler

Carga Horária: 04 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PPCC)

Pré-requisitos: DEF 5831

1. EMENTA

Nados peito e borboleta: fundamenta o técnica, saídas e viradas, regras e arbitragem. No es de salvamento em nata o. Teoria e prática do nado medley individual e equipe. Aspectos metodológicos do ensino da nata o. Prática pedagógica, orienta o e supervisão docente, compreendendo atividades de observa o dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Formar profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente, na nata o em institui es públicas e privadas, buscando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Distinguir as etapas do processo de ensino-aprendizagem dos nados peito e borboleta aplicadas nos diferentes locais de atua o, respeitando as peculiaridades individuais dos discentes;
- 3.2. Identificar e vivenciar basicamente os processos de aprendizagem no ensino dos nados peito, borboleta e medley;
- 3.3. Observar, refletir e atuar em práticas pedagógicas na nata o (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares).

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- 4.1. UNIDADE I – Mecânica e propulsão dos nados;
Histórico; Posi o do corpo; Propulsão; Posi o dos membros inferiores e superiores; Coordena o do nado;
- 4.2. UNIDADE II – Fundamentos básicos e metodologias de ensino do nado peito;
Experiência prática sobre os elementos básicos e os aspectos metodológicos do nado peito; Propulsão das pernas; Braçada; Respira o Coordena o: pernas + braços + respira o; aspectos metodológicos da saída e da virada; regras;

- 4.3. UNIDADE III – Fundamentos básicos e metodologias de ensino do nado borboleta; Experiência prática sobre os elementos básicos e os aspectos metodológicos do nado borboleta; Propulsão das pernas; Braçada; Respiração Coordenação: pernas + braços + respiração; aspectos metodológicos da saída e virada; regras;
- 4.4. UNIDADE IV – Teoria e prática do nado medley individual e equipe; Experiência prática sobre os elementos básicos e os aspectos metodológicos do nado medley; aspectos metodológicos das saídas e viradas dos quatro estilos; regras.

5. METODOLOGIA DE ENSINO

A disciplina será organizada com atividades síncronas e assíncronas. A transmissão dos conteúdos da disciplina teórico/prática será por meio de explanação oral via ambiente virtual de ensino (i.e., Moodle, Conferenciaweb), observações de videoaulas de natação, leitura de textos e artigos. As Práticas Pedagógicas como Componente Curricular (PPCC) serão realizadas em forma de apresentações baseadas em situações problemas da prática dos nados peito e borboleta (vídeos da internet). Também será estimulado o uso de ferramentas do Moodle para discussões assíncronas, como o Fórum para esclarecer dúvidas e o *chat* como ferramenta de comunicação síncrona cujo objetivo é interagir e esclarecer dúvidas em tempo real. Além disso, serão realizadas tarefas (não avaliativa) e trabalhos e provas (avaliativas) no Moodle. A frequência será considerada pela participação nas atividades síncronas e entrega de tarefas das atividades assíncronas.

6. RECURSO DE ENSINO

Plataformas de ambiente virtual de ensino Moodle e Conferenciaweb; software de análise do movimento; textos; artigos; fotos; vídeos; URL de vídeos externos.

**Obs.: Caso ocorram problemas de conexão, transferências de dados, etc. na Conferenciaweb, será utilizado o Google Meet ou outra plataforma disponível.*

7. AVALIAÇÃO

Duas avaliações escritas (peso 0,6) e duas avaliações práticas (peso 0,4) e enquetes (peso 1,0). A nota final será determinada por meio da média aritmética das avaliações, conforme a equação abaixo:

$$[(\text{Prova escrita 1} + \text{Prova prática 1}) + (\text{Prova escrita 2} + \text{Prova prática 2}) + \sum \text{enquetes}] / 3$$

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre, exceto nas disciplinas que envolvam Estágio Curricular, Prática de Ensino e Trabalho de Conclusão do Curso ou equivalente, ou disciplinas de caráter prático que envolvam atividades de laboratório ou clínica definidas pelo Departamento e homologados pelo Colegiado de Curso, para as quais a possibilidade de nova avaliação ficará a critério do respectivo Colegiado do Curso.

Art. 71 - Todas as avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondada para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72 - A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.

RECUPERAÇÃO: Quando necessário será realizada uma prova com todo conteúdo programático, dentro do período de recuperação estipulado pelo calendário da UFSC.

8. CRONOGRAMA

ATIVIDADE	CONTEÚDO	Nº H/A
UNIDADE I	Mecânica e propulsão dos nados	14
25/10	Apresentação disciplina e do plano de ensino – aula síncrona (expositiva)	aula 01
27/10	Arrasto e propulsão dos nados – aula assíncrona (vídeo-aula)	aula 02
01/11	Arrasto e propulsão dos nados – aula síncrona (expositiva)*	aula 03
03/11	Revisão nado crawl – aula assíncrona	aula 04
05/11	Revisão nado costas – aula assíncrona	aula 05
08/11	Coordenação dos nados – aula assíncrona (vídeo-aula)	aula 06
10/11	Coordenação dos nados – aula síncrona (expositiva)*	aula 07
UNIDADE II	Fundamentos básicos e metodologias de ensino do peito	24
17/11	Aula teórica – teoria do nado peito – aula assíncrona (vídeo-aula)	aula 08
22/11	Aula teórica – teoria do nado peito – aula síncrona (expositiva)*	aula 09
23/11	Estudo dirigido – Erros comuns no nado peito – aula assíncrona	aula 10
24/11	Estudo dirigido – Educativos para nado peito – aula assíncrona	aula 11
29/11	Estudo dirigido – Educativos para nado peito – aula assíncrona	aula 12
01/12	Estudo dirigido – Educativos para nado peito – aula assíncrona	aula 13
06/12	Estudo dirigido – Educativos para nado peito – aula assíncrona	aula 14
08/12	Apresentação trabalho – PPCC – aula síncrona (expositiva)	aula 15
13/12	Apresentação trabalho – PPCC – aula síncrona (expositiva)	aula 16
15/12	Apresentação trabalho – PPCC – aula síncrona (expositiva)	aula 17
31/01	Estudo dirigido - revisão conteúdo – aula assíncrona	aula 18
02/02	Prova teórica 1 (unidade I e II) – aula síncrona	aula 19
UNIDADE III	Fundamentos básicos e metodologias de ensino do nado borboleta	24
07/02	Aula teórica – teoria do nado borboleta – aula assíncrona (vídeo-aula)	aula 20
09/02	Aula teórica – teoria do nado borboleta – aula síncrona (expositiva)*	aula 21
14/02	Estudo dirigido – Erros comuns no nado borboleta – aula assíncrona	aula 22
15/02	Estudo dirigido – Erros comuns no nado borboleta – aula assíncrona	aula 23
16/02	Estudo dirigido – Educativos comuns no nado borboleta – aula assíncrona	aula 24
21/02	Estudo dirigido – Educativos comuns no nado borboleta – aula assíncrona	aula 25
23/02	Estudo dirigido – Educativos comuns no nado borboleta – aula assíncrona	aula 26
07/03	Apresentação trabalho – PPCC – aula síncrona (expositiva)	aula 27
09/03	Apresentação trabalho – PPCC – aula síncrona (expositiva)	aula 28
14/03	Apresentação trabalho – PPCC – aula síncrona (expositiva)	aula 29
15/03	Estudo dirigido - revisão conteúdo – aula assíncrona	aula 30
16/03	Estudo dirigido - revisão conteúdo – aula assíncrona	aula 31
UNIDADE IV	Fundamentos básicos e metodologias de ensino do medley	10
21/03	Aula teórica – medley individual – aula síncrona (vídeo-aula/expositiva)*	aula 32
22/03	Estudo dirigido - revisão conteúdo – aula assíncrona	aula 33
23/03	Prova 2 (unidades III e IV) – aula síncrona	aula 34
28/03	Estudo dirigido – revisão conteúdo – aula assíncrona	aula 35
30/03	Prova de recuperação (unidades I, II, III e IV) – aula síncrona	aula 36

*será realizada uma enquete via Moodle durante a respectiva aula

9. BIBLIOGRAFIA

9.1. BÁSICA

Maglischo EW. **Nadando o mais rápido possível**. 3.ed. Barueri: Manole, 2010. 704p.

Colwin CM. **Nadando para o século XXI**. São Paulo: Manole, 2000. 256p.

Lima, W. U. **Ensinando natação**. São Paulo: Phorte, 1999.

Palmer, M. L. **A ciência do ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1990.

9.2. COMPLEMENTAR

Santos, C. A. **Natação: ensino da natação**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

Makarenko LP. **Natação: Seleção de talentos e iniciação desportiva**. Porto Alegre: Artmed, 2001. 218p.

Lacoste OM e Semerjian M. **A Natação**. Lisboa: Estampa, 2000. 143p.

9.3 EMERGENCIAL

Nakamura, Oswaldo Fumio. **Natação 4 estilos defeitos e correções**. São Paulo: Ícone Editora Ltda, 1997. 51 p. Disponível em: <http://www.intaead.com.br/ebooks1/livros/ed%20fisica/12.%20Nata%E7%E3o%204%20estilos%20-%20oswaldo%20nakamura.pdf>. Acesso em: 07 maio 2020.

10. ATENDIMENTO AOS ALUNOS:

Qualquer aluno, em caso de dúvidas, poderá solicitar um encontro de forma síncrona com a docente para ser realizado, preferencialmente, no dia e no horário da aula. A solicitação deve ser feita via e-mail ou por envio de mensagem pelo Moodle até o dia anterior ao da aula, em que o encontro virtual de forma síncrona ocorrerá. Todos os alunos serão avisados desse agendamento caso desejarem participar também.

E-mail para contato: fernando.diefenthaeler@ufsc.br

11. COMPLEMENTAÇÃO:

Caso as atividades presenciais retornarem no semestre 2021/1, serão feitos na piscina processos pedagógicos para ensino dos nados. Os processos serão construídos com base no material teórico/prática desenvolvido na disciplina.

A frequência será considerada pela participação nas atividades síncronas e entrega de tarefas das atividades assíncronas.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário – Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368
e-mail: def@contato.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021-2

Código: DEF 5835

Disciplina: Teoria e Metodologia da Ginástica

Carga Horária: 04 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC)

Turma: 01444

Professora: Patricia Luiza Bremer Boaventura Justo da Silva

E-mail: patricia.boaventura@ufsc.br

1 EMENTA

Histórico e evolução da ginástica. Fundamentos básicos e estruturação de exercícios. Capacidades motoras e qualidades físicas dos movimentos ginásticos. Aspectos metodológicos do processo de ensino-aprendizagem da ginástica. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2 OBJETIVO GERAL

Apresentar a teoria e a metodologia no processo de ensino-aprendizagem da ginástica, como identificadora dos fundamentos básicos e das capacidades físicas dos movimentos ginásticos para os profissionais de Educação Física.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Pontuar e entender o processo de construção do conceito de ginástica na história;
- 3.2. Desenvolver as classificações da modalidade de ginástica;
- 3.3. Caracterizar a clientela e a população da ginástica;
- 3.4. Discutir, analisar e iniciar a descrição dos movimentos corporais;
- 3.5. Estudar as capacidades físicas do movimento humano;
- 3.6. Observar, elaborar e vivenciar as diferentes atividades gímnicas.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I - Introdução ao estudo da Ginástica

- 4.1.1 Como a Ginástica, nas suas várias formas de expressão, se apresenta na atualidade e o que constitui o estado da arte da área na Educação Física;
- 4.1.2 A estrutura organizacional das ginásticas: as instituições e organizações que administram, regulamentam e promovem as diversas manifestações ginásticas da atualidade;
- 4.1.3 Possibilidades de atuação com a ginástica na Educação Física;
- 4.1.4 Os conhecimentos históricos culturais e sociais das manifestações gímnicas, considerando suas origens, as práticas renascentistas (lúdicas e artísticas), os métodos ginásticos e seus desdobramentos às formas contemporâneas;
- 4.1.5 Possibilidades de ensino e pesquisa com as manifestações gímnicas.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900

Florianópolis-SC-Brasil

Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368

e-mail: def@contato.ufsc.br



4.2 UNIDADE II - Movimentos Ginásticos

4.2.1 As formas básicas de movimentos (andar, correr, saltitar, girar, equilibrar, saltar, trepar);

4.2.2 Elementos constitutivos dos movimentos gímnicos: formas básicas de movimentos sistematizadas (andar, correr, saltitar, saltar, girar; estender, flexionar, circundar, balancear...); acrobacias (movimentos de inversão de eixo, giros em suspensão...); e manipulação de aparelhos;

4.2.3 As possibilidades dos movimentos gímnicos e suas variações a partir dos planos, eixos, níveis e direções (relações do movimento no tempo e no espaço);

4.2.4 Conhecimentos de fundamentos rítmicos e a relação dos movimentos gímnicos com as músicas da cultura erudita, popular e de massa.

4.3 UNIDADE III - Sistematização dos movimentos gímnicos

4.3.1 Sistematização e combinação de movimentos gímnicos a mãos livres, com aparelhos e em aparelhos;

4.3.2 Os conhecimentos sobre os aspectos que as composições coreográficas e séries de exercícios físicos abrangem: formação, direção, trajetória, harmonia com o ritmo proposto, execução individual e em grupo, combinações de estilos, entre outros.

5 METODOLOGIA

A disciplina será desenvolvida remotamente em função da pandemia COVID-19, com atividades síncronas e assíncronas. O Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle será a principal ferramenta empregada para gerenciar as atividades.

- Atividades síncronas serão desenvolvidas por meio de ferramentas de webconferência, com interação em tempo real entre professora e alunos/as;
- As atividades assíncronas serão desenvolvidas a partir da disponibilização de aulas gravadas (videoaulas), slides, artigos científicos, capítulos de livros, vídeos, tutoriais de avaliação, bem como a realização e apresentação de tarefas e envio de trabalhos pelos/as discentes.

OBS: Os horários da disciplina em que não estivermos em atividades síncronas, estarão disponíveis para atendimento, com agendamento prévio do/a aluno/a via e-mail ou plataforma Moodle.

6 AVALIAÇÃO

A avaliação será do tipo formativa e somativa, ou seja, ao final de cada tópico haverá uma nota atribuída às atividades/tarefas desenvolvidas* (tutoriais serão disponibilizados no Moodle). A nota final do semestre corresponderá ao somatório das seguintes atividades avaliativas:

Avaliação	Nota
Atividade avaliativa 1: Tarefa vídeo de apresentação (individual)	0,5
Atividade avaliativa 2: Seminários em grupo sobre as escolas ginásticas	3,0
Atividade avaliativa 3: Planos de atividades práticas e educativos, contemplando os fundamentos básicos da ginástica	1,5



Atividade avaliativa 4: Avaliação teórica (escrita e individual)	3,0
Atividade avaliativa 5: Construção coreográfica de movimentos gímnicos com aparelhos	2,0
Prova de Recuperação**	10,0

* Não serão aceitas tarefas entregues com atraso (ressalva a casos justificados de acordo com a Resolução 017/CUn/97).

** Se o/a acadêmico/a ficar com média entre 3,5 e 5,5, conforme consta no regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC (Resolução 017/CUn/97 - art. 70, §2º e art. 71, §3º), poderá realizar uma avaliação de recuperação que será composta por uma atividade individual, que compreenderá questões objetivas e/ou dissertativas sobre todo o conteúdo desenvolvido na disciplina.

7 FREQUÊNCIA

7.1 Atividades síncronas:

- Nos dias dos encontros síncronos, a frequência será registrada a partir da presença do/a discente na atividade no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle;

7.2 Atividades assíncronas:

- A frequência será atribuída pelo/a próprio/a aluno/a após acessar ao conteúdo disponibilizado de acordo com o cronograma. Dessa forma, o aluno/a ficará responsável pelo seu registro semanal de frequência no sistema do Moodle.
- Cabe ao/à aluno/a acompanhar, junto a cada professor, o registro da sua frequência às aulas síncronas e assíncronas (Resolução 017/CUn/97 - Art. 69 - § 4º).

8 CRONOGRAMA

UNIDADE	CONTEÚDO	Nº AULAS
Unidade I	Introdução ao estudo da Ginástica	24
Unidade II	Movimentos Ginásticos	20
Unidade III	Sistematização dos movimentos gímnicos	28
TOTAL		72

SEMANAS	AULAS
16	Síncronas: 22h Assíncronas: 50h



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368
e-mail: def@contato.ufsc.br



- O cronograma apresenta uma previsão da organização das atividades síncronas e assíncronas da disciplina, no entanto, está sujeito a alterações. Nele, serão descritos, de modo detalhado (APÊNDICE 1), as datas, cargas horárias, conteúdos, atividades e avaliações, para uma visualização geral e clara entre os diversos objetos envolvidos no desenvolvimento da disciplina, garantindo uma melhor comunicação das tarefas e dos recursos requeridos em cada uma das etapas.

8 BIBLIOGRAFIA

8.1 Bibliografia Básica

- ARAÚJO, C. **Manual de ajudas em ginástica**. 2. ed. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2012.
- SOUZA, E. M. P. **O universo da ginástica**: estrutura organizacional da ginástica. Tese (Doutorado) Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, 1997.
- SOARES, C. L. **Imagens da educação no corpo**: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX. 3. ed. Campinas: Autores Associados, 2005.
- SOARES, Carmem Lúcia. **Educação física: raízes europeias e Brasil**. 4ª edição. Campinas, SP: Autores Associados, 2007.

8.2 Bibliografia Complementar

- AYOUB, E. **Ginástica geral e educação física escolar**. 2. ed. Campinas: Ed. UNICAMP, 2007.
- LEBRE, Eunice, ARAÚJO, Carlos. **Manual de Ginástica Rítmica**. Portugal: Porto Editora, 2006.
- NUNOMURA, M., TSUKAMOTO, M. H. C. **Fundamentos das ginásticas**. Jundiaí: Fontoura, 2009.
- SOARES, Carmem Lúcia. **Corpo e história**. 3ª edição. Campinas, SP: Autores Associados, 2006.

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

OBS: A bibliografia de acesso remoto será disponibilizada via ambiente virtual Moodle.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900

Florianópolis-SC-Brasil

Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368

e-mail: def@contato.ufsc.br



APÊNDICE 1

CRONOGRAMA DETALHADO: PREVISÃO DA ORGANIZAÇÃO DAS ATIVIDADES SÍNCRONAS E ASSÍNCRONAS

DATA	AULA	CH	UNIDADE	RECURSO/ESTRATÉGIA	AValiação/FEEDBACK
26/10/2021 Terça-feira	Síncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Apresentação da disciplina e da turma Familiarização com os recursos e estratégias Slides e materiais disponibilizados no Moodle Visualizar tutorial da atividade avaliativa 1	- Leitura e visualização do plano de ensino e da disciplina organizada no Moodle. - Apresentação da ginástica como área do conhecimento. - Cada aluno deve gravar um vídeo e disponibilizar no fórum da disciplina. (Atividade Avaliativa 1)
28/10/2021 Quinta-feira	Assíncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Texto 01: SOUZA, Elizabeth Machado Paoliello. Ginástica geral: uma área do conhecimento da educação física. Tese (Doutorado) Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, 1997. p. 21-33.	- Cada aluno/a deve estudar o texto 01.
02/11/2021 Terça-feira	Assíncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Texto 02: SOARES, Carmem Lúcia. Educação Física Escolar: conhecimento e especificidade. Revista Paulista de Educação Física. São Paulo, supl. 2, p. 6-12, 1996.	- Cada aluno/a deve estudar o texto 02.
04/11/2021 Quinta-feira	Síncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Slides e materiais disponibilizados no Moodle	Apresentação dos campos de atuação das ginásticas.
09/11/2021 Terça-feira	Síncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Slides e materiais disponibilizados no Moodle Orientações sobre os trabalhos da disciplina	- Apresentação da ginástica e a relação com a Educação Física escolar. - Divisão dos grupos de trabalhos e dos seminários.
11/11/2021 Quinta-feira	Assíncrona	6h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Texto 03: RAMOS, Jair Jordão. Os exercícios físicos na história e na arte: do homem primitivo aos dias atuais. São Paulo: IBRASA, 1982, p. 181-230 (método alemão, sueco, francês e inglês). Texto 4: SOARES, Carmen L. Educação Física: raízes européias e Brasil. Campinas, SP: Autores Associados, 2004. p. 51-68.	- Cada aluno/a deve estudar os textos 03; 04; 05.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900

Florianópolis-SC-Brasil

Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368

e-mail: def@contato.ufsc.br



				Texto 5: SOARES, Carmen L. Educação do corpo: a rua, a festa, o circo, a ginástica. In: Imagens da educação do corpo. Campinas, SP: Autores Associados, 2002. p. 17-30.	
16/11/2021 Terça-feira	Assíncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Elaboração do trabalho das escolas ginásticas/métodos ginásticos Visualizar tutorial da atividade avaliativa 2	- Cada grupo deve elaborar o trabalho das Escolas Ginásticas/Métodos Ginásticos.
18/11/2021 Quinta-feira	Assíncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Elaboração do trabalho das escolas ginásticas/métodos ginásticos Visualizar tutorial da atividade avaliativa 2	- Cada grupo deve elaborar o trabalho das Escolas Ginásticas/Métodos Ginásticos.
23/11/2021 Terça-feira	Assíncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Envio dos trabalhos das escolas ginásticas/métodos ginásticos	- Cada grupo deve enviar os trabalhos das Escolas Ginásticas/Métodos Ginásticos (Atividade Avaliativa 2)
25/11/2021 Quinta-feira	Síncrona	2h	I Introdução ao estudo da Ginástica	Discussão acerca das escolas ginásticas/métodos ginásticos	- Construção coletiva de um quadro sobre os métodos ginásticos.
30/11/2021 Terça-feira	Assíncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Texto 6: LEBRE, Eunice, ARAÚJO, Carlos. Manual de Ginástica Rítmica. Portugal: Porto Editora, 2006. p. 12-85.	- Cada aluno/a deve estudar o texto 06.
02/12/2021 Quinta-feira	Síncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Slides e materiais disponibilizados no Moodle	- Apresentação dos fundamentos básicos das ginásticas.
07/12/2021 Terça-feira	Assíncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: formas básicas de movimentos; saltitos	- Visualizar vídeos 1 e 2.
09/12/2021 Quinta-feira	Assíncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: saltos	- Visualizar vídeos 3, 4 e 5.
14/12/2021 Terça-feira	Assíncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: ondas e equilíbrios	- Visualizar vídeos 6, 7, 8 e 9.
16/12/2021 Quinta-feira	Síncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: formas básicas de movimentos; saltitos; saltos; ondas e equilíbrios Visualizar tutorial da atividade avaliativa 3	- Cada grupo deve apresentar atividades práticas e educativos. (Atividade Avaliativa 3.1)
				RECESSO ESCOLAR	



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900

Florianópolis-SC-Brasil

Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368

e-mail: def@contato.ufsc.br



01/02/2022 Terça-feira	Assíncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: formas de girar e pivots	- Visualizar vídeos 10, 11 e 12.
03/02/2022 Quinta-feira	Assíncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: pré-acrobáticos e acrobáticos	- Visualizar vídeos 13 e 14.
08/02/2022 Terça-feira	Assíncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: pré-acrobáticos e acrobáticos	- Visualizar vídeos 15 e 16.
10/02/2022 Quinta-feira	Síncrona	2h	II Movimentos Ginásticos	Elementos corporais: formas de girar; pivots; pré-acrobáticos e acrobáticos Visualizar tutorial da atividade avaliativa 3	- Cada grupo deve apresentar atividades práticas e educativos. (Atividade Avaliativa 3.2)
15/02/2022 Terça-feira	Assíncrona	6h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Texto 07: AYOUB, Eliana. Ritmo: um tema para estudo na educação física. Texto 08: AYOUB, Eliana. Brincando com o ritmo na educação física. Revista Presença Pedagógica , Belo Horizonte, v.6, n. 34, p. 49-57, jul/ago 2000. Texto 09: LOURENÇO, Márcia Regina Aversani. O inconstante código de pontuação da ginástica rítmica. In: PAOLIELLO, Elizabeth; TOLEDO, Eliana de. Possibilidades de ginástica rítmica . São Paulo Phorte Editora, 2010, p. 111-142. Texto 10: SCARABELIM, Maria L.; TOLEDO, Eliana. Proposal of analytical records for choreographic compositions in gymnastics for all. Revista Brasileira de EF e Esporte , v. 30, n. 1, p. 159-70, 2016. Texto 11: CARBINATTO, Michele Viviene; FURTADO, Lorena Nabanete Reis. Choreographic process in gymnastics for all. Science of Gymnastics Journal , v. 11, n. 3, 2019.	- Cada aluno/a deve estudar os textos 07; 08; 09; 10; 11.
17/02/2022 Quinta-feira	Assíncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Videoaulas e materiais disponibilizados no Moodle	- Apresentação sobre ritmo, criatividade e composição coreográfica.
22/02/2022 Terça-feira	Síncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Revisão dos conteúdos para a avaliação teórica	- Discussão sobre as dúvidas relacionadas ao conteúdo da avaliação teórica.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário – Trindade 88.040-900

Florianópolis-SC-Brasil

Fone: (048) 3721-9462 – (048) 3721-9368

e-mail: def@contato.ufsc.br



24/02/2022 Quinta-feira	Assíncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Realização da Avaliação teórica no Moodle Visualizar tutorial da atividade avaliativa 4	- Cada aluno/a deve responder a avaliação teórica individual e escrita. (Atividade Avaliativa 4)
01/03/2022 Terça-feira	Assíncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Composição coreográfica Visualizar tutorial da atividade avaliativa 5	- Cada grupo deve iniciar a elaboração da atividade avaliativa 5 (coreografia).
03/03/2022 Quinta-feira	Síncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Correção e análise das questões da avaliação teórica Discussão sobre as dúvidas relacionadas às coreografias	- Feedback e discussão sobre as questões da avaliação teórica.
08/03/2022 Terça-feira	Síncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Aula prática: manejo de aparelhos	- Apresentação dos manejos básicos dos aparelhos gímnicos.
10/03/2022 Quinta-feira	Assíncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Composição coreográfica	- Cada grupo deve elaborar a atividade avaliativa 5 (coreografia).
15/03/2022 Terça-feira	Assíncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Composição coreográfica	- Cada grupo deve enviar a atividade avaliativa 5 (coreografia).
17/03/2022 Quinta-feira	Síncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Composição coreográfica	- Cada grupo deve apresentar o vídeo da coreografia. (Atividade Avaliativa 5)
22/03/2022 Terça-feira	Assíncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Encerramento da disciplina: Avaliação e Feedback	- Cada aluno/a deve enviar/apresentar o feedback do semestre e da disciplina.
24/03/2022 Quinta-feira	Assíncrona	2h	III Sistematização dos movimentos gímnicos	Disponibilização da avaliação e envio das notas finais	- Publicação das notas. - Prova de Recuperação.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
E-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

Código: DEF 5836

Disciplina: Teoria e Metodologia da Ginástica Esportiva

Carga Horária: 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professora: Ma. Anne Ribeiro Streb

E-mail: anne.streb@ufsc.br

Encontros: segundas-feiras 9h10min até 11h50min

terças-feiras 9h10min até 10h

PLANO DE ENSINO - 2021/2

1 EMENTA

Histórico e evolução da ginástica esportiva. Fundamentos básicos e aspectos metodológicos do ensino da ginástica artística, ginástica rítmica, ginástica acrobática e ginástica para todos (ginástica geral). Séries elementares. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2 OBJETIVO GERAL

Contribuir à formação do profissional de Educação Física (EF); capaz de estimular a uma prática da Ginástica Esportiva, consciente e espontânea, pautada nos princípios da EF de teor humanista.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Introdução das técnicas fundamentais das diferentes modalidades no seu processo de iniciação;
- 3.2. Estruturação e reestruturação de conteúdos voltados à iniciação dos gestos das diferentes formas de Ginástica Esportiva;
- 3.3. Conhecimento das regras básicas do código de pontuação nas diferentes formas de Ginástica Esportiva.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – Contextualização da ginástica esportiva.

- Introdução e histórico das diferentes formas de Ginástica Esportiva; Importância da Ginástica Esportiva.

METODOLOGIA: Explanção oral, utilização de multimídia, discussão em pequenos grupos, leitura de textos.

4.2 UNIDADE II – Habilidades motoras e processo ensino aprendizagem da Ginástica Esportiva.

- Habilidades motoras e processo ensino aprendizagem da Ginástica Rítmica; Habilidades motoras e processo ensino aprendizagem da Ginástica Artística.

METODOLOGIA: Explanção oral, utilização de multimídia, leitura de textos, aulas práticas mediadas por tecnologia.

4.3 UNIDADE III – Ginástica Rítmica.

- Introdução aos fundamentos da Ginástica Rítmica; Ginástica Rítmica popular; Elementos corporais fundamentais da Ginástica Rítmica; Manejo dos aparelhos oficiais de Ginástica Rítmica; Regulamentação da Ginástica Rítmica.

METODOLOGIA: Explanação oral, utilização de multimídia, trabalhos em grupos, observações, aulas práticas mediadas por tecnologia.

4.4 UNIDADE IV – Ginástica Artística.

- Introdução aos fundamentos da Ginástica Artística; Elementos fundamentais do solo; Aparelhos masculinos e femininos; Regulamentação da Ginástica Artística.

METODOLOGIA: Explanação oral, utilização de multimídia, trabalhos em grupos, observações, aulas práticas mediadas por tecnologia.

4.5 UNIDADE V – Ginástica Acrobática

- Características estruturais da Ginástica Acrobática: pegadas básicas; montes e desmontes; figuras básicas.

METODOLOGIA: Explanação oral, utilização de multimídia, aulas práticas mediadas por tecnologia.

4.6 UNIDADE VI – Ginástica Para Todos.

- Ginástica Para Todos: características e gym na estrada mundial.

METODOLOGIA: Explanação oral, utilização de multimídia, apresentações, aulas práticas mediadas por tecnologia.

5 AVALIAÇÃO

A avaliação será composta por três notas:

- A1= Enquetes – 30%.
 - A2= Apresentações e relatórios dos seminários – 30%.
 - A3= Elaboração de vídeo com apresentação de ginástica – 40%.
-
- Enquetes: Atividades dissertativas referente às leituras solicitadas. A matriz de avaliação será fornecida *a posteriori*.
 - Apresentação e relatórios dos seminários: Serão sorteados 4 grupos para a apresentação das modalidades de ginástica estudadas. Cada grupo será responsável por apresentar um seminário explicativo da temática (nota coletiva de 20%). Os demais alunos deverão entregar um relatório avaliativo de cada apresentação coletiva (nota individual de 10%).
 - Elaboração de uma vídeo-aula: Vídeo entre 3 e 6 minutos que contenha uma proposta de ensino-aprendizagem de uma modalidade de ginástica escolhida. Serão disponibilizados os critérios de avaliação previamente.

A média será realizada com a seguinte fórmula:

$$\frac{(nota A1 X 3) + (nota A2 X 3) + (nota A3 X 4)}{10}$$

O acadêmico com frequência suficiente que não tendo alcançado média semestral conforme consta no regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC (Resolução 017/CUn/97), poderá realizar uma avaliação de recuperação que será composto por uma prova individual compreendendo questões objetivas e dissertativas sobre todo o conteúdo desenvolvido na disciplina.

6 FREQUÊNCIA

A frequência será determinada pela presença nas aulas síncronas e pela entrega das atividades referente as aulas assíncronas.

7 CRONOGRAMA

Data	CH	Modalidade	Conteúdo	Estratégia
25/10	3h/a	Síncrona	Apresentação plano de ensino	Webconferência, metodologias ativas
26/10	2h/a	Assíncrona	História da ginástica: esportiva	Leitura: Capítulo 5 (Correa, 2002)
01/11	3h/a	Assíncrona	História da ginástica esportiva	Enquete 1
02/11			FERIADO	
08/11	3h/a	Síncrona	Introdução e histórico das diferentes formas de ginástica esportiva	Webconferência, metodologias ativas
09/11	2h/a	Assíncrona	Realidade da ginástica no Brasil e no mundo	Documentário: Atleta A
15/11			FERIADO	
16/11	2h/a	Assíncrona	Realidade da ginástica no Brasil e no mundo	Documentário: Ginástica rítmica no Brasil
22/11	3h/a	Síncrona	Contextualização geral ginástica esportiva	Webconferência, metodologias ativas
23/11	2h/a	Assíncrona	Contextualização geral ginástica esportiva	Leitura: Capítulo 1 (De Souza, 1997)
29/11	3h/a	Síncrona	Habilidades motoras e processo ensino aprendizagem	Webconferência, metodologias ativas
30/11	2h/a	Assíncrona	Preparação física específica: ações motores	Enquete 2
06/12	3h/a	Síncrona	Preparação física específica: ações motores	Textos, vídeos e produção de material
07/12	2h/a	Assíncrona	Preparação física específica: ações motores	Enquete 3
13/12	3h/a	Assíncrona	Especialização precoce na ginástica	Leitura: Nomura et al., 2010
14/12	3h/a	Assíncrona	Especialização precoce na ginástica	Documentário: Ginastas mirins superam dor em busca do sonho olímpico

RECESSO ESCOLAR DO SEGUNDO SEMESTRE LETIVO DE 2021				
31/0 1	3h/ a	Síncrona	Modalidades da ginástica esportiva: convidado externo	Webconferência, metodologias ativas
01/0 2	3h/ a	Assíncrona	Modalidades da ginástica esportiva	Vídeo: Fora da série - CBG
07/0 2	3h/ a	Síncrona	Ginástica rítmica	Apresentação do trabalho
08/0 2	2h/ a	Assíncrona	Ginástica rítmica	Relatório
14/0 2	3h/ a	Síncrona	Ginástica acrobática	Apresentação do trabalho
15/0 2	2h/ a	Assíncrona	Ginástica acrobática	Relatório
21/0 2	3h/ a	Síncrona	Ginástica artística	Apresentação do trabalho
22/0 2	2h/ a	Assíncrona	Ginástica artística	Relatório
28/0 2	PONTO FACULTATIVO			
01/0 3	PONTO FACULTATIVO			
07/0 3	3h/ a	Síncrona	Ginástica para todos.	Apresentação do trabalho
08/0 3	2h/ a	Assíncrona	Ginástica para todos	Relatório
14/0 3	3h/ a	Assíncrona	Criação da vídeo-aula	-
15/0 3	2h/ a	Assíncrona	Criação da vídeo-aula	-
21/0 3	3h/ a	Assíncrona	Recuperação	Semana de recuperação
22/0 3	2h/ a	Assíncrona	Recuperação	Semana de recuperação

8 BIBLIOGRAFIA

8.1. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

ARAÚJO, C. Manual de ajudas em ginástica. 2. ed. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2012.

NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M. H. C. (Org.). Fundamentos das Ginásticas. Jundiaí: Fontoura, 2009. 240 p.

PAOLIELLO, E.; TOLEDO, E. (Org.). Possibilidades da Ginástica Rítmica. Barueri: Phorte, 2010. v. 1. 440 p.

PÉREZ-GALLARDO, Jorge Sergio. Fundamentos básicos da ginástica acrobática competitiva. Campinas, SP: Autores Associados, 2007.

8.2. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

NUNOMURA, Myrian e NISTA-PICCOLO, Vilma Lení. Compreendendo a ginástica artística. São Paulo: Phorte, 2005.

SOUZA, E.P.M. Ginástica geral: uma área do conhecimento da educação física. Campinas, 1997. Tese (Doutorado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021-2

Código: DEF 5837

Disciplina: **Teoria e Metodologia da Dança**

Carga Horária: 04 créditos (h/a semana) - 72 h/a; 54 teórico-práticos e 18 PCC

Horários: 5ª feira - 02 h/a assíncronas

6ª feira - 02 h/a síncronas

Pré-requisito: sem pré-requisito

Professora: Luciana Fiamoncini

E-mail: lfiamoncini@yahoo.com.br

1 EMENTA

Concepções, estilos e técnicas: contexto histórico e metodológico Danças atuais, contemporâneas e improvisação: análise e prática. Apreciações críticas da dança: introdução às linguagens estéticas. Práticas pedagógicas, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2 OBJETIVO GERAL

Favorecer a aquisição de conhecimentos básicos sobre a dança, articulando aspectos conceituais, históricos e técnicos com vivências práticas de diferentes manifestações dançantes na perspectiva da Cultura, da Arte e da Educação.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Reconhecer e vivenciar diferentes manifestações dançantes;
- 3.2 Identificar subsídios teórico-práticos que incluam conhecimentos técnicos, históricos, conceituais sobre dança;
- 3.3 Refletir sobre alternativas metodológicas para o ensino da dança, que atendam ao desenvolvimento da criatividade, do espírito crítico e de processos artísticos;
- 3.4 Conhecer técnicas e metodologias que subsidiem o planejamento de aulas de dança em suas diferentes manifestações dançantes;
- 3.5 Desenvolver percepção crítica relacionada aos conhecimentos sobre dança, assim como na observação direta de diferentes manifestações.
- 3.6 Pesquisar alguns contextos socioculturais em que se efetivem as manifestações dançantes.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – Aspectos conceituais relacionados à dança, arte, cultura, sociedade em suas relações com a Educação Física.

4.2 UNIDADE II – Desenvolvimento histórico da dança.

- Técnicas e artistas de destaque no processo histórico da dança.
- O desenvolvimento da dança no Brasil.

4.3 UNIDADE III - Como ver a dança?

- Reflexões sobre o lugar do espectador/público
- A formação de plateia em dança.

4.4 UNIDADE IV - Técnicas de dança e de movimento: bases e fundamentos.

- Percepção do corpo em movimento: técnica, expressão e criatividade.
- Noções de improvisação, composição e montagem coreográficas: fundamentos artísticos.
- Estudo sobre *Esforço* a partir de Rudolf von LABAN - Fatores do Movimento: tempo, espaço, peso e fluência.
- Estudo sobre ritmo e sua relação com a dança.

4.5 UNIDADE V – Dança, ensino e diversidade sociocultural.

- Estudo de danças em seus diferentes contextos socioculturais.
- Questões metodológicas relacionadas à especificidade das danças e a organização de aulas práticas.

4.6 UNIDADE VI - Trabalho de Campo: Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares (PCC) serão cumpridas com pesquisas e experiências práticas pedagógicas.

5. METODOLOGIA

- Aulas expositivo/dialogadas a partir de recursos audiovisuais (aulas síncronas);
- Elaboração de sínteses reflexivas sobre vídeos de curta duração e textos;
- Apresentação de seminários (individual e em grupos);
- Oficinas de dança e improvisação;
- Criação de pequena montagem coreográfica;
- Leitura e fichamento de textos indicados no contexto de atividades assíncronas;
- Observação (virtual) e relatório de espetáculos de dança (disponibilizados no Youtube);
- Trabalhos de pesquisa;
- Entrevista (virtual) com professor de dança;
- Elaboração de plano de intervenção.

*As estratégias metodológicas, durante esse período de excepcionalidade, serão realizadas durante as aulas síncronas e assíncronas por meio de recursos tecnológicos como o Google Meet/ Moodle/ Fórum/ E-mail ou outro meio tecnológico acordado com a turma. As aulas síncronas serão compostas pela exposição dialogada do docente e reflexões sobre o conteúdo a partir de estímulos como pequenos vídeos, textos, apresentações de *slides*, dinâmicas de grupo, seminários, oficinas de dança e improvisação, etc. Para as aulas assíncronas estão

previstas leituras e fichamento de textos, exercícios de pesquisa, entrevista (virtual), observação (virtual) de espetáculos de dança, criação e registro audiovisual de pequena coreografia de dança e elaboração de plano de intervenção.

6. AVALIAÇÃO

Consta da avaliação a participação durante o semestre, a realização de resenha, trabalho de pesquisa, planejamento de intervenção.

As avaliações terão como critérios: a assiduidade; o cumprimento das atividades propostas na disciplina; a participação qualitativa nas oficinas e encontros virtuais; a qualidade do conteúdo e da apresentação dos trabalhos; a criatividade e qualidade das reflexões apresentadas nos trabalhos.

A média final: corresponde ao somatório das avaliações.

AVALIAÇÕES

- Trabalho em grupo (seminário Estilos de Dança)
- Trabalho individual (resenha)
- Trabalho em dupla (plano de intervenção/proposta teórico-metodológica para o ensino da dança)
- Participação (ativa, criativa, reflexiva nas aulas síncronas e entrega dos trabalhos solicitados)

DATAS

26/11/2021
17/12/2021

04/03/2022

Durante o semestre

* **Frequência:** será considerada nas atividades síncronas e na entrega das tarefas das atividades assíncronas.

RECUPERAÇÃO: será contínua durante todo o período letivo, com reelaboração, complementação e melhoria dos trabalhos propostos. Quando necessário será realizada uma prova escrita com todo conteúdo programático, dentro do período de recuperação estipulado pelo calendário da UFSC.

7. CRONOGRAMA

Datas	Modalidade	Carga horária	Conteúdo	Estratégia
28/10	Síncrona	2h	Apresentação/discussão do plano de ensino	webconferência, chat
29/10	Síncrona	2h	Dança, arte, cultura, sociedade	Aula expositiva-dialogada, chat/ vivência de dança
	Assíncrona	4h	Dança, arte, cultura, sociedade	Vídeo e Síntese reflexiva sobre o vídeo
05/11	Síncrona	2h	Dança, arte, cultura, sociedade	Aula expositiva-dialogada, chat
	Assíncrona	2h	Dança, relações com educação e Educação Física	Fichamento de texto
12/11	Síncrona	2h	Dança, relações com educação e Educação Física	Aula expositiva-dialogada, chat
	Assíncrona	2h	Ritmo e a relação com a dança	Vídeos/Texto

19/11	Síncrona	2h	Ritmo e sua relação com a dança/ Fatores de Movimento: tempo, espaço, peso, fluência	Vídeos/Vivência de ritmo e dança
	Assíncrona	4h	Contextualização histórica da dança/ Desenvolvimento da dança no Brasil	Leitura, síntese e questões sobre textos de apoio
26/11	Síncrona	2h	Contextualização histórica da dança/ Desenvolvimento da dança no Brasil	Aula expositiva-dialogada, chat
	Assíncrona	2h	Técnicas/estilos de dança e de movimento	Trabalho de pesquisa
03/12	Síncrona	2h	Técnicas/estilos de dança e de movimento	Apresentação de Seminário
	Assíncrona	2h	Técnicas/estilos de dança e de movimento	Trabalho de pesquisa
10/12	Síncrona	2h	Técnicas/estilos de dança e de movimento	Apresentação de Seminário
	Síncrona	2h	Noções de improvisação, composição e montagem coreográfica	Aula expositiva-dialogada, chat/vivência de dança
	Assíncrona	4h	Questões metodológicas/ Técnicas/estilos de dança	Texto base
17/12	Síncrona	2h	Questões metodológicas/ Técnicas/estilos de dança	Aula expositivo/dialogada/vivência de dança
	Assíncrona	4h	O lugar do espectador, a formação de plateia em dança	Vídeos e relatórios de observação
04/02	Síncrona	2h	O lugar do espectador, a formação de plateia em dança	Socialização dos relatórios de observação
	Assíncrona	6h	Dança, ensino e diversidade cultural	Texto / Vídeo
18/02	Síncrona	2h	Dança, ensino e diversidade cultural	Aula expositiva-dialogada, chat
	Assíncrona	6h	Práticas de componentes curricular (PCC) pesquisa e elaboração de plano de intervenção pedagógica	Entrevista (virtual) com professor de dança Proposta teórico-metodológica/ Plano de intervenção
04/03	Síncrona	2h	Práticas de componente curricular (PCC)	Seminário de apresentação do plano de intervenção e entrevista
	Assíncrona	02h	Práticas de componentes curricular (PCC)	Ajustes no plano de intervenção pedagógica
11/03	Síncrona	2h	Práticas de componente curricular (PCC)	Seminário de apresentação do plano de intervenção e entrevista
	Assíncrona	02h	Práticas de componentes curricular (PCC)	Ajustes finais no plano de intervenção pedagógica
18/03	Síncrona	2h	Práticas de componente curricular (PCC)	Seminário de apresentação do plano de intervenção e entrevista

25/03	Síncrona	2h	Prova de Recuperação (para quem não atingir a média final necessária)	webconferência, chat
-------	----------	----	---	----------------------

8. BIBLIOGRAFIA

8.1 - BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

ANDREOLI, Guiliano Souza. Representações de masculinidade na dança contemporânea. **Movimento**. Porto Alegre, v.17, n.01, p. 159-175, 2011.

CACHOREIRA, Nicole Rosa; FIAMONCINI, Luciana. Educação Somática e Dança na consciência corporal. **Pensar a Prática**. v.21, n. 03, p. 564-576, 2018.

CASTRO, Daniela Llopart. O aperfeiçoamento das técnicas de movimentação em dança. **Movimento**. Porto Alegre, v. 13, n. 01, p. 121-130, 2007.

LEITE, Fernanda H. de Carvalho. Contato Improvisação (*contact improvisation*) um diálogo em dança. **Movimento**. Porto Alegre, v.11, n.02, p. 89-110, 2005.

SOUZA, Ana Aparecida Almeida; BRASILEIRO, Lívia T. Saberes docentes de professoras de Educação Física sobre o conteúdo dança. **Motrivivência**, v. 31, n. 59, p. 01-18, 2019.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BARRETO, Débora. **Dança: ensino, sentidos e Possibilidades na escola**. Dissertação de Mestrado. Campinas, 1998.

CASTRO, Daniela Llopart. **Movimento em Dança: uma linguagem de expressão emancipada**. Dissertação de Mestrado. UDESC. Florianópolis, 2002.

DUNCAN, Isadora. **Minha Vida**: Isadora Duncan. Rio de Janeiro: José Olímpio, 1989.

_____. **Isadora: Fragmentos autobiográficos**. Porto Alegre: L&M, 1996.

DUARTE JR., João F. **Fundamentos Estéticos da Educação**. Campinas: Papyrus, 1988.

_____. **O Sentido dos Sentidos: a educação do sensível**. Curitiba: Criar edições, 2001.

PORTINARI, Maribel. **História da Dança**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989.

FIAMONCINI, Luciana; SARAIVA, Maria do Carmo. Dança na Escola: a criação e a co-educação em pauta. In: KUNZ, Elenor (org). **Didática da Educação Física I**. 6ª ed. Ijuí: UNIJUÍ, 2018.

FIAMONCINI, Luciana. **Dança: esportivizada ou expressiva? O que pensam os bailarinos de Florianópolis**. Monografia de especialização. UFSC. Florianópolis, 1996.

GARAUDY, Roger. **Dançar a vida**. RJ. Nova Fronteira, 1980.

LABAN, Rudolf von. **Domínio do Movimento**. São Paulo: Editorial Summus, 5ª ed.1978.

MARQUES, Isabel. **O ensino de dança hoje: textos e contextos**. São Paulo: Cortez, 1999.

NUNES, Sandra Meyer. **As metáforas do corpo em cena**. São Paulo: Annablume/UDESC, 2009.

PACHECO, Ana Julia Pinto. A dança na Educação Física: uma Revisão da Literatura. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Caderno 2. Vol. 21 Nº 1 Setembro de 1999. p. 117 – 123.

PORTINARI, Maribel. **História da Dança**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989.

RECKZIEGEL, Ana Cecília de C. & STIGGER, Marco Paulo. Dança de Rua: opção pela dignidade e compromisso social. **Movimento**, Porto Alegre, v.11, n.2, maio/ago. 2005. p.59-73.

PEREIRA, Roberto (coord.) **Lições de Dança 5**. Escola de Comunicação e Artes. Curso de Dança. Rio de Janeiro: UniverCidade Ed., 2005.

SANTIN, Silvino. **Educação Física: ética, estética e saúde**. Porto Alegre: edições EST, 1995.

SARAIVA, M.C.; LIMA, E. P.; CAMARGO, J. F.; FIAMONCINI, L. Vivências em dança. Compreendendo as relações em dança, lazer e formação. In: FALCÃO, J. L. C.; SARAIVA, M.C. (orgs). **Esporte e Lazer na Cidade, vol 1**. (p. 141-170) Florianópolis: Lagoa Editora, 2007.

SARAIVA-KUNZ, Maria C. Ensinando Dança através da Improvisação. **Motrivivência**. Ns.5, 6, 7, pp. 166-69, Dez 1994.

SBORQUIA, Sílvia P.; GALLARDO, Sérgio P. As Danças na Mídia e as Danças na Escola. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 23, n.2, Jan. 2002, p. 105-118.

STINSON, Susan. Reflexões sobre a dança e os meninos. **Pró-posições**, Faculdade de Educação- UNICAMP. Vol. 9, n. 2 [26] – Junho/ 1998, pp. 55-61.

STINSON, Susan W. Vozes de Meninos adolescentes. **Pró-posições**, Faculdade de Educação- UNICAMP. Vol. 9, n. 2 [26] – Junho/ 1998, p. 62-69

STRAZZACAPPA, Márcia. Dançando na Chuva... e no chão de cimento. In: FERREIRA, Sueli (org) **O ensino das artes: construindo caminhos**. Campinas/SP: Papyrus, 2001.

STRAZZACAPPA, Márcia; MORANDI, Carla. **Entre a arte e a docência**. Campinas/SP: Papyrus Editora, 2006.

TAYLOR, Sherry B. Dança em uma época de crise social: em direção a uma visão transformadora de dança-educação. **Revista comunicações e artes**. São Paulo, 17 (28), Jan-abr 1991.

XAVIER, Jussara; MEYER, Sandra & TORRES, Vera. (orgs.) **Coleção Dança Cênica: Pesquisas em Dança**. Vol.1. Joinville: Letradágua, 2008.

XAVIER, Jussara; MEYER, Sandra & TORRES, Vera. (orgs.) **Histórias da Dança**. Florianópolis. Ed da UDESC, 2012. (coleção Dança Cênica; v.2)

http://tvcultura.com.br/videos/13188_ana-mae-barbosa-12-10-1998.html

<https://www.youtube.com/watch?v=PDQpgF0ZYAw>



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO EMERGENCIAL (2021/2)

Código: DEF 5838 Turma: 0344

Disciplina: Teoria e metodologia da recreação e lazer

Carga horária: 04 créditos (h/a semanais) -72 h/semestrais (54 h/a teórico-práticas e 18 h/a PCC). 28h/a síncronas e 44h/a assíncronas.

Pré-requisito: Sem pré-requisito.

Professora: Lisiane Schilling Poeta Fernandes (lisianepoeta@hotmail.com;
lisiane.poeta@ufsc.br).

1. EMENTA

O lazer, a educação e o trabalho na sociedade. Caracterização e conceituação de lazer e recreação. Teoria e aspectos metodológicos da recreação e lazer. O jogo no processo de sociabilização. Espaços públicos de recreação e lazer. O recreacionista e sua função nos diversos campos de intervenção profissional. Planejamento, preparação, execução e avaliação de atividades de recreação. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiência de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Auxiliar na sistematização teórica e prática na formação dos futuros profissionais de Educação Física no que diz respeito aos conhecimentos sobre lazer/recreação e suas interfaces com a educação física.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Analisar as principais concepções sobre o lazer/recreação no âmbito da produção acadêmica;
- 3.2 Apontar perspectivas para as várias funções das práticas de lazer/recreação a partir da apreensão dos elementos constitutivos de sua conceituação e os diversos campos de atuação profissional;
- 3.3 Analisar o jogo como possibilidade de sociabilização do indivíduo;
- 3.4 Elaborar a relação entre trabalho, lazer e educação na sociedade centrando-a no contexto histórico que lhe engendra e lhe dá sentido;
- 3.5 Obter clareza sobre aspectos teóricos - metodológicos da recreação/lazer;
- 3.6 Problematizar o lazer/recreação por meio da elaboração de trabalhos de pesquisa;
- 3.7 Elaborar, planejar e executar atividades de recreação/lazer.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I – As diversas concepções sobre o trabalho, o lazer, a sociedade, a educação e as relações com a educação física.

4.1.1 A relação entre trabalho e lazer/recreação como fruto das relações sociais existentes;

4.1.2 O lazer/recreação, seus conceitos e o contexto histórico que lhe dá sentido;

4.1.3 O lazer/recreação no campo da educação física;

4.2 UNIDADE II – Princípios teóricos-metodológicos e as práticas de lazer/recreação.

4.2.1 Aspectos teórico-metodológicos da recreação/lazer.

4.2.2 O lazer/recreação e a questão dos espaços públicos, equipamentos, política, ideologia;

4.2.3 Estratégias didático-pedagógicas para as práticas de lazer/recreação e a sua elaboração teórica.

4.3. UNIDADE III - Pesquisas e a problematização dos estudos do lazer/recreação.

4.3.1. A pertinência das temáticas e problemas nas pesquisas sobre o lazer/recreação e a questão da relevância social a partir das variadas funções de suas atividades;

4.3.2. A necessidade de pesquisas sobre a realidade do lazer/recreação no Brasil e a educação física;

4.3.3. Pesquisando numa perspectiva multidisciplinar e o planejamento/execução de atividades de lazer/recreação.

5 METODOLOGIA

- Aulas síncronas (28h/aula): plataforma BigBlueButton e/ou Google Meet ou webconference. As aulas serão expositivo-dialogadas com leituras de textos e dinâmicas individuais e em grupos, nos horários da disciplina, com datas já previstas no cronograma.
- Aulas assíncronas (44h/aula): plataforma moodle: leitura de textos, fórum, entrega de tarefas, vídeos, etc).
- O moodle será a principal forma de comunicação entre professor e alunos.

OBS: Os horários da disciplina (Segundas das 7h30min às 10h; Sextas das 7h30 às 8h20min) em que não estivermos em atividades síncronas, estarão disponíveis para atendimento, com agendamento prévio do aluno via e-mail ou plataforma Moodle.

6 AVALIAÇÃO

a) Atividades semanais e/ou quinzenais (peso 1)

Serão realizadas de forma individual e/ou em grupo, que deverão ser entregues/postadas na plataforma moodle, prazo de sete dias corridos. Tais atividades serão compostas de exercícios, observação de vídeos, *quiz*, leitura de artigos (atividades assíncronas). Ao final, será realizada a média aritmética

dessas atividades, valendo 10 pontos (peso 1 na média final).

b) Trabalhos em grupos (peso 1)

- Trabalho 1: Observação de um espaço público de lazer (por meio do aplicativo Google Earth, ou outro aplicativo de localização), analisando criticamente a utilização do espaço e equipamentos, com sugestão de melhora do espaço para uso da comunidade. A metade da nota será a apresentação e a outra metade será o trabalho entregue.

- Trabalho 2: O tema será escolhido pelo grupo ou sorteado, dentre esses: recreação para crianças e adolescentes; recreação para idosos; recreação em acampamentos/esportes de aventura; esportes recreativos; O grupo deverá montar um plano de aula, além do trabalho teórico (escrito). Deverá ser apresentado de forma síncrona, conforme o cronograma, sendo que metade da nota será a apresentação e a outra metade será o trabalho entregue.

*As 18 h/aula de Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares (PPCC) serão cumpridas com atividades elaboradas pelos alunos, tais como a elaboração de um trabalho de sugestões de atividades práticas de recreação, após a observação de vídeos contendo atividades recreativas.

c) Avaliação individual (prova): (peso 2).

Para compor a nota final para aprovação, será realizada média ponderada de todas as atividades proposta. O aluno que não alcançar a média final (6.0) terá direito a prova de recuperação.

7 FREQUENCIA

A frequência estará vinculada à realização das atividades semanais e/ou quinzenais (tais como resolução de problemas, exercícios, quiz, glossários, vídeos, etc.) que deverão ser entregues via plataforma Moodle, no prazo de sete dias corridos, bem como a participação nas aulas síncronas (2h/aula por semana, conforme cronograma).

8 CRONOGRAMA

UNIDADE	SEMANA	DATA	CONTEÚDO	RECURSO/ ESTRATÉGIA (4h semanais)	
I	1	25/10	Apresentação da disciplina, plano de ensino e cronograma.	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)	
	2	01/11	Significado do lazer e da recreação. Conceitos. Contexto histórico do lazer.	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)	
	3	08/11	Abordagens teóricas da recreação e do lazer	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)	
	4	15/11	FERIADO Brincadeira e o jogo (tipos de jogos). Jogo cooperativo e competitivo	Assíncrona (4h)	
	5	22/11	Espaços públicos	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)	
	6	29/11	AVALIAÇÃO INDIVIDUAL (PROVA). Relação entre trabalho e lazer	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)	
II	7	06/12	Aspectos teóricos metodológicos para a recreação e lazer (estratégias didático- pedagógicas)	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)	
	8	13/12	Recreação e lazer no campo da educação física – crianças	Síncrona (2h)* Assíncrona (4h)	
	Recesso				
	9	31/01	Atividades sistematizadas; recreação para diferentes grupos - hotéis	Síncrona (2h)* Assíncrona (4h)	
	10	07/02	Atividades sistematizadas; recreação para diferentes grupos – idosos	Síncrona (2h)* Assíncrona (4h)	
III	11	14/02	Atividades sistematizadas; recreação para diferentes grupos – esportes recreativos	Síncrona (2h)* Assíncrona (4h)	
	12	21/02	Atividades sistematizadas; recreação para diferentes grupos – acampamentos	Síncrona (2h)* Assíncrona (4h)	
	13	28/02	FERIADO		
	14	07/03	Estudos e pesquisas na área da recreação e lazer	Síncrona (2h)* Assíncrona (6h)	
	15	14/03	Fechamento	Síncrona (2h)* Assíncrona (2h)	
	16	21/03	Prova de recuperação	Síncrona (2h)*	

*Aula síncrona: Segunda-feira, das 8h20 às 10h (2h/a de aula síncrona).

Aulas assíncronas de 4h/a serão para realização de trabalhos/seminários.

**Este cronograma poderá sofrer alterações no decorrer do semestre. Os alunos serão informados a respeito de qualquer alteração.

9 BIBLIOGRAFIA

BÁSICA

BACHELADENSKI, M.S.; MATIELLO JR, E. Contribuições do campo crítico do lazer para promoção da saúde. *Ciência e saúde coletiva*, 15(5): 2569-2579, 2010.

ROSA, M.C.; FERREIRA, J.TAA. Ruas de recreio na cidade de Belo Horizonte (fim da década de 1950 até 1980). *Revista Brasileira Ciência*, 41(4): 451-457, 2019.

SANTOS, F.C. O direito ao lazer: políticas culturais. *Revista Brasileira Ciência Esporte*, 35(4): 1093-1098, 2013.

Todo o material utilizado nas aulas (textos, artigos, vídeos e slides via Moodle) serão disponibilizados na plataforma Moodle.

COMPLEMENTAR (não disponíveis no acervo digital)

Antunes, R. **Os sentidos do trabalho: ensino sobre a afirmação e a negação do trabalho**. São Paulo: Bontempo, 1999.

Bosi, E. **Cultura de massa e cultura popular: leituras de operárias**. Petrópolis: Vozes, 1978.

Huizinga, J. **Homo ludens: o jogo como elemento da cultura**. São Paulo: Perspectiva, 1993.

Marcelino, N.C. **Pedagogia da animação**. Campinas: Papyrus, 1990.

Mascarenhas, F. **Lazer como prática da liberdade: uma proposta educativa para a juventude**. Goiânia: Editora da UFG, 2003.

Melo, V. A. Alves Júnior, E. D. **Introdução ao lazer**. 2. Ed. Barueri, SP: 2012.

Isayama, H. F. (Org.). **Lazer em estudo – currículo e formação profissional**. Campinas, SP: Papyrus, 2010.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis (SC) Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: (48) 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

Cursos: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO EMERGENCIAL – 2021.2

Código: DEF 5840

Disciplina: Teoria e Metodologia dos Esportes Adaptados

Carga Horária: 04 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC)

7ª fase – disciplina obrigatória

Pré-requisitos: DEF-5818

Docente: Bruna Barboza Seron

1. EMENTA

Histórico e evolução dos esportes adaptados e paralímpicos: caracterização, aplicação, regulamentação e benefícios aos participantes. Classificação esportiva e funcional. Políticas públicas de esporte para pessoas com deficiência. Contribuição no processo de inclusão das pessoas com deficiência nos vários setores da sociedade. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino dos esportes adaptados. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Preparar os futuros profissionais de Educação Física para desenvolverem atividades esportivas às pessoas com deficiência.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Identificar a importância da prática das atividades esportivas às pessoas com deficiência;
- 3.2. Conhecer e aplicar metodologias para o desenvolvimento das modalidades paradesportivas;
- 3.3. Desenvolver perspectivas de ações didático-pedagógicas para a implantação das modalidades paradesportivas em diferentes instituições.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I – Esporte Adaptado e seus princípios.

Princípios do esporte adaptado, sua história ao longo dos anos. Esporte como fator de inclusão social. Estrutura organizacional dos esportes adaptados.

4.2. UNIDADE II – Esportes Adaptados: metodologias e processos pedagógicos para ensino dos fundamentos.

Metodologia de iniciação e treinamento dos esportes adaptados para seu desenvolvimento em instituições de ensino ou ambientes de treinamento. Regulamentação específica dos esportes adaptados.

5. METODOLOGIA

Aulas síncronas (28h/a; 38%) – Plataforma BigBlueButton e/ou Google Meet

As aulas serão expositivo-dialogadas; atividades em grupos e individuais; apresentações trabalhos individuais. As aulas síncronas estão previstas para 2h às terças-feiras, no horário da grade (entre 8:20 às 10h) e eventualmente às quintas-feiras também no horário da grade. No entanto, os dias e horários serão confirmados somente após acordado com os alunos.

Aulas assíncronas (44h/a; 61%) – Plataforma Moodle

As aulas assíncronas utilizarão de ferramentas da plataforma moodle (vídeos, fórum, produção de texto, estudo de textos)

Momentos opcionais de atendimento síncronos e assíncronos

Os atendimentos síncronos serão realizados no horário de aula com agendamento prévio do aluno.

6. AVALIAÇÃO

As avaliações se darão por atividades em momentos síncronos e assíncronos. Caso o aluno não consiga participar dos momentos síncronos, poderá realizar as atividades em momentos assíncronos.

Estão previstas avaliações em cumprimento de atividades no moodle (p.e: fórum, questionários, quiz). Além disso, será requisitado análise crítica de textos, produção de plano de aulas e produção de material digital.

Previsão de pesos e datas

AVALIAÇÃO	DATA PREVISTA	VALOR	PESOS
Plano de treino; gestão e participação do fórum de diálogos	Ao longo do semestre	10,0	3,0
Produção de material digital		10,0	2,0
Participação em atividades e tarefas	Ao longo do semestre	10,0	5,0

7. FREQUÊNCIA

A frequência será vinculada à participação nas aulas síncronas e realização das tarefas das atividades assíncronas. Em casos excepcionais e devidamente acordado, caso o aluno não possa participar dos momentos síncronos, a frequência estará vinculada a assistir à gravação da aula síncrona.

8. CRONOGRAMA

	CONTEÚDO	
Semana 1 Aulas 26/10 e 28/10	Apresentação do plano de ensino e discussão de estratégias Aspectos históricos e regulamentação	26/10 Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (3h/a)

Semana 2 Aulas de 02/11 e 04/11	Capacitismo no esporte para pessoas com deficiência	Assíncrona(5h/a)
Semana 3 Aulas de 09/11 e 11/11	Organização e gestão do paradesporto	09/11 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (3h/a)
Semana 4 Aulas de 16 e 18/11	Fundamentos básicos de Classificação esportiva	16/11 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (3h/a)
Semana 5 Aulas de 23/11 e 25/11	Preparação trabalho doping no esporte paralímpico	23/11 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a)
Semana 6 Aulas de 30/11 e 02/12	Apresentação seminário doping	30/11 - Aula ASSÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a)
Semana 7 Aulas de 07/12 e 09/12	Diálogos pedagógicos do Goalball	07/12- Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (3h/a)
Semana 8 Aulas de 14/12 e 16/12	Diálogos pedagógicos do Futebol de cinco	14/12 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (3h/a)
Semana 9 Aulas de 01/02 e 03/02	Diálogos pedagógicos da Bocha Paralímpica	01/02 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (3h/a)
Semana 10 Aulas de 08/02 e 10/02	Diálogos pedagógicos do Basquetebol em cadeira de rodas	08/02 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a)
Semana 11 Aulas de 15/02 e 17/02	Diálogos pedagógicos do Voleibol Sentado	15/02 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a)
Semana 12 Aulas de 22/02 e 24/02	Diálogos pedagógicos do Paratletismo	22/02 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a)
Semana 13 Aulas de 03/03 (feriado) e 08/03	Deficiência auditiva e aspectos pedagógicos da prática esportiva (Surdolimpíadas)	08/03 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a)
Semana 14 Aulas de 10/03 e 15/03	Aspectos básicos de estratégias de ensino no esporte e deficiência intelectual (Olimpíadas Especiais)	15/03 - Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a)
Semana 15 Aulas 17/03 e 22/03	Produção de trabalho final	ASSÍNCRONA (2h) Assíncrona (3h/a)
Semana 16 Aulas de 24/03	Apresentação final e fechamento da disciplina	24/03- Aula SÍNCRONA (2h) Assíncrona (2h/a) Total: 72h/a

9. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

As bibliografias básicas não estão disponibilizadas no acervo digital da Biblioteca. No entanto, partes de materiais dessas obras bem como outros materiais utilizados serão enviados de maneira digital pelo moodle. Os slides e aulas síncronas gravadas também estarão disponíveis para suporte.

CIDADE, R.E.A.; FREITAS, P.S. **Introdução à Educação Física e ao desporto para pessoas portadoras de deficiência**. Curitiba: UFPR, 2002.

GREGUOL, M.; COSTA, R. F. **Atividade física adaptada**. Burueri: Manole, 3 ed, 2013.

MELLO, M.T.; WINCKLER, C. **Esporte Paralímpico**. São Paulo: Atheneu, 2012.

WINNICK, J. **Educação Física e esportes adaptados**. São Paulo: Manole, 2004.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC – Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

PLANO DE ENSINO - 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Curso: Bacharelado em Educação Física

Código: DEF 5841

Disciplina: Teoria e Metodologia dos Esportes de Aventura

Carga Horária: 4 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PPCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professor: Dr. Paulo Henrique Borges

E-mail: paulo.henrique.borges@ufsc.br

Horário de atendimento: segundas-feiras 14 hs – 16 hs, via chat no Moodle

1. EMENTA

Atividades físicas na natureza, de aventura e de equilíbrio na educação ambiental: classificação e perspectivas de intervenção. Fundamentação básica e vivência prática de diferentes atividades físicas ao ar livre. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Contribuir na formação de profissionais de Educação Física qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente, na orientação e ensino de atividades ligadas à natureza e à aventura em diferentes instituições, por intermédio de diferentes manifestações e expressões do agir humano.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Fornecer subsídios teóricos e práticos para a atuação com as atividades de aventura no ambiente escolar;
- 3.2. Discutir e trabalhar as relações de ensino-aprendizagem das atividades de aventura em ambiente escolar;
- 3.3. Fornecer subsídios teóricos e práticos para a contextualização das atividades físicas no meio natural;
- 3.4. Oportunizar a aquisição e a aplicação de conhecimentos inerentes aos esportes de aventura;
- 3.5. Possibilitar a participação e organização do ensino e/ou de eventos, relacionados com as atividades de aventura.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Unidade I – Aspectos introdutórios e generalizações das atividades físicas de aventura

- Introdução aos estudos ambientais
- Concepções, valores e princípios
- Relações entre os seres humanos e a natureza
- Atuação do profissional de Educação Física com a Educação Ambiental nos diversos ambientes

Unidade II – Esportes de aventura e suas interfaces

- Concepções, histórico, características e classificações dos esportes de aventura
- Classificação das atividades de aventura quanto aos elementos (água, terra e ar) e ambientes (naturais e urbanos)
- Esportes de aventura em ambientes naturais
- Esportes de aventura em ambientes urbanos e artificiais

Unidade III – Elementos orientadores, legisladores e técnicos das atividades de aventura

- Legislação específica
- Elementos técnicos
- Procedimentos e materiais de segurança durante a aplicação e prática das modalidades
- O risco

Unidade IV – Intervenção em atividades físicas de aventura na natureza, nos diferentes contextos da sociedade

- Processos pedagógicos das modalidades
- Desenvolvimento de aulas práticas abordando diferentes modalidades de esportes de aventura para diversas faixas etárias

5. METODOLOGIA

- Todas atividades da disciplina serão realizadas/disponibilizadas via ambiente virtual de ensino e aprendizagem do MOODLE.
- No caso das aulas síncronas (20%), serão utilizadas as plataformas BigBlueBotton ou Google Meet. Os links serão disponibilizados previamente a cada aula via moodle.
- Para aulas assíncronas (80%), serão disponibilizadas vídeo-aulas, textos para leitura e análise e realização de tarefas da disciplina.
- Entende-se aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual. Aulas não-presenciais assíncronas são aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente.

6. AVALIAÇÃO

1. 20% - Resenha do documentário (T1)
2. 40% - Vídeo de apresentação (T2)
3. 40% - Planos de aula/treino (T3)

Nota Semestral = (T1 x 0,2 + T2 x 0,4 + T3 x 0,4)

7. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

I – Aspectos introdutórios e generalizações das atividades físicas de aventura

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
26/10	Síncrona 4h	Apresentação da disciplina	- Apresentação da disciplina no ambiente virtual de aprendizagem
09/11	Assíncrona 4h	Introdução aos conceitos relacionados aos esportes de aventura	- Videoconferência
16/11	Assíncrona 8h	Documentário “Uma gota”	- T1 : Assistir o documentário e escrever uma resenha
23/11	Síncrona 4h	Revisão e dúvidas do conteúdo da Unidade I	- Videoconferência

II – Esportes de aventura e suas interfaces

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
30/11	Síncrona 4h	Esportes de aventura aquáticos, terrestres e aéreos	- Videoconferência
07/12	Assíncrona 8h	Conhecer diferentes esportes de aventura, suas histórias e contextos	- T2 : Vídeo de apresentação de um esporte de aventura
14/12	Síncrona 4h	Revisão e dúvidas do conteúdo da Unidade II	- Videoconferência

III – Elementos orientadores, legisladores e técnicos das atividades de aventura

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
01/02	Síncrona 4h	Entrevista com especialista	- Videoconferência
08/02	Assíncrona 4h	Aspectos nutricionais nos esportes de aventura	- Vídeo-aula interativa e ppt disponibilizados pelo professor;
15/02	Assíncrona 4h	Elementos orientadores, legisladores e técnicos das atividades de aventura	- Vídeo-aula interativa e ppt disponibilizados pelo professor - Leitura de textos de apoio
22/02	Síncrona 4h	Encontro para discussão da temática do módulo 3	- Videoconferência

IV – Intervenção em atividades físicas de aventura na natureza, nos diferentes contextos da sociedade

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
08/03	Assíncrona 12h	Noções básicas e vivências da estruturação de uma aula/treino	- Vídeo-aula interativa e ppt disponibilizados pelo professor; - T3 : Montar plano de aula/treino e apresenta-lo em vídeo
15/03	Síncrona 4h	Encontro para discussão da temática do módulo 4	- Discussão em grupo por videoconferência.

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
22/03	Assíncrona 4h	Recuperação	Trabalho teórico

Datas de entregas das tarefas:

- Tarefa 1: Resenha do documentário – 16/11
- Tarefa 2: Vídeo de apresentação – 07/12
- Tarefa 3: Planos de aula/treino – 08/03

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Educação é a base. MEC – Brasília, 2018.
Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/a-base>

FRANCO, L. C. P. **Atividades físicas de aventura na escola: uma proposta pedagógica nas três dimensões do conteúdo**. 2008. 134 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Departamento de Educação Física, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2008.

Grupo de Pesquisa em Educação Física Escolar (GPEF/USP). **Relatos de Experiências**.
Disponível em: <http://www.gpef.fe.usp.br/index.php/relatos-de-experiencia/>

MARTINS, C. **Prática de esportes de aventura na escola e o risco calculado: manual sobre as normas de segurança**. Dissertação (Mestrado) – Fundação Oswaldo Aranha. Centro Universitário De Volta Redonda. Mestrado Profissional em Ensino em Ciências da Saúde e do Meio Ambiente. Volta Redonda, 2016.

PORTELA, Andrey. **O esporte de aventura na educação física: formação e atuação dos professores**. 163 p. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos, Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2013.

Bibliografia Complementar:

ALEXANDRE, A.F. (2003) **Políticas de resolução de conflitos socioambientais no Brasil – O papel do Ministério Público e dos movimentos ambientalistas na ilha de Santa Catarina**. Editora UFSC.

BERNARDES, L. A. (Org.) **Atividades e esportes de aventura para profissionais de Educação Física**. São Paulo: Phorte, 2013.

CORNELL, J. **Brincar e aprender com a natureza: um guia sobre a natureza para pais e professores**. Tradução de Maria Emília de Oliveira L. 2. ed. São Paulo: Senac Melhoramentos, 1996.

MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Org.). **Turismo, lazer e natureza**. São Paulo: Manole, 2003.

MARINHO, A.; UVINHA, R. R. (Org.). **Lazer: esporte, turismo e aventura – a natureza em foco**. Campinas: Alínea, 2009.

PAIXÃO, J. A. **O instrutor de esporte de aventura no Brasil e os saberes necessários à sua atuação profissional**. Curitiba: CRV, 2012.

PEREIRA, D. W.; ARMBRUST, I. **Pedagogia da aventura: os esportes radicais, de aventura e de ação na escola**. Jundiaí: Fontoura, 2010.

SCHWARTZ, G. M. (Org.). **Aventuras na natureza: consolidando significados**. Jundiaí, SP: Fontoura, 2006.

SERRANO, C. (Org.). **A educação pelas pedras**: ecoturismo e educação ambiental. São Paulo: Chronos, 2000.

* Toda bibliografia complementar será disponibilizada no ambiente virtual Moodle

INFORMAÇÕES GERAIS:

Frequência: o registro da frequência durante as aulas síncronas será realizado pelo professor, mediante a presença do aluno na sala virtual. Para as aulas e carga horária das atividades assíncronas, a presença será anotada pelo professor a partir da postagem das tarefas no Moodle correspondentes a determinadas datas e carga horária especificadas no cronograma.

Resolução 17/CUN/97

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre.

Art. 71 - As avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondadas para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72 - A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC – Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br



PLANO DE ENSINO – 2021/2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, à disciplina Teoria e Metodologia do Futebol (DEF5843).

IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA

Curso: Bacharelado em Educação Física

Disciplina: Teoria e Metodologia do Futebol

Código: DEF 5843

Carga Horária: 72 h/a semestrais.

Pré-requisitos: Sem pré-requisito.

Docente: Prof. Dr. Anderson Santiago Teixeira (anderson.santiago.teixeira@ufsc.br).

1. EMENTA

Histórico e evolução do futebol. Fundamentação técnica e tática: sistemas de jogo. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do futebol. Noções de regras. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Formar profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente em instituições públicas e privadas no ensino ou treinamento do futebol.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Situar historicamente o futebol;
- 3.2. Analisar e aplicar a regulamentação básica do Futebol;
- 3.3. Distinguir as etapas do processo de ensino e aprendizagem dos fundamentos técnicos e táticos do futebol em função das diferentes faixas etárias;
- 3.4. Identificar, compreender e aplicar os sistemas de jogo do futebol;
- 3.5. Identificar as diferentes metodologias do ensino do futebol;
- 3.6. Caracterizar a demanda física e fisiológica do futebol e identificar os fatores intervenientes (biológicos e situacionais);
- 3.7. Observar e refletir sobre as práticas pedagógicas no ensino do futebol. (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares).

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE 1: Introdução ao Futebol

- 4.1.1. Caracterização do futebol enquanto esporte coletivo.
- 4.1.2. Histórico e evolução do futebol
- 4.1.3. Noções básicas de regras e arbitragem.

4.2. UNIDADE 2: Fundamentação Técnica e Tática

- 4.2.1. Fundamentos técnicos do futebol.
- 4.2.2. Sistemas de jogo do futebol.
- 4.2.3. Evolução dos sistemas de jogo.
- 4.2.4. Princípios Táticos do futebol.

4.3. UNIDADE 3: Métodos, Estratégias e Procedimentos Pedagógicos

- 4.3.1. Iniciação esportiva, etapas de desenvolvimento e formação esportiva.
- 4.3.2. Abordagens metodológicas de ensino-aprendizagem dos elementos técnico-táticos do futebol voltados para as diferentes faixas etárias.

4.4. UNIDADE 4: Caracterização Física e Fisiológica do Futebol

- 4.4.1. Demanda física e fisiológica do jogo de futebol.
- 4.4.2. Compreensão dos fatores biológicos e situacionais intervenientes.

4.5 UNIDADE 5: Práticas Pedagógicas como Componente Curricular (PPCC)

- 4.5.1 Experiências de ensino do futebol na própria turma ou em grupos de aplicação

5. METODOLOGIA

- ❖ Todas as atividades da disciplina serão realizadas/disponibilizadas no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem (AVEA) do MOODLE. Para as aulas síncronas, serão utilizadas as plataformas BigBlueBotton, Google Meet ou *Conferênciaweb* da UFSC. Os links serão disponibilizados previamente a cada aula via MOODLE.
- ❖ As aulas síncronas serão utilizadas principalmente para discutir, revisar e solucionar dúvidas sobre as unidades. Para as aulas assíncronas, serão disponibilizados videoaulas, textos para leitura e análise, e realização de tarefas da disciplina.
- ❖ Entende-se aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual, sendo realizada no horário previsto para a disciplina. Aulas não presenciais assíncronas compreendem aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente em horários livres.
- ❖ A frequência dos alunos nas aulas assíncronas ocorrerá por meio da conclusão e envio das atividades e tarefas previstas ao longo do semestre. A frequência nos encontros síncronos ocorrerá pela presença dos alunos na sala de aula virtual por meio das plataformas digitais mencionadas acima.

6. AVALIAÇÃO

A atribuição da nota será dividida entre as atividades executadas ao longo do semestre*, conforme segue:

	PESO	AVALIAÇÃO
1	10%	Participação em Fóruns de Debate.
2	10%	Apresentação e Discussão de Artigos.
3	10%	Atividades Individuais (Questionários).
4	20%	Avaliação Individual.
5	20%	Trabalhos Individuais.
6	30%	Trabalho Final: Elaboração e Apresentação de Plano de Aula.

*Pode sofrer alterações conforme necessidade da disciplina.

Nota final = (Nota 1*0,1 + Nota 2*0,1 + Nota 3*0,1 + Nota 4*0,2 + Nota 5*0,2 + Nota 6*0,3)

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

BRAZ, TV. Modelos competitivos da distância percorrida por futebolistas profissionais: uma breve revisão. **Revista Brasileira de Futebol**, v.2, n.1, p. 02-12, 2009.

COSTA, IR; GARGANTA, JM; GRECO, PJ; MESQUITA, I. **Princípios Táticos do Jogo de Futebol: conceitos e aplicação**. Motriz, v.15 n.3 p.657-668, 2009.

DRUBSKY, R. **O Universo Tático do Futebol**, Escola brasileira. Belo Horizonte: Health, 2003.

DUARTE, O. **Todas as copas do mundo**. São Paulo: Makron Books, 1998.

GUTERMAN, M. **O futebol explica o Brasil: Uma história da maior expressão popular do país**. Editora Contexto, 2009.

FREIRE, J. B. **Pedagogia do Futebol**. 2 ed. Campinas: Autores Associados, 2003. 98 p.

LEAL, J.C. **Futebol; arte e ofício**. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

MELO, R.S. **Futebol; da iniciação ao treinamento**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

MELO, R.S. **Sistemas e táticas para o futebol**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

[REGRAS DO FUTEBOL](https://www.cbf.com.br/arbitragem/regras-futebol-e-livros#.WiBHh0qnHIU). Disponível em: <https://www.cbf.com.br/arbitragem/regras-futebol-e-livros#.WiBHh0qnHIU>

8.1 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

ARRUDA, M.; MARIA, T. S.; CAMPEIZ, J. M.; COSSIO-BOLAÑOS, M. A. **Futebol: Ciências aplicadas ao jogo e ao treinamento**, São Paulo, Phorte, 2013.

COSTA, I.; GRECO, P.; GARGANTA, J.; COSTA, V.; MESQUITA, I. Ensino-aprendizagem e treinamento dos comportamentos tático-técnicos no futebol. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v.9, n.2, p.41-61, 2010.

GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. **O ensino dos jogos desportivos**. Porto: Editora da FCDEF/UP, 1998.

GRECO, P. J.; BENDA, R. N. **Iniciação esportiva universal: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 1998.

GRECO, P. J.; BENDA, R. N. **Iniciação esportiva universal; da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 1998.

TAVARES, F. **Jogos Desportivos Coletivos, Ensinar a Jogar**. Porto: Porto, 2012.

TEOLDO, I.; GUILHERME, J.; GARGANTA, J. **Para um futebol jogado com ideias: Concepção, treinamento e avaliação do desempenho tático de jogadores e equipes**. Curitiba: Apris, 321 p., 2015.

Resolução 17/CUN/97

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre.

Art. 71 - As avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondadas para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72 - A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.

PLANEJAMENTO DAS ATIVIDADES – DEF5843 – TEORIA E METODOLOGIA DO FUTEBOL – BACHARELADO

	DATA	ATIVIDADE	DIA/ HORÁRIO	TAREFA
UNIDADE 1 – INTRODUÇÃO AO FUTEBOL				
Semana 1	De 25/10 a 30/10	Aula síncrona: Apresentação da disciplina no Ambiente Virtual de Aprendizagem e estabelecimento de acordos didáticos – Moodle.	27/10 08:00h	Atividade Individual: Preencher seu perfil no Moodle e Apresentar-se no Fórum da disciplina. Prazo limite: 31/10/2021.
		Aula assíncrona: Histórico e evolução do futebol (videoaula).	Horário Livre	
		Aula assíncrona: Noções básicas de regras e arbitragem (videoaula).	Horário Livre	
UNIDADE 2 – FUNDAMENTAÇÃO TÉCNICA E TÁTICA				
Semana 2	De 31/10 a 06/11	Aula assíncrona: Fundamentos técnicos do futebol (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de Questionário. Prazo limite: 07/11/2021.
		Aula assíncrona: Leitura do artigo: “Escolinha de futebol: uma questão pedagógica”.	Horário Livre	
Semana 3	De 07/11 a 13/11	Aula assíncrona: Fundamentos técnicos do futebol (videoaula)	Horário Livre	Trabalho Individual: Elaboração de exercícios para o desenvolvimento dos fundamentos técnicos do futebol. Prazo limite: 14/11/2021
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo sobre fundamentos técnicos e solução de dúvidas	12/11 09:10h	
		Artigo 1 – Habilidades técnicas, crescimento e idade		
Semana 4	De 14/11 a 20/11	Aula assíncrona: Princípios Táticos Ofensivos e Defensivos (videoaula)	Horário Livre	Atividade Individual: Criação de mapa conceitual a respeito dos princípios táticos. Prazo limite: 21/11/2021
		Aula assíncrona: Leitura do artigo “Princípios táticos do jogo de futebol: conceitos e aplicação”.	Horário Livre	

Semana 5	De 21/11 a 27/11	Aula assíncrona: Princípios Táticos Ofensivos e Defensivos (videoaula)	Horário Livre	Atividade Individual: Identificação dos princípios táticos a partir dos vídeos disponibilizados. Prazo limite: 28/11/2021
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo sobre os princípios táticos e solução de dúvidas	26/11 09:10h	
Artigo 2 – Pequenos Jogos e Princípios Fundamentais				
Semana 6	De 28/11 a 04/12	Aula assíncrona: Evolução dos sistemas de Jogo (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de Questionário. Prazo limite: 05/12/2021
		Aula assíncrona: Leitura do artigo “Caracterização dos sistemas táticos e dos tipos de defesa mais utilizados atualmente no Futebol”.	Horário Livre	
		Leitura do artigo “Os sistemas de jogo e as regras do futebol: considerações sobre suas modificações”.		
Semana 7	De 05/12 a 11/12	Aula assíncrona: Evolução dos sistemas de Jogo (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Infográfico sobre os sistemas de jogo: características, potencialidades e limitações. Prazo limite: 12/12/2021
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo sobre a evolução dos sistemas de jogo e solução de dúvidas	10/12 09:10h	
Artigo 3 – Análise de padrões de transição ofensiva				
UNIDADE 3 – MÉTODOS, ESTRATÉGIAS E PROCEDIMENTOS PEDAGÓGICOS.				
Semana 8	De 12/12 a 18/12	Aula assíncrona: Iniciação esportiva, etapas de desenvolvimento e formação esportiva no contexto do futebol.	Horário Livre	

		Aula síncrona: Discussão do conteúdo sobre as fases de formação esportiva e solução de dúvidas	17/12 09:10h	
		Artigo 4 – Formação de Jogadores de Futebol_Proposta Pedagógica		
Semana 9	De 31/01 a 05/02	Aula assíncrona: Abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem-treinamento no futebol.	Horário Livre	
		Aula assíncrona: Abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem-treinamento no futebol.	Horário Livre	
Semana 10	De 06/02 a 12/02	Aula assíncrona: Abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem-treinamento no futebol.	Horário Livre	
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo da unidade 3 e solução de dúvidas.	11/02 09:10h	
		Artigo 5 – Sistematização do ensino do futebol baseada em jogos		
UNIDADE 4 – CARACTERIZAÇÃO FÍSICA E FISIOLÓGICA DO FUTEBOL				
Semana 11	De 13/02 a 19/02	Aula assíncrona: Demanda física e fisiológica do futebol (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de Questionário. Prazo limite: 20/02/2022
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo da unidade 4 e solução de dúvidas.	18/02 09:10h	
		Artigo 6 – Demanda Física e Pequenos Jogos		

Semana 12	De 20/02 a 26/02	Aula assíncrona: Demanda física e fisiológica do futebol (videoaula).	Horário Livre	Avaliação Individual: Será realizada no dia 25/02/2022 e estará disponível das 00:00h às 23:59 h
		Avaliação à distância de aprendizagem em questionário online	25/02 Dia Inteiro	
UNIDADE 5 – PRÁTICA PEDAGÓGICA COMO COMPONENTE CURRICULAR				
Semana 13	De 27/02 a 05/03	Aula assíncrona: Fundamentação teórica para elaboração dos planos de aula vinculado ao trabalho final da disciplina – (videoaula).	Horário Livre	
		Aula assíncrona: Disponibilização de material para elaboração do trabalho final – (videoaula).	Horário Livre	
Semana 14	De 06/03 a 12/03	Aula assíncrona: Disponibilização de material para elaboração do trabalho final – (videoaula).	Horário Livre	Trabalho Final: Entrega do trabalho final. Prazo limite: 10/03/2022.
		Aula síncrona: Apresentação e Discussão do trabalho final.	11/03 09:10h	
Semana 15	De 13/03 a 19/03	Aula síncrona: Apresentação e Discussão do trabalho final.	15/03 07:30h	
		Aula síncrona: Discussão do trabalho final e solução de dúvidas.	17/03 09:10h	
Semana 16	De 20/03 a 26/03	Exames de recuperação.	Horário Livre	
ENCERRAMENTO DO SEMESTRE				



**CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC - Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368

Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021- 2

Código: DEF 5844

Disciplina: Teoria e Metodologia do Handebol

Carga Horária: 04 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PPCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professor: Dr. Thiago Sousa Matias

E-mail: thiago.matias@ufsc.br

Horário de atendimento: segunda-feira – 16:20 – 18:00 hs.

1. EMENTA

Histórico e evolução do Handebol. Fundamentação técnica e tática: sistemas ofensivos e defensivos. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do Handebol. Noções de regras. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiência de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Compreender o Handebol como possibilidade de atuação acadêmica e profissional nos diferentes contextos e manifestações do esporte como o lazer e participação e de iniciação; estas pautadas transversalmente e na relação intrínseca do esporte com a educação e inclusão social.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Reconhecer a história do Handebol e as implicações atuais para o desenvolvimento e políticas públicas do esporte no Brasil;
- 3.2. Compreender as estruturas táticas, os princípios fundamentais e as abordagens metodológicas por compreensão/jogo no ensino do Handebol;
- 3.3. Inter-relacionar os processos de ensino e aprendizagem dos fundamentos táticos e técnicos do handebol com os objetivos propostos para os diferentes contextos de desenvolvimento do esporte.
- 3.4. Compreender os processos pedagógicos para o ensino do Handebol no contexto de Participação/Iniciação.
- 3.5. Discutir as possibilidade pedagógicas para o planejamento e intervenção com o Handebol.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Unidade I – Introdução ao Handebol (conceitos e condicionantes históricos e desenvolvimento do esporte).

- Caracterização do Handebol enquanto esporte coletivo.
- Estruturas funcionais do handebol e as fases do jogo.
- Histórico, evolução e contexto atual do handebol - implicações para as políticas públicas.
- Noções básicas de regulamentação.

Unidade II – Processos de Ensino e Aprendizagem para o Handebol.

- Princípios táticos-técnicos coletivos do Handebol.
- Princípios táticos fundamentais do Handebol e relação com os aspectos tático-técnicos individuais.
- Metodologias para o ensino do Handebol.

Unidade III – Ensino do Handebol nas diferentes manifestações do esporte.

- Concepções pedagógicas para o planejamento e intervenção – contexto participação.
- O Handebol e as demandas para o planejamento no contexto da iniciação.

Unidade IV – Produção e divulgação de conteúdo digital para aprendizagem

- Exercício pedagógico na produção de conteúdo digital de aprendizagem.

5. METODOLOGIA

Esta disciplina será oferecida em caráter remoto alternando momentos síncronos e momentos assíncronos. Os momentos síncronos serão organizados em plataformas que permitem organizar videoconferências. Neste caso, há mediação em tempo real na relação professor e alunos. Os momentos assíncronos serão momentos não atrelados ao tempo real e/ou atual da disciplina. Professor e alunos não estarão conectados ao mesmo tempo. A organização dos estudos e das atividades das aulas serão organizadas a partir de diferentes ferramentas como disponibilização de vídeo aulas e *podcasts*, criação de fórum de discussões, quiz e processos gameificados de aprendizado, tarefas/questionários de estudos guiados, entre outras. A disciplina será organizada na plataforma Moodle via UFSC e como recursos serão disponibilizados textos, canais digitais, vídeo-aulas gravadas, links em redes sociais, entre outras.

- *As metodologias ativas de ensino/aprendizagem* visam colocar o estudante diante de um processo de inserção na resolução de problemas. Nesse sentido, são organizadas um conjunto de atividades em que o estudante necessita ativamente trabalhar em prol da produção do próprio conhecimento. As tecnologias da informação e a *gamificação* das aulas dão suporte à proposta e visam também criar climas motivacionais mais favoráveis à aprendizagem nos ambientes virtuais de aprendizagem.

- *As aulas* serão organizadas também a partir da análise e observação de vídeos referentes as situações reais do jogo e nas suas nuances delimitadas nesse plano de ensino. Visam a compreensão das estruturas pedagógicas e metodologias necessárias ao desenvolvimento dos objetivos desse plano de ensino. Visa a conversão dos conceitos científicos em atividades, resultantes da observação sistemática de situações práticas do jogo.

Aferição de Frequência: A aferição da frequência está atrelada à (1) participação nas aulas assíncronas mediante lista de chama no *chat* da ferramenta de vídeo conferência e (2) pelo cumprimento das atividades de verificação.

6. AVALIAÇÃO

Prova (questionário Moodle ou similar) (objetivas e/ou discursivas): contemplará todos os conteúdos da disciplina. (20% da nota final)

Produção de conteúdo digital + seminário: corresponde a 20% da nota final e passará pela capacidade e organização do estudante na produção de conteúdos digitais sobre as temáticas das unidades de ensino I, II, e III.

Tarefas: Correspondem a 60% da nota final e abrangem a verificação de aprendizagem ou a ampliação do estudos de temáticas que ofereçam situações problemas a serem resolvidas. O

estudante poderá fazer exercícios de leitura, interpretação e análise crítica de temáticas específicas. O estudante poderá fazer exercícios de leitura, interpretação e análise crítica de temáticas específicas. Além de análises e discussão de vídeos, planejamento de atividades/aulas, entre outras.

$$\text{NOTA FINAL} = ((\text{prova} \times 0,2) + (\text{conteúdo digital} \times 0,2) + (\text{tarefas} \times 0,6)) / 10$$

7. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

BAYER, Claude; DA COSTA, Machado; GÓIS, Piedade. **O ensino dos desportos colectivos**. 1994.

EHRET, Arno; SPATE, Dietrich; SCHUBERT, Renate; ROTH, Klaus. **Manual de handebol: treinamento de base para crianças e adolescentes**. São Paulo: Phorte, 2002.

MATIAS, Thiago Sousa. **Metodologia do Ensino de Handebol**. Curitiba: IESDE Brasil S.A, 2020.

SIMÕES, Antonio Carlos. **Handebol defensivo; conceitos técnicos e táticos**. São Paulo: Phorte, 2002.

8. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BETTEGA, Otávio Baggiotto et al. Formação de jogadores de futebol: princípios e pressupostos para composição de uma proposta pedagógica. **Movimento**, v. 21, n. 3, p. 791, 2015.

BORGES, Mariane et al. Handebol em cadeira de rodas: fundamentos da modalidade. **Conexões**, v. 13, n. 3, p. 195-212, 2015.

BRACHT, Valter. **Sociologia crítica do esporte: uma introdução**. 2. ed. Ijuí: Unijuí, 2003

BUENO, Luciano. **Políticas públicas do esporte no Brasil: razões para o predomínio do alto rendimento**. 2008. Tese de Doutorado.

CLEMENTE, Filipe Manuel; ROCHA, Rúben Filipe. Utilização dos jogos reduzidos no ensino do handebol: a influência das ações táticas. **Conexões: Educação Física, Esporte e Saúde**, v. 10, n. 2, 2012.

DE OLIVEIRA, Ana Carolina Santana; VAN MUNSTER, Mey de Abreu. **Handebol em cadeira de rodas: uma abordagem pedagógica**. 2009.

DE PINHO, Sílvia Teixeira et al. Método situacional e sua influência no conhecimento tático processual de escolares. **Motriz**, v. 16, p. 580-590, 2010.

ELENO, Thaís G.; BARELA, José A.; KOKUBUN, Eduardo. **Tipos de esforço e qualidades físicas do handebol**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 24, n. 1, 2002.

FRITZEN, Anéia Regina et al. Treinamento intermitente e as características morfológicas, metabólicas e fisiológicas no handebol. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício (RBPFE)**, v. 4, n. 23, p. 3, 2010.

MENEZES, Rafael Pombo. Das situações do jogo ao ensino das fixações no handebol. **Motriz rev. educ. fis.(Impr.)**, v. 17, n. 1, p. 39-47, 2011.

MENEZES, Rafael Pombo. O ensino dos meios técnico-táticos ofensivos individuais do handebol por intermédio de jogos nas categorias mirim e infantil. **Arquivos em Movimento**, v. 8, n. 1, p. 53-68, 2012.

MENEZES, Rafael Pombo. O ensino dos sistemas defensivos do handebol: considerações metodológicas acerca da categoria cadete. **Pensar a Prática**, v. 13, n. 1, 2010.

MENEZES, Rafael Pombo; REIS, Heloisa Helena Baldy dos. Análise do jogo de handebol como ferramenta para sua compreensão técnico-tática. **Motriz, Rio Claro**, v. 16, n. 2, p. 458-467, 2010.

RIBEIRO, Miguel; VOLOSSOVITCH, Anna. **Andebol 2**. O ensino do jogo dos 11 aos 14 anos. **campos**, v. 8, p. 19, 2008.

SANTOS, Ana Lúcia Padrão dos. **Manual de mini-handebol**. São Paulo: Phorte, 2003.

Conteúdo programático

Semanas	Horas dedicadas	Cronograma/Conteúdo
1– aula síncrona 29/10 (2 h/a)	4h	Esporte moderno e os esportes coletivos /Caracterização do handebol
2	4h	Estruturas funcionais do handebol
3	4h	A iniciação esportiva e o handebol
4	6h	As regras do handebol + Tarefa
5	4h	Origem do handebol no mundo e o movimento Olímpico A história do handebol no Brasil A evolução e desenvolvimento do handebol e suas curiosidades
6 – aula síncrona 03/12 (2 h/a)	6h	Os fundamentos técnicos do handebol + Preparação conteúdos digitais
7	4h	Princípios técnicos e táticos (individuais e coletivos) dos sistemas defensivos
8	4h	Princípios técnicos e táticos (individuais e coletivos) dos sistemas ofensivos
9	6h	Princípios técnicos e táticos (individuais e coletivos) para a transição + Tarefa
10	4h	Modelos de ensino dos esporte com base na compreensão do jogo
11– aula síncrona 18/02 (2 h/a)	4h	Modelos de ensino dos esporte com base no modelo de educação
12	6h	As diferentes manifestações do handebol + Tarefa
13	4h	Abordagem pedagógica para motivações autodeterminadas
14	4h	Planejamento das aulas/treinos + Prova
15 - aula síncrona 18/03 (2 h/a)	4h	Seminário – Produção conteúdos digitais Divulgação e disseminação dos conteúdos digitais
16	4h	Recuperação



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021-2

Código: DEF 5845

Disciplina: Teoria e Metodologia do Basquetebol

Carga Horária: 04 créditos (h/a semana) - 72 h/a; 54 teórico-práticos e 18 PCC.

Pré-requisitos: n/a

Tipo: Obrigatória

Professor: **Humberto Moreira Carvalho** (e-mail: hmoreiracarvalho@gmail.com)

Telefone: n/a

1 EMENTA

O espírito do jogo; Estrutura formal do jogo; O ensino do jogo de Basquetebol - princípios do jogo de basquetebol; A iniciação ao jogo em crianças – a fase do jogo anárquico e como superá-la; Fundamentos ofensivos e a sua utilização no jogo; Estruturas táticas básicas na fase de iniciação ao jogo; Conceitos ofensivos para a superação de defesas de ajudas na fase de especialização; Conceitos defensivos de defesa individual na fase de iniciação ao jogo e na fase de especialização; Planejamento e periodização no ensino do jogo de Basquetebol para jovens

2 OBJETIVO GERAL

Habilitar os estudantes com competências de ensino e treino nos níveis iniciais de prática, em ambiente de aula de Educação Física, treino de Desporto Escolar, treino de Desporto Federado e atividades extra-curriculares ou de lazer.

Genericamente pretende-se:

- [1] Contribuir para o desenvolvimento das competências gerais perseguidas pelo plano de estudos da graduação - o estudante poderá analisar criticamente o jogo e tem possibilidades de aumentar os seus conhecimentos no ensino e treino do Basquetebol;
- [2] Desenvolver competências pessoais - a) Capacidade de análise e de síntese; b) Habilidades de manipulação de informação (capacidade para recolher, recuperar e analisar informações de diferentes fontes); c) Capacidade de resolver problemas;
- [3] Desenvolver competências interpessoais - a) Capacidade de liderar grupos de trabalho; b) Capacidade de trabalhar em equipas interdisciplinares; c) Capacidade de trabalhar num contexto internacional; d) Capacidade de atuar eticamente em situações dilemáticas;
- [4] Desenvolver competências sistémicas a) Capacidade de auto-aprendizagem; b) Capacidade de aplicar o conhecimento na prática; c) Capacidade de adaptação a novas situações; d) Preocupação com a qualidade, e) alcance de autonomia.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- [1] Identificar e compreender a evolução do jogo ao longo da sua história e desenvolvimento;

- [2] Identificar e compreender os princípios básicos do jogo de Basquetebol e o espírito do jogo de basquetebol;
- [3] Identificar a estrutura formal do jogo
- [4] dominar o ensino do jogo de Basquetebol nas fases de iniciação desportiva e no início da especialização
- [5] compreender e dominar os fundamentos individuais e coletivos ofensivos e o seu ensino no contexto do jogo
- [6] compreender conceitos ofensivos de estruturas básicas na fase de iniciação ao jogo, e estruturas e conceitos ofensivos para superação de defesas individuais de ajudas na fase de especialização
- [7] compreender os conceitos defensivos básicos na fase de iniciação e a os conceitos e construção de estruturas defensivas na fase de especialização.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- 4.1 Apresentação do Jogo: terreno de jogo e equipamentos ; breve história e evolução do Basquetebol, meio para compreender o espírito do jogo.
- 4.2 A técnica e a tática do jogo: a aprendizagem dos fundamentos técnico-táticos como premissa fundamental de progresso para o jovem jogador
- 4.3 O ensino do jogo a jovens dos 8-12 anos: a fase do jogo anárquico e as estratégias para a superar
- 4.4 A utilização do passe no jogo
- 4.5 Fundamentos técnico-táticos com bola: o drible
- 4.6 Fundamentos táticos: a transição defesa-ataque mediante o preenchimento dos três corredores de contra ataque
- 4.7 Fundamentos técnico-táticos com bola: posição básica ofensiva, paragens, rotações, lançamento na passada
- 4.8 1 contra 1: arranques em drible directo e cruzado; fintas
- 4.9 Fundamentos técnico-táticos: Passe e corte base-extremo
- 4.10 Organizações de competições em meio escolar e no âmbito da recreação: o caso do 3 contra 3
- 4.11 Fundamentos técnico-táticos sem bola: aclaramentos e compensações; lado da bola e lado da ajuda
- 4.12 Fundamentos técnico-táticos: Transição defesa-ataque com 4 jogadores
- 4.13 Construção do ataque com 5 jogadores: ocupação de espaços ofensivos; universalismo e especialização; movimentações básicas e sincronização das iniciativas
- 4.14 Defesa: posição deslizamentos e ajudas defensivas
- 4.15 Desenvolvimento da capacidades físicas em jovens atletas no basquetebol e instrumentos de planeamento e periodização dos conteúdos

5 METODOLOGIA

Em cada semana haverá uma actividade síncrona, preferencialmente às terças-feiras, com duração de 30 a 60 minutos (dependendo do conteúdo). As actividade assíncronas corresponderão ao tempo completo de uma das aulas da semana e ao restante da aula síncrona.

Nas actividades síncronas será efetuado:

- apresentação geral do conteúdo do tópico da semana,
- análise e discussão de casos práticos de ensino de basquetebol,
- resolução de problemas em formato de fórum.

Nas sessões assíncronas o aluno realizará:

- leitura de material de apoio no Moodle e de material bibliográfico (pdf) disponibilizado pelo professor e organização de fichas de leitura;
- assistir a video-aulas;

- assistir a material video disponibilizado pelo professor e análise de videos em situação de jogo e treino;
- planejamento e preparação de plano de ensino, plano de unidade curricular e plano de aula aplicado em contexto de iniciação no Basquetebol (no âmbito de carga horária de prática como componente curricular)

6 AVALIAÇÃO

O aluno terá que desenvolver sete tarefas ao longo do semestre:

Tarefa 1: questionário

Tarefa 2: análise e produção de vídeo técnico

Tarefa 3: análise e produção de vídeo técnico

Tarefa 4: análise e produção de vídeo técnico

Tarefa 5: análise documental de bibliografia científica aplicada

Tarefa 6: análise e produção de planejamento e preparação de plano de ensino, plano de unidade curricular e plano de aula aplicado em contexto de iniciação no Basquetebol (no âmbito de carga horária de prática como componente curricular)

Tarefa 7: questionário final

A classificação final considerará:

Classificação final = (tarefa 1 x 0.15) + (tarefa 2x 0.1) + (tarefa 3x 0.1) + (tarefa 4x 0.1) + (tarefa 5x 0.15) + (tarefa 6x 0.2) + (tarefa 7x 0.2)

A frequência na disciplina será efetuada através da entrega das tarefas de avaliação e participação nos foruns de discussão (preferencialmente em atividade assíncrona).

7 CRONOGRAMA

Semana	Conteúdos genericos das sessões com atividade síncrona e assíncrona (semana-a-semana)	Previsão de tempo de atividade síncrona	Previsão de tempo de atividade assíncrona
1	Apresentação do Jogo : terreno de jogo e equipamentos ; breve história e evolução do Basquetebol, meio para compreender o espírito do jogo.	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
2	A técnica e a tática do jogo : a aprendizagem dos fundamentos técnico-táticos como premissa fundamental de progresso para o jovem jogador, passes e sua utilização no jogo	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
3	O ensino do jogo a jovens dos 8-12 anos: a fase do jogo anárquico e as estratégias para a superar	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
4	Fundamentos técnico-táticos com bola: o drible	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
5	Fundamentos táticos: a transição defesa-ataque mediante o preenchimento dos três corredores de contra ataque	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
6	Fundamentos técnico-táticos com bola: posição básica ofensiva, paragens, rotações, lançamento na passada	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
7	1 contra 1: arranques em drible directo e cruzado; fintas	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
8	Fundamentos técnico-táticos: Passe e corte base-extremo	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
9	1 contra 1 interior: fixação da posição de costas para o cesto, lançamento em potência e meio gancho	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
10	Fundamentos técnico-táticos com bola: lançamento em salto	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
11	Fundamentos técnico-táticos ofensivos sem bola: cortes para o cesto	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
12	Fundamentos técnico-táticos sem bola: aclaramentos e compensações; lado da bola e lado da ajuda	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
13	Fundamentos técnico-táticos: Transição defesa-ataque com 4 jogadores	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
14	Construção do ataque com 5 jogadores: ocupação de espaços ofensivos; universalismo e especialização; movimentações básicas e sincronização das iniciativas	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
15	Defesa: posição deslizamentos e ajudas defensivas	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)
16	Desenvolvimento de capacidades físicas em jovens praticantes de basquetebol	45 min (0,75 h/aula)	225 min (3.75 h/aula)

8. BIBLIOGRAFIA

- Carvalho HM (2020). Material de apoio à disciplina “Teoria e Metodologia do Basquetebol”. <https://moodle.ufsc.br/course/view.php?id=122031> (acessível aos alunos inscritos na disciplina)

Dada a indisponibilidade de bibliografia no acervo digital da UFSC que se adeque aos conteúdos da disciplina, partes das referências bibliográficas (livros) poderão ser facultadas pelo docente, para utilização exclusiva no âmbito da disciplina.

Livros

- Bosc G & Poulain T (1990) Des clés pour le basket. Paris. Vigot
- Jordane F & Martin J (1999) Baloncesto: bases para el alto rendimiento. Barcelona, Editorial Hispano Europea
- Soares JA (1997) As coisas simples do Basquetebol. Lisboa, IND

Os artigos serão disponibilizados através do Moodle.

Peer reviewed papers

- Ben Abdelkrim N, El Fazaa S, El Ati J. Time-motion analysis and physiological data of elite under-19-year-old basketball players during competition. Br J Sports Med. 2007 Feb;41(2):69-75
- Carvalho HM, Gonçalves CE, Collins D, Paes RR. Growth, functional capacities and motivation for achievement and competitiveness in youth basketball: an interdisciplinary approach. J Sports Sci. 2017 Jun 12:1-7. doi: 10.1080/02640414.2017.1340654.
- Carvalho HM, Leonardi TJ, Soares ALA, Paes RR, Foster C, Gonçalves CE. Longitudinal Changes of Functional Capacities Among Adolescent Female Basketball Players. Front Physiol. 2019 Apr 4;10:339. doi: 10.3389/fphys.2019.00339. eCollection 2019.
- Carvalho HM, Gonçalves CE, Grosgeorge B, Paes RR. Validity and usefulness of the Line Drill test for adolescent basketball players: a Bayesian multilevel analysis. Res Sports Med. 2017 Jul-Sep;25(3):333-344. doi: 10.1080/15438627.2017.1314296
- Conte D, Favero TG, Niederhausen M, Capranica L, Tessitore A. Effect of different number of players and training regimes on physiological and technical demands of ball-drills in basketball. J Sports Sci. 2016;34(8):780-6. doi: 10.1080/02640414.2015.1069384
- Gonçalves CE, Silva MJ, Carvalho HM, Gonçalves A. Why do they engage in such hard programs? The search for excellence in youth basketball. J Sports Sci Med. 2011 Sep 1;10(3):458-64. eCollection 2011
- Klusemann MJ, Pyne DB, Hopkins WG, Drinkwater EJ. Activity profiles and demands of seasonal and tournament basketball competition. Int J Sports Physiol Perform. 2013 Nov;8(6):623-9.

- Lima AB, Nascimento JV, Leonardi TJ, Soares AL, Paes RR, Gonçalves CE, Carvalho HM. Deliberate Practice, Functional Performance and Psychological Characteristics in Young Basketball Players: A Bayesian Multilevel Analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Jun 8;17(11):4078. doi: 10.3390/ijerph17114078

- Soares ALA, Leonardi TJ, Silva J, Nascimento JV, Paes RR, Gonçalves CE, Carvalho HM. Performance, motivation, and enjoyment in young female basketball players: An interdisciplinary approach. *J Sports Sci*. 2020 Apr;38(8):873-885. doi: 10.1080/02640414.2020.1736247

Soares ALA, Kós LD, Paes RR, Nascimento JV, Collins D, Gonçalves CE, Carvalho HM. Determinants of drop-out in youth basketball: an interdisciplinary approach. *Res Sports Med*. 2020 Jan-Mar;28(1):84-98. doi: 10.1080/15438627.2019.1586708.



PLANO DE ENSINO – 2021/2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, à disciplina Teoria e Metodologia do Futsal (DEF5846).

IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA

Curso: Bacharelado em Educação Física

Disciplina: Teoria e Metodologia do Futsal

Código: DEF 5846

Carga Horária: 72 h/a semestrais.

Pré-requisitos: Sem pré-requisito.

Docente: Prof. Dr. Anderson Santiago Teixeira (anderson.santiago.teixeira@ufsc.br).

1. EMENTA

Histórico e evolução do futsal. Fundamentação técnica e tática: sistemas de jogo. Elementos básicos e aspectos metodológicos de ensino do futsal. Noções de regras. Prática pedagógica (PPCC), sob orientação e supervisão docente à distância, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Contribuir para a formação didático-pedagógica do profissional de Educação Física para que possa estimular e desenvolver a prática esportiva, mais especificamente o futsal, de forma consciente e espontânea, pautada em princípios éticos e morais.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Identificar e compreender a origem e evolução do jogo de futsal;
- 3.2. Identificar e compreender as regras do jogo de futsal;
- 3.3. Identificar e empregar a fundamentação técnica e tática;
- 3.4. Identificar e compreender as fases, os tipos e os sistemas de ataque e defesa no futsal;
- 3.5. Apresentar e discutir as possibilidades de iniciação esportiva e as etapas de desenvolvimento esportivo por meio do futsal;
- 3.8. Identificar e distinguir as diferentes abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem do futsal;
- 3.7. Caracterizar a demanda física e fisiológica do futsal;
- 3.8. Observar e refletir sobre as práticas pedagógicas no ensino do futsal. (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares);

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE 1: Introdução ao Futsal

- 4.1.1. Caracterização do futsal como esporte coletivo
- 4.1.2. Histórico e origem do futsal
- 4.1.3. Regras e noções de arbitragem.

4.2. UNIDADE 2: Fundamentação Técnica e Tática

- 4.2.1. Conceitos, tipos e classificação dos elementos técnicos dos jogadores de linha e de gol.
- 4.2.2. Histórico e evolução dos sistemas de ataque e defesa.
- 4.2.3. Padrões de Jogo (padrão de 3, padrão de 4 pelas alas e pelo meio, padrão redondo, padrão com troca de ala com pivô, padrão com goleiro linha) e quebras de padrões.
- 4.2.4. Movimentações ensaiadas (quadra e bola parada) e o jogo de goleiro linha

4.3. UNIDADE 3: Métodos, Estratégias e Procedimentos Pedagógicos

- 4.3.1. Processo de iniciação esportiva, etapas de desenvolvimento e iniciação no futsal.
- 4.3.3. Abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem do futsal.

4.4. UNIDADE 4: Caracterização Física e Fisiológica do Futsal

- 4.4.1. Demanda física e fisiológica do jogo de futsal.

4.5 UNIDADE 5: Práticas Pedagógicas como Componente Curricular (PPCC)

- 4.5.1 Experiências de ensino do futsal na própria turma ou em grupos de aplicação

5. METODOLOGIA

- ❖ Todas as atividades da disciplina serão realizadas/disponibilizadas no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem (AVEA) do MOODLE. Para as aulas síncronas, serão utilizadas as plataformas BigBlueBotton, Google Meet ou *Conferênciaweb* da UFSC. Os links serão disponibilizados previamente a cada aula via MOODLE.
- ❖ As aulas síncronas serão utilizadas principalmente para discutir, revisar e solucionar dúvidas sobre as unidades. Para as aulas assíncronas, serão disponibilizados videoaulas, textos para leitura e análise e realização de tarefas da disciplina.
- ❖ Entende-se aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual, sendo realizada no horário previsto para a disciplina. Aulas não presenciais assíncronas compreendem aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente em horários livres.
- ❖ A frequência dos alunos nas aulas assíncronas ocorrerá por meio da conclusão e envio das atividades e tarefas previstas ao longo do semestre. A frequência nos encontros síncronos ocorrerá pela presença dos alunos na sala de aula virtual por meio das plataformas digitais mencionadas acima.

6. AVALIAÇÃO

A atribuição da nota será dividida entre as atividades executadas ao longo do semestre*, conforme segue:

	PESO	AVALIAÇÃO
1	10%	Participação em Fóruns de Debate.
2	10%	Apresentação e Discussão de Artigos.
3	10%	Atividades Individuais (Questionários).
4	20%	Prova Individual à Distância.
5	20%	Trabalhos Individuais.
6	30%	Trabalho Final: Elaboração e Apresentação de Plano de Aula.

*Pode sofrer alterações conforme necessidade da disciplina.

Nota final = (Nota 1*0,1 + Nota 2*0,1 + Nota 3*0,1 + Nota 4*0,2 + Nota 5*0,2 + Nota 6*0,3)

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

- COSTA, C. **Futsal: aprenda a ensinar**. Brusque: Visual Books, 2003.
- FERREIRA, R.L. **Futsal e a iniciação**. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.
- LOPES, A. **Futsal: metodologia e didática na aprendizagem**. São Paulo: Phorte, 2004.
- SAAD, M. ; COSTA, C.F. **Futsal; movimentações defensivas e ofensivas**. Florianópolis: Bookstore, 2001.
- TEIXEIRA JÚNIOR, J. **Futebol de salão: uma nova visão pedagógica**. Porto Alegre: Sagra, 2000.
- VOSER, R.C. **Futsal: princípios técnicos e táticos**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

8.1 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- BALBINO, H.F.(Org.) **Pedagogia do esporte: Contextos e Perspectivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006..
- DIETRICH, K.; DÜRRWÄCHTER, G.; SCHALLER, H. J. **Os grandes jogos: metodologia e prática**. Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1984.
- GARGANTA, J. **Ideias e competências para "pilotar" o jogo de Futebol**. IN: TANI, G. BENTO, GRECO, P. J.; BENDA, R. N. Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao aprendizado técnico. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998.
- GRECO, P. J. **Iniciação esportiva universal 2: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 1998.
- MARQUES, A. **Desporto: Ensino e Treino**. IN: TANI,G;BENTO,J.O.PETERSEN, R.D.S.(Org.) Pedagogia do desporto.Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p.142.153.
- MESQUITA, I.; GRAÇA, A. **Modelos de ensino dos jogos desportivos**. IN: TANI, G. BENTO, J.; PETERSON, R. (Eds). Pedagogia do Desporto. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 2006. p. 313-326.
- REZER,R; SAAD, M.A. **Futebol e futsal: possibilidades e limitações da prática pedagógica em escolinhas**. Chapecó: Argos, 2005.
- TANI, G.; BENTO, J. O.; PETERSEN, R. D. S. **Pedagogia do Desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

Resolução 17/CUN/97

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre.

Art. 71 - As avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondadas para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72 - A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.

PLANEJAMENTO DAS ATIVIDADES – DEF5846 – TEORIA E METODOLOGIA DO FUTSAL – BACHARELADO

	DATA	ATIVIDADE	HORÁRIO	TAREFA
UNIDADE 1 – INTRODUÇÃO AO FUTSAL				
Semana 1	De 25/10 a 30/10	Aula síncrona: Apresentação da disciplina no Ambiente Virtual de Aprendizagem e estabelecimento de acordos didáticos – Moodle.	26/10 10:10h	Atividade Individual: Preencher seu perfil no Moodle e Apresentar-se no Fórum da disciplina. Prazo limite: 31/10/2021.
		Aula assíncrona: Histórico e evolução do futsal (videoaula).	Horário Livre	
Semana 2	De 31/10 a 06/11	Aula assíncrona: Noções básicas de regras e arbitragem (atualizações das regras 2021 - (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Leitura de texto e realização de questionário. Prazo limite: 07/11/2021.
		Aula assíncrona: Noções básicas de regras e arbitragem (atualizações das regras 2021) - (videoaula).	Horário Livre	
UNIDADE 2 – FUNDAMENTAÇÃO TÉCNICA E TÁTICA				
Semana 3	De 07/11 a 13/11	Aula assíncrona: Fundamentos técnicos do futsal (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de Questionário. Prazo limite: 14/11/2021.
		Aula síncrona: Fundamentos técnicos do futsal Apresentação Artigo 1 – Padrão de Finalização no Futsal	11/11 10:10h	
Semana 4	De 14/11 a 20/11	Aula assíncrona: Fundamentos técnicos do futsal (leitura de texto)	Horário Livre	Trabalho Individual: Elaboração de exercícios para o desenvolvimento dos fundamentos técnicos do futsal. Prazo limite: 21/11/2021.
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo da unidade 1, fundamentos técnicos e solução de dúvidas	18/11 10:10h	
Semana 5	De 21/11 a 27/11	Aula assíncrona: Sistemas de ataque no futsal (fases do ataque e tipos de ataque no futsal; princípios táticos) (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de questionário. Prazo limite: 28/11/2021.
			Horário	

		Aula assíncrona: Sistemas de ataque no futsal (fases do ataque e tipos de ataque no futsal; princípios táticos) (videoaula).	Livre	
Semana 6	De 28/11 a 04/12	Aula assíncrona: Sistemas de ataque no futsal (sistemas básicos e padrões de jogo, manobras ensaiadas, goleiro linha, bolas paradas) (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de questionário. Prazo limite: 05/12/2021.
		Aula Síncrona: Finalização do conteúdo “sistemas de ataque no futsal” e discussão de dúvidas. Apresentação Artigo 2 – Análise dos Gols em jogos da liga futsal	02/12 10:10h	
Semana 7	De 05/12 a 11/12	Aula assíncrona: Sistemas de Defesa no Futsal (fases e tipos de defesa no Futsal; princípios operacionais e fundamentais) (videoaula).	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de questionário. Prazo limite: 12/12/2021.
		Aula assíncrona: Sistemas de Defesa no Futsal (fases e tipos de defesa no Futsal; princípios operacionais e fundamentais) (videoaula).	Horário Livre	
Semana 8	De 12/12 a 18/12	Aula assíncrona: Sistemas de Defesa no Futsal (fases e tipos de defesa no Futsal; princípios operacionais e fundamentais) (videoaula).	Horário Livre	Trabalho Individual: Elaboração de infográfico: características, potencialidades e limitações dos sistemas de ataque e defesa. Prazo limite: 18/12/2021.
		Aula Síncrona: Finalização do conteúdo “sistemas de ataque e defesa no futsal” e discussão de dúvidas. Apresentação Artigo 3 – Contra-Ataques no Futsal	16/12 10:10h	
UNIDADE 3 – MÉTODOS, ESTRATÉGIAS E PROCEDIMENTOS PEDAGÓGICOS				
Semana 9	De 31/01 a 05/02	Aula assíncrona: Iniciação esportiva e etapas de desenvolvimento esportivo no contexto do futsal (videoaula).	Horário Livre	

		Aula assíncrona: Leitura do artigo: “Pedagogia do esporte: o jogo como balizador na iniciação ao futsal”.	Horário Livre	
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo da unidade 3 e solução de dúvidas. Apresentação Artigo 4 – Iniciação Esportiva no Futsal	03/02 10:10h	
Semana 10	De 06/02 a 12/02	Aula assíncrona: Abordagens didático-pedagógicas empregadas no processo de ensino-aprendizagem-treinamento no futsal.	Horário Livre	
		Aula síncrona: Discussão do conteúdo da unidade 3 e solução de dúvidas. Apresentação Artigo 5 – Metodologias de Ensino e Aprendizagem e o Futsal	10/02 10:10h	
UNIDADE 4 – CARACTERIZAÇÃO FÍSICA E FISIOLÓGICA DO FUTSAL				
Semana 11	De 13/02 a 19/02	Aula assíncrona: Demanda física e fisiológica do futsal.	Horário Livre	Atividade Individual: Realização de questionários. Prazo limite: 20/02/2022.
		Aula assíncrona: Demanda física e fisiológica do futsal.	Horário Livre	
Semana 12	De 20/02 a 26/02	Aula síncrona: Discussão do conteúdo da unidade 4 e solução de dúvidas. Apresentação Artigo 6 – Demanda Fisiológica no Futsal	22/02 10:10h	Avaliação Individual: Será realizada no dia 24/02/2022 e ficará aberta das 00:00h às 23:59h.
		Avaliação à distância de aprendizagem em questionário online.	24/02 Dia inteiro	
UNIDADE 5 – PRÁTICA PEDAGÓGICA COMO COMPONENTE CURRICULAR				
Semana 13	De 27/02 a 05/03	Aula assíncrona: Fundamentação teórica para elaboração dos planos de aula vinculado ao trabalho final da disciplina – (videoaula).	Horário Livre	

		Aula assíncrona: Disponibilização de material para elaboração do trabalho final – (videoaula).	Horário Livre	
Semana 14	De 06/03 a 12/03	Aula assíncrona: Disponibilização de material para elaboração do trabalho final – (videoaula).	Horário Livre	Trabalho Final: Entrega do trabalho final. Prazo limite: 09/03/2022.
		Aula síncrona: Apresentação e Discussão do trabalho final.	10/03 10:10h	
Semana 15	De 13/03 a 19/03	Aula síncrona: Apresentação e Discussão do trabalho final.	15/03 10:10h	
		Aula síncrona: Apresentação e Discussão do trabalho final e solução de dúvidas.	17/03 10:10h	
Semana 16	De 20/03 a 26/03	Exames de recuperação.	Horário Livre	
ENCERRAMENTO DO SEMESTRE				



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC – Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

PLANO DE ENSINO - 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Curso: Bacharelado em Educação Física

Código: DEF 5847

Disciplina: Teoria e Metodologia do Voleibol

Carga Horária: 4 h/a semanais - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PPCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professor: Dr. Paulo Henrique Borges

E-mail: paulo.henrique.borges@ufsc.br

Horário de atendimento: segundas-feiras 14 hs – 16 hs, via chat no Moodle

1. EMENTA

Histórico e evolução do voleibol. Fundamentação técnica e tática: sistemas ofensivos e defensivos. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do voleibol. Noções de regras. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2. OBJETIVO GERAL

Formar profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente, em instituições públicas e privadas no ensino ou treinamento do voleibol.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Situar historicamente o voleibol;
- 3.2. Analisar e aplicar a regulamentação básica do voleibol;
- 3.3. Distinguir as etapas do processo de ensino-aprendizagem-treinamento dos fundamentos técnico-táticos do voleibol em função das diferentes faixas etárias;
- 3.4. Identificar e aplicar as diferentes metodologias de ensino do voleibol;
- 3.5. Observar e refletir sobre as práticas pedagógicas no ensino do voleibol (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares).

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Unidade I – Introdução ao voleibol

- Histórico e evolução do Voleibol
- Características e especificidades do Voleibol
- Regulamentação do Voleibol

Unidade II – Fundamentos técnicos/táticos de jogo

- Ações técnico-táticas de jogo
- Fundamentos técnicos envolvidas nas ações ofensivas e defensivas do voleibol.

Unidade III - Sistemas Ofensivos e Defensivos avançados do Voleibol

- Sistemas de Recepção (2 ou 3 jogadores).
- Sistemas de Defesa (centro-fundo recuado ou avançado)
- Sistemas de Ataque (4x2 e 5x1).

Unidade IV – Metodologia do processo de ensino-aprendizagem-treinamento

- Abordagens metodológicas do ensino do voleibol.
- Princípios e noções de progressões de aprendizagem dos elementos técnico-táticos.
- Caracterização e estruturação dos exercícios e tarefas.

Unidade V - Práticas pedagógicas como componente curricular (PPCC):

- Experiências de ensino de forma simulada no contexto remoto

Unidade VI – Preparação física

- Noções básicas de estruturação da preparação física no voleibol

5. METODOLOGIA

- Todas atividades da disciplina serão realizadas/disponibilizadas via ambiente virtual de ensino e aprendizagem do MOODLE.
- No caso das aulas síncronas (20%), serão utilizadas as plataformas BigBlueBotton ou Google Meet. Os links serão disponibilizados previamente a cada aula via moodle.
- Para aulas assíncronas (80%), serão disponibilizadas vídeo-aulas, textos para leitura e análise e realização de tarefas da disciplina.
- Entende-se aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual. Aulas não-presenciais assíncronas são aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente.

6. AVALIAÇÃO

1. 10% - Tarefa sobre histórico e evolução do voleibol (T1)
2. 10% - Questões sobre as regras do voleibol (T2)
3. 20% - Análise dos fundamentos técnicos (T3)
4. 20% - Tarefa prática sobre sistemas de jogo (T4)
5. 10% - Análise de textos sobre o processo de ensino-aprendizagem (T5)
6. 20% - Prática pedagógica com elaboração de plano de aula/treino (T6)
7. 10% - Tarefa sobre preparação física (T7)

Nota Semestral = (T1 x 0,1 + T2 x 0,1 + T3 x 0,2 + T4 x 0,2 + T5 x 0,1 + T6 x 0,2 + T7 x 0,1)

7. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

I - Introdução ao Voleibol

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
25/10	Síncrona 2h	Apresentação da disciplina	- Apresentação da disciplina no ambiente virtual de aprendizagem
27/10 01/11	Assíncrona 6h	Histórico e evolução do voleibol	- T1: Pesquisa na internet com apresentação de relatório/infográfico sobre histórico e evolução do vôlei
03/11 08/11	Assíncrona 4h	Características do Voleibol; Posições e rotação de jogo;	- Vídeo-aula e aula em ppt disponibilizados pelo professor; - leitura de textos
10/11 22/11	Assíncrona 6h	Regulamentação do voleibol	- T2: Leitura do livro de regras e após responder questões sobre o tema
24/11	Síncrona 2h	Revisão e dúvidas do conteúdo da Unidade I	- Videoconferência

II - Fundamentos técnicos/táticos de jogo

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
29/11 01/12	Assíncrona 6h	- Ações técnico-táticas de jogo - Fundamentos técnicos envolvidas nas ações ofensivas e defensivas do voleibol.	- Vídeo-aula e aula em ppt disponibilizados pelo professor; - leitura de textos - T3: Análise dos fundamentos técnicos do voleibol
06/12	Síncrona 2h	Revisão e dúvidas do conteúdo da Unidade I	- videoconferência

III - Sistemas de jogo

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
08/12 13/12 15/12 31/01	Assíncrona 10h	Sistema de recepção; sistema de defesa; sistemas de ataque	- Análise de textos didáticos - Análise de vídeos didáticos - Análise de jogo - T4: Tarefa prática sobre sistemas
02/02	Síncrona 2h	Encontro para discussão da temática do módulo 3	- Aula expositiva do professor; esclarecimentos e dúvidas dos alunos

IV - Fundamentos metodológicos para o processo de ensino-aprendizagem no Voleibol

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
07/02 09/02 14/02 16/02	Assíncrona 10h	Abordagens metodológicas do ensino do voleibol; identificação dos objetivos por etapas de ensino	- Vídeo-aula interativa e ppt disponibilizados pelo professor; - T5: leitura e análise de texto, com questões para responder
21/02	Síncrona 2h	Encontro para discussão da temática do módulo 2	- Discussão em grupo por videoconferência.

V- Práticas pedagógicas no ensino/treinamento do Voleibol

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
23/02 02/03 07/03 09/03	Assíncrona 10h	Noções básicas e vivências da estruturação de um treinamento em diferentes níveis de aprendizagem	- T6: Tarefa de montagem de proposta de aulas/treinos a partir de problemas práticos estabelecidos
14/03	Síncrona 2h	Estruturação de um treinamento em diferentes níveis de aprendizagem	- Espaço via chat ou videoconferência para suporte dos alunos na tarefa 6

VI – Preparação física no Voleibol

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
16/03	Síncrona 2h	Noções básicas da estruturação da preparação física de atletas de voleibol	- Aula expositiva por videoconferência.
21/03	Assíncrona 4h	Noções básicas da estruturação da preparação física de atletas de voleibol	- T7: Tarefa relacionada ao conteúdo do vídeo

Data	Modalidade	Conteúdo	Atividades
23/03	Assíncrona 2h	Recuperação	Trabalho teórico

Datas de entregas das tarefas:

- Tarefa 1: Histórico – 01/11
- Tarefa 2: Regras – 24/11
- Tarefa 3: Análise dos fundamentos técnicos – 06/12
- Tarefa 4: Sistemas de jogo – 02/02
- Tarefa 5: Questões sobre metodologias de ensino – 21/02
- Tarefa 6: Prática pedagógica – 14/03
- Tarefa 7: Preparação física – 21/03

5. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

ARAÚJO, J.B. **Voleibol moderno; sistema defensivo**. Rio de Janeiro: Palestra Sport, 1994.
BOJIKIAN, J.C.M. **Ensinando voleibol**. São Paulo: Phorte, 1999.
DURRWACHTER, C. **Voleibol; treinar jogando**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1984.
FRASCINO, J. **Voleibol; o jogador e a equipe**. São Paulo: Hemus, 1986. SUROVOROV, Y.P. e GRISHIN, O.N. **Voleibol Iniciação**. Rio de Janeiro: Sprint, 1990.
ZHELEZNIAK, Y.D. **Voleibol: teoria y método de la preparacion**. Barcelona: Paidotribo, 1998.

Bibliografia Complementar:

ANFILA, M.A.; WEISNER, W. **Fundamentos do Voleibol I**. E-book. Ponta Grossa, 2011.
ANFILA, M.A.; WEISNER, W. **Fundamentos do Voleibol II**. E-book. Ponta Grossa, 2011.
CATRO, H.O.; GRECO, J.P. **Modelo Pendular de Treinamento Tático-Técnico: Manual de aplicação prática no Voleibol**. E-book. Novas Edições Acadêmicas, 2020.
COSTA, L.C.A.; NASCIMENTO, J.V. O ensino da técnica e da tática: novas abordagens

metodológicas. **R. da Educação Física/UEM**, v. 15, n. 2, p. 49-56, 2, 2004.

MESQUITA, I. **O ensino do Voleibol: proposta metodológica**. O ensino dos jogos desportivos, Porto, 1998.

* Toda bibliografia complementar será disponibilizada no ambiente virtual Moodle

INFORMAÇÕES GERAIS:

Frequência: o registro da frequência durante as aulas síncronas será realizado pelo professor, mediante a presença do aluno na sala virtual. Para as aulas e carga horária das atividades assíncronas, a presença será anotada pelo professor a partir da postagem das tarefas no Moodle correspondentes a determinadas datas e carga horária especificadas no cronograma.

Resolução 17/CUN/97

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre.

Art. 71 - As avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondadas para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72 - A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis - SC
Fone: 48 3721 9462 – 3721 9062 – Fax: 3721 9368
E-mail: def@cds.ufsc.br e secretariadef@cds.ufsc.br

Curso: Bacharelado

PLANO DE ENSINO – 2021.2

Código: DEF 5848

Turma: 03444

Disciplina: Teoria e Metodologia do Tênis

Carga Horária: 04 h/a semanais - 72 horas aula (54 h/s teóricas e 18 h/s PCC)

Pré-Requisito – Sem Pré-Requisito

Professor : Adilson André Martins Monte

e.mail: adilsonmonte@gmail.com

1. EMENTA

Histórico e evolução do tênis. Fundamentação técnica e tática: sistemas ofensivos e defensivos. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do tênis. Noções de regras. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2 OBJETIVO GERAL

Formar profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente, em instituições públicas e privadas no ensino ou treinamento do tênis.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

3.1. Conhecer as especificações técnicas das instalações, do material e a contextualização histórica do tênis;

- 3.2. Interpretar a terminologia aplicada ao tênis;
- 3.3. Conhecer e aplicar as metodologias para iniciação no tênis;
- 3.4. Praticar os golpes básicos do tênis;
- 3.5. Interpretar e aplicar a regulamentação do tênis.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I – Generalidades; histórico do tênis; terminologia; especificação do material e instalações; regras básicas e sua aplicação.

4.2. UNIDADE II – Golpes básicos utilizados na iniciação do tênis; metodologias do processo ensino-aprendizagem do tênis nas escolas, nos clubes, nas academias; tênis em cadeira de rodas.

4.3. UNIDADE III - Princípios táticos de defesa e ataque no jogo de simples e de duplas; observação e/ou aplicação de aula de iniciação do tênis em escolas, clubes ou academias.

5. MÉTODO

Devido à legislação vigente (Resolução Normativa 140/2020/CUn), as aulas serão ministradas de forma remota de maneiras síncrona e assíncrona.

Para as aulas síncronas serão utilizadas ferramentas (*softwares*) específicas: Skype, Google Suite (Meet), Whatsapp, Moodle UFSC.

Para as aulas assíncronas e comunicação com os discentes serão utilizadas ferramentas (*softwares*) específicas: Google Suite (Drive), Whatsapp, Moodle UFSC, Cagr UFSC, email.

Para gravação das aulas (forma remota assíncrona) serão utilizadas as ferramentas (*softwares*) específicas: APowerREC, Google Suite (Meet), Whatsapp, Moodle UFSC.

O conteúdo da disciplina será ministrado de forma expositiva e dialogado (síncrona), também será gravado e compartilhado em forma de arquivos (*Powerpoint, Word, vídeos e áudios*).

A abordagem aos conteúdos também se dará por trabalhos individuais e, se possível, em grupos.

Também, se possível, serão feitas análises dos métodos de ensino utilizados em clubes ou academias através de entrevistas virtuais com agentes dos setores (que poderão ser aproveitadas no PCC).

Para o PCC serão propostos trabalhos pertinentes ao temas desenvolvidos no semestre e compatível com a situação vigente.

As frequências dos alunos serão verificadas pelas participações e apresentações das demandas exigidas pela disciplina. A pontualidade na entrega dos trabalhos e avaliações que serão propostas de forma assíncrona será utilizada como critério à avaliação da frequência discente, assim como a própria aferição das presenças dos alunos nos contatos síncronos.

6. AVALIAÇÃO

Três avaliações:

- Um trabalho individual (40%);
- Um trabalho em grupo (20%);

- PPCC (Trabalho individual) (40%);

7. CRONOGRAMA

Conteúdo	Horas/aula	Mês - 2021	Carga horária remota Síncrona	Carga horária remota assíncrona
Unidade I	08 horas	Novembro	02 horas (22/11)	06 horas
Unidade II	34 horas	Dezembro e Janeiro	10 horas (6 e 13/12 e 10, 17 e 24/1)	24 horas
Unidade III e PCC	30 horas	Fevereiro e Março	08 horas (14, 21 e 28/2 e 7/3)	22 horas

Recuperação: conforme as normas da Pró-Reitoria de Ensino de Graduação

8. BIBLIOGRAFIA

Federación Internacional de Tenis. **Mini-tenis: desarrollo de la base**. Madrid: Gymnos Editorial, 1991.
GARCÍA, J. P. F. **Enseñanza y Entrenamiento del Tenis – Fundamentos Didácticos y Científicos**. Cáceres/ESP: Universidad de Extremadura – Servicio de Publicaciones, 1999.
GARCÍA, J. P. F., FUERTES, N.G. **Iniciación jugada a la técnica y a la táctica en el ténis: espacios reducidos y poco material**. Cáceres/ESP: Editora COPEGRAF, 1996.
PASCUAL, María José. **Historia de las reglas del tenis**. Madrid: Gymnos Editorial, 1991.
SANZ, David. **El Tenis en la Escuela**. Barcelona: Editorial Paidotribo,
PACIARONI, R.; Urso, R.P. **Tênis – Novos caminhos para uma abordagem profissional**, Évora, 2017.
MONTE, A.A.M. **Variabilidade da frequência cardíaca e tomada de decisão em tenistas**. Tese de doutorado/UFSC/2014
<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/123433>

Softwares:

APower V1.4.5.25(<https://www.apowersoft.com.br/>)

Skype 8.63.0.75



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade 88040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (48) 3721-9462 E-mail: def@contato.ufsc.br

Curso: Bacharelado em Educação Física

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo CORONAVÍRUS – Covid-19, em atenção à portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

DEF 5849

Disciplina: Teoria e Metodologia do Judô

Carga Horária: 04 créditos (h/a semana) - 72 h/a semestrais (54 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC).

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professora: Ma. Anne Ribeiro Streb anne.streb@ufsc.br e Dra. Daniele Detanico danieledetanico@gmail.com

Horário de atendimento: segundas-feiras 14:00-15:00 e quartas-feiras 14:00-15:00.

1 EMENTA

Histórico e evolução do judô. Fundamentação básica das técnicas de projeção e de solo. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do judô. Noções de regras. Prática pedagógica sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2 OBJETIVO GERAL

Formar profissionais qualificados para intervir, acadêmica e profissionalmente, em instituições públicas e privadas no ensino ou treinamento do judô.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Oportunizar a aquisição de conteúdo referente à evolução histórica do judô;
- 3.2. Auxiliar no entendimento e a aplicação prática dos princípios filosóficos do judô;
- 3.3. Favorecer o domínio da fundamentação e das técnicas de projeção e de solo;
- 3.4. Adquirir conhecimentos de conteúdos técnico-pedagógicos através de experiências de ensino e observações de aulas/sessões de judô;
- 3.5. Possibilitar o entendimento e aplicação das regras de judô adaptadas às crianças.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – Aspectos históricos, filosóficos e características do judô enquanto arte marcial (origem e evolução; princípios filosóficos) e modalidade esportiva de combate; concepções, métodos e estilos de ensino na Educação Física Escolar.

4.2 UNIDADE II – Processos de ensino-aprendizagem dos fundamentos básicos do judô (adaptação; posições; pegadas; movimentação; amortecimento de quedas).

4.3 UNIDADE III – Técnicas do judô (características e divisão das técnicas; nomenclatura; processos de ensino-aprendizagem das técnicas).

4.4 UNIDADE IV – Regulamentação e arbitragem do judô

4.5. UNIDADE V – Práticas pedagógicas como componente curricular – PCCC

5 METODOLOGIA

Todas as atividades da disciplina serão realizadas ou disponibilizadas pelo ambiente virtual de ensino e aprendizagem Moodle. As aulas síncronas serão realizadas por meio de webconferências (e.g. Google Meet ou BigBlueButton) e aulas assíncronas serão disponibilizadas em formato digital via Moodle (e.g. arquivos de apresentações com áudio e/ou vídeo, entrega de trabalhos produzidos pelos alunos em formato digital). Aproximadamente 20% da carga horária será síncrona e 80% assíncrona.

6 AVALIAÇÃO

6.1 Avaliação 1 (A1): 0-10

6.2 Trabalhos (T) 1, 2, 3 e 4: 0-10

6.3 Avaliação 2 (A2): 0-10

Média = (A1*0,4) + (média dos T*0,3) + (A2*0,3)

Exame final: trabalho teórico (0-10) para aqueles que não obtiverem nota mínima de 6,0.

A1: vídeo-aula de uma técnica sorteada

A2: análise de vídeos de lutas de judô

T: questões referentes aos 4 textos selecionados conforme cronograma

7 FREQUÊNCIA

Nas aulas síncronas e assíncronas o registro da frequência será realizado pelo professor e condicionado a presença nas aulas síncronas e envio das tarefas nas aulas assíncronas (quando aplicável).

8 BIBLIOGRAFIA

8.1 BIBLIOGRAFIA BÁSICA (disponibilizada no Moodle)

PAES, R.R. Desenvolvimento das aulas de lutas. In: BREDÁ, M.; GALATTI, L.; SCAGLIA, A.J.; PAES, R.R. **Pedagogia do esporte aplicada às lutas**. Florianópolis: Phorte, 2010.

DETANICO, D.; SANTOS, S.G. Avaliação específica no judô: uma revisão de métodos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v.14, n. 6, p. 738-748, 2012.

FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F. **Ensino das lutas: reflexões e programas de propostas**. São Paulo: Scortecci, 2012.

FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F.B. Estudos em modalidades esportivas de combate: estado da arte. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 25, p.67-81, 2011.

GRECO, P.J. **Iniciação esportiva universal 1**. Editora da UFMG, 2007, 230 p.

OLIVIO JR, J.A.; DRIGO, A.J. **Pedagogia complexa do judô: um manual para treinadores de equipes de base**. Leme: São Paulo, Mundo Jurídico editora, 2015.

SANTOS, S.G. Judô: onde está o caminho suave? **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 8, n. 1, 114-119, 2006.

8.2 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

COSTA, L.C.A.; NASCIMENTO, J.V. O ensino da técnica e da tática: novas abordagens metodológicas. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 15, n. 2, p. 49-56, 2004.

FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F.B. **Preparação física de atletas de judô**. São Paulo: Phorte, 2008.

KANO, J. **Energia mental e física**: escritos do fundador do judô. São Paulo: Pensamento, 2008.

RUFINO, L.G.B.; DARIDO, S.C. Pedagogia do esporte e das lutas: em busca de aproximações. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 26, n.2, p.283-300, 2012.

SANTOS, S.G. **Judô: buscando o caminho suave**. Florianópolis: Duplic, 2014.

9 CRONOGRAMA

Datas	Carga horária	Modalidade	Conteúdo	Atividades
27/10	2	Síncrona	Apresentação do plano de ensino	Discussão do plano de ensino
29/10	2	Assíncrona	Histórico do judô	Texto/Vídeo/enquete
03/11	2	Síncrona	Características do judô; luta, tipos de técnicas, quedas	Aula expositiva
05/11	2	Assíncrona	Judô – características gerais e regras	Leitura da apostila
10/11	5	Assíncrona	Etapas de iniciação esportiva	Leitura texto Greco e Benda (1998)
12/11		Assíncrona	Etapas de iniciação esportiva Trabalho 1	Enquete referente ao texto de Greco e Benda
17/11	5	Assíncrona	Ensino do judô em diferentes faixas etárias	Leitura texto Franchini e Del Vecchio (2012)
19/11		Assíncrona	Ensino do judô em diferentes faixas etárias Trabalho 2	Enquete referente ao texto Franchini e Del Vecchio
24/11	5	Síncrona	Pedagogia do esporte aplicada às lutas	Aula expositiva
26/11		Assíncrona	Pedagogia do esporte aplicada às lutas Trabalho 3	Leitura e enquete referente ao texto Breda et al.(2010)
01/12	2	Assíncrona	Técnicas de quadril – o-goshi, koshi-guruma	Vídeo-aula
03/12	2	Assíncrona	Técnicas de perna – o-soto-gari, de-ashi-barai	Vídeo-aula
08/12	2	Assíncrona	Técnicas de braço – ipon-seoi-nage, morote-seoi-nage	Vídeo-aula
10/12	2	Assíncrona	Técnicas de solo – sacrifícios	Vídeo-aula
15/12	2	Assíncrona	Técnicas de imobilização	Vídeo-aula
17/12	2	Assíncrona	Técnicas de chaves e estrangulamentos	Vídeo-aula
RECESSO ESCOLAR DO SEGUNDO SEMESTRE LETIVO DE 2021				
02/02	2	Síncrona	Análise da estrutura da luta de judô	Aula expositiva
04/02	2	Assíncrona	Análise da estrutura da luta de judô	Leitura do livro - Pedagogia Complexa Do Judô
09/02	5	Síncrona	Treinamento físico no judô	Aula expositiva
11/02		Assíncrona	Treinamento físico no judô Trabalho 4	Enquete referente as duas aulas anteriores sobre treinamento físico
16/02	2	Síncrona	Judô para pessoas com deficiência visual	Aula expositiva/enquete
18/02	2	Assíncrona	Ensino e treinamento do judô para crianças e adolescentes	Vídeo-aula
23/02	3	Assíncrona	Avaliação 1	Construção da vídeo-aula
25/02	3	Assíncrona	Avaliação 1	Construção da vídeo-aula
02/03	3	Assíncrona	Avaliação 1	Construção da vídeo-aula
04/03	2	Síncrona	Análise técnico-tática no judô	Aula expositiva

09/03	9	Assíncrona	Avaliação técnico-tática vídeo 1	Análise dos vídeos de luta
11/03		Assíncrona	Avaliação técnico-tática vídeo 2	Análise dos vídeos de luta
16/03		Assíncrona	Avaliação técnico-tática vídeo 3	Análise dos vídeos de luta
18/03	2	Assíncrona	Avaliação 2	Montagem do relatório dos vídeos
23/03	2	Assíncrona	Recuperação	Trabalho teórico

9.1 CRONOGRAMA DAS AVALIAÇÕES

Avaliação	Data de entrega via Moodle
Trabalho 1	14/11
Trabalho 2	21/11
Trabalho 3	28/11
Trabalho 4	13/02
Avaliação 1	02/03
Avaliação 2	18/03
Recuperação	23/03



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário -Trindade
88040-900 - Florianópolis - SC - Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax (048) 3721-9927

Curso Bacharelado em Educação Física.

Plano de Ensino emergencial 2021/2
Resolução Normativa 140/2020/Cun

Código: DEF 5854

Disciplina: Estudos Avançados em Esportes – Futebol

Carga Horária: 04 h/a semana - 72 h/a no período; 54 teórico/ prática e 18 PPCC.

Fase: Eletiva

Pré-requisitos: DEF 5843 Teoria e Metodologia do Futebol

Duração do semestre: 25/10/2021 – 18/12/2021- **Recesso** 19/12/21 – 30/01/22 –

Reinício 31/01/22 – 26/03/22

Professor: Alex Fensterseifer

Email: alex.cbf@ufsc.br

1- EMENTA:

Organização e escolas de futebol mundial. Planejamento e métodos de treinamento: preparação física, técnica, tática e psicológica. Sistemas e estratégias de jogo. Informática no futebol: métodos de avaliação e sistemas de observação. Equipe de futebol: fatores de rendimento e formação do treinador. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

2- OBJETIVOS GERAL:

Aperfeiçoamento teórico-prático para intervenção no treinamento de alto rendimento em clubes e escolinhas de futebol de campo.

3- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 3.1 Identificar as características das principais escolas do futebol mundial;
- 3.2 Analisar o processo de formação do treinador de futebol de campo;
- 3.3 Analisar os diferentes métodos de treinamento do futebol de campo;
- 3.4 Identificar as diferenças dos sistemas de jogo do futebol de campo;
- 3.5 Analisar e interpretar os diferentes métodos de análise de jogo;
- 3.6 Elaborar treinamentos técnicos, táticos, físicos e psicológicos utilizados no futebol de campo;

3.7 Observar e refletir sobre os treinamentos desenvolvidos em clubes e escolinhas de futebol (Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares).

4- CONTEÚDOS PROGRAMÁTICO:

4.1 UNIDADE I – ORGANIZAÇÃO E ESCOLAS DO FUTEBOL.

- Organização do futebol mundial (FIFA, Confederações, CBF e Federações estaduais).
- Análise das Escolas de futebol Africana, Asiática, Européia e Sul Americana.

4.2 UNIDADE II – TREINADOR.

- Modelos de formação de treinador de futebol de campo a nível internacional.
- Formação do treinador de futebol de campo no Brasil.
- Competências do treinador de futebol.
- Montagem de uma equipe de futebol de campo.

4.3 UNIDADE III – PLANEJAMENTO, MÉTODOS DE TREINAMENTO E AVALIAÇÃO NO FUTEBOL DE CAMPO.

- Planejamento no futebol de campo.
- Treinamento global no futebol de campo.
- Métodos de treinamento tático utilizados no futebol de campo.
- Métodos de treinamento técnico utilizados no futebol de campo.
- .-Métodos de treinamento físico utilizados no futebol de campo.
- Métodos de treinamento psicológico.
- Avaliação física, técnica e psicológica.

4.4 UNIDADE IV – SISTEMAS E ANÁLISE DE JOGO.

- Sistemas de jogos e suas variações.
- Análise técnica, tática e física de jogos de futebol utilizando softwares e planilhas de controle.

4.5 UNIDADE V - ATIVIDADES PRÁTICAS: TREINAMENTOS TÉCNICOS, TÁTICOS E FÍSICOS.

- Treinamento técnico: Passe, chute, cabeceio, domínio, condução e drible.
- Concepção de jogo e treinos táticos ofensivos e defensivos.

- Treinamento físico com e sem a bola.

4.6 UNIDADE VI – PRÁTICAS PEDAGÓGICAS COMO COMPONENTE CURRICULAR (PPCC).

- Atividades de observação em clubes de futebol profissional e escolinhas.

5. METODOLOGIA DE ENSINO

A disciplina trabalhará predominantemente com atividades **assíncronas**. A transmissão dos conteúdos da disciplina teórico/prática será através da disponibilização de matérias teóricos/práticos e explanação oral, via ambiente virtual de ensino (Moodle, Conferenciaweb), observações de videoaulas de futebol, leitura de textos e artigos. **Também será estimulado o uso de ferramentas do Moodle para discussões assíncronas como o Fórum para esclarecer dúvidas e Glossário** edição de termos e respectivas definições. As **Práticas pedagógicas como componente curricular** serão realizadas com análise de documentos, tarefas situações problemas da prática e reflexões das práticas pedagógicas em diferentes ambientes de ensino do futebol.

6. RECURSO DE ENSINO

Plataformas de ambiente virtual de ensino moodle e conferenciaweb; software de análise do movimento; textos; artigos; fotos; vídeos; URL de vídeos externos.

Observação: Caso tivermos problemas de conexão, transferências de dados de dados no Moodle e Conferenciaweb, será utilizado o Google Meet ou outra plataforma.

7. AVALIAÇÃO

TAREFA 1: Trabalho teórico referente Unidade I, II, III **Peso 4,0** Local: **Moodle/Tarefas/Assíncronas (Tema será escolhido pelo acadêmico).**

TAREFA 2: Trabalho teórico referente Unidade IV, V, VI **Peso 4,0** Local: **Moodle/Tarefas/ Assíncronas (Tema será escolhido pelo acadêmico).**

GLOSSÁRIO 3: Dicionário do futebol **Peso 2,0** Local: **Moodle/Glossário/ Assíncronas. (Palavras escolhidas pelo acadêmico, durante o semestre).**

8. FREQUÊNCIA

Serão feitas pela visualização dos materiais teóricos/práticos no Moodle/Presença.

9. CRONOGRAMA

OBSERVAÇÃO: Aulas dos dias 25/10/21 – 01/11/21 (plano de ensino, organização e introdução da disciplina) 13/12/21 (Fechamento das 3 primeiras unidades)– 07/03/22 -14/03/22 (fechamento das 3 ultimas unidades e dos conteúdos) serão **SÍNCRONAS**, as outras aulas serão todas **ASSÍNCRONAS** (leituras, disponibilização de materiais teóricos práticos).

ATIVIDADE	CONTEÚDO	H/A	Objetivos	Recursos didáticos	Avaliação formativa
UNIDADE I	Organização e escolas do futebol	06	Identificar as características;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos e textos	Tarefas, Glossário,
UNIDADE II	Treinador	08	Analisar o processo de formação ;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos e textos	Tarefas, Glossário,
UNIDADE III	Planejamento, métodos de treinamento e avaliação no futebol de campo	08	Analisar os diferentes métodos;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos e textos	Tarefas, Glossário,
UNIDADE IV	Sistemas e análise de jogo	8	Identificar as diferenças dos sistemas;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos e textos	Tarefas, Glossário,
UNIDADE V	Atividades práticas: treinamentos técnicos, táticos e físicos.	14	Analisar e interpretar os diferentes métodos de análise;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos, textos e Software	Tarefas, Glossário,
UNIDADE VI	Práticas pedagógicas como componente curricular (ppcc).	18	Observar e refletir sobre os treinamentos;	Conferênciaweb, Moodle, vídeos, textos e Software	Tarefas, Glossário,
AVALIAÇÃO	Avaliação Formativa.	10	Avaliação do conhecimento acumulada ao longo das unidades.	Moodle /Tarefas.	
	TOTAL	72			

Avaliação Formativa: engloba o uso de variados tipos de avaliações e práticas pedagógicas, é aplicada no dia a dia do estudante.

10- BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

Bruggemann, D e Albrecht, **Entrenamiento moderno del futbol**. Barcelona: Hispano Europea, 1996.

Godik, M.A.; Gomes, A.C.; Mantovani, M. **Futebol; preparação dos futebolistas de alto nível**. Rio de Janeiro: Palestra Sport, 1996.

Golmazov, S. & Shirva, B. **Futebol treino da qualidade do movimento para atletas jovens**. São Paulo: Aratebi, 1996.

Sneyer, J. **Futebol; manual de entrenamiento**. Barcelona: Hispano Europea, 1995.

Sneyer, J. **Futebol; preparação física moderna**. Barcelona: Hispano Europea, 1996.

Weineck, J. **Futebol total**. São Paulo: Phorte Editora, 2000.

10.1. BIBLIOGRAFIA EMERGENCIAL

Todo material bibliográfico utilizado no desenvolvimento da disciplina, como apresentações, slides, vídeos, referências, entre outros, serão disponibilizadas no Moodle preferencialmente, e no e-mail garantindo o acesso do estudante ao material.

CASTRO JÚNIOR, Paulo Roberto Bento de; SILVA, Davi Correia da; GRECO, Pablo Juan. Análise do treinamento tático processual no futebol. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 12, n. 48, p. 160-165, 07 set. 2020. Disponível em: <http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/859>. Acesso em: 10 dez. 2020.

COSTA, Israel; GRECO, Pablo; GARGANTA, Júlio; COSTA, Varley; MESQUITA, Isabel. ENSINO-APRENDIZAGEM E TREINAMENTO DOS COMPORTAMENTOS TÁTICO-TÉCNICOS NO FUTEBOL. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, [s. l], v. 9, n. 2, p. 41-61, 15 mar. 2011. Disponível em: <http://www.nucleofutebol.ufv.br/artigos/23-Ensino-aprendizagem-treinamento.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2014

FIFA (Suíça). **TECNOLOGÍA DEL FÚTBOL**. 2020. Disponível em: https://football-technology.fifa.com/es/?utm_source=FIFA.com&utm_medium=Teaser_Technology&utm_campaign=Teaser++FIFA.com. Acesso em: 10 nov. 2020.

GOMES, Antonio Carlos; SOUZA, Juvenilson de. **Futebol: treinamento desportivo de alto rendimento**. Porto Alegre: Artemed, 2008. 132 p. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=Uhniv0uz9yUC&oi=fnd&pg=PT5&dq=treinamento+t%C3%A9cnico+futebol+&ots=8v8Adixhcx&sig=Ua3TRjY5Dgs5gBD-HgMRheAUpl0#v=onepage&q=treinamento%20t%C3%A9cnico%20futebol&f=false>. Acesso em: 08 out. 2018.

INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE (Portugal). **Programa Nacional de Formação de Treinadores**. 2020. Disponível em: <https://ipdj.gov.pt/programa-nacional-de-forma%C3%A7%C3%A3o-de-treinadores>. Acesso em: 09 dez. 2020.

11. COMPLEMENTAÇÃO

Caso as **atividades presenciais** retornarem no semestre 2021/2 serão feitos na sala de aula atividades teóricas/práticas e visitas a locais de treinamentos.



UFSC - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CDS - CENTRO DE DESPORTOS
DEF - DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis - SC
Fone: 48 3721 9462 – 3721 9062 – Fax: 3721 9368
E-mail: def@cds.ufsc.br e secretariadef@cds.ufsc.br



PLANO DE ENSINO – 2021.2

*Plano de Ensino adequado ao Calendário Suplementar Excepcional
referente ao segundo semestre de 2022*

Curso: Bacharelado em Educação Física

Fase: 1ª

DEF 5892 – Turma 01444

Disciplina: Crescimento e Desenvolvimento Humano

Carga horária: 4 horas/aula semana (72h/a - 18 PPCC) – prevista: 72 h/a

Professor responsável: Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech (cassiano.rech@ufsc.br)

Atendimento ao aluno de forma síncrona (online): preferencialmente entre as 14h às 16h (quarta-feira)*

* **Todo o** atendimento deverá ser agendado por e-mail com pelo menos 24 horas de antecedência.

1. EMENTA

Conceitos de crescimento, desenvolvimento e maturação. Teorias de desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social. Estágios de crescimento e desenvolvimento físico e motor. Crescimento somático e a composição corporal. Maturação biológica. Processo de crescimento e desenvolvimento.

2. OBJETIVO GERAL

Proporcionar uma visão geral sobre o processo de crescimento, maturação e desenvolvimento da criança e do adolescente, bem como apresentar os fatores que implicam na variabilidade dos mesmos. Com isso, pretende-se capacitar o aluno a ter uma visão crítica a cerca do crescimento e desenvolvimento humano, discernindo os aspectos benéficos e funcionais para a saúde da criança e adolescentes.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Diferenciar aspectos do crescimento, maturação e desenvolvimento.
- Reconhecer as etapas de maturação do crescimento e do desenvolvimento humano.
- Distinguir a fundamentação teórica do crescimento e desenvolvimento humano.
- Aplicar os conteúdos do crescimento e do desenvolvimento humano na Educação Física.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- ⇒ **4.1 UNIDADE 1** – Conceitos de crescimento, desenvolvimento e maturação. Tipos de estudos em crescimento e desenvolvimento. Fatores intervenientes do crescimento. Desenvolvimento humano – mudanças biológicas, psicológicas e sociais.
- ⇒ **UNIDADE 2** – Estágios de crescimento e desenvolvimento físico. Crescimento somático e desenvolvimento físico. Estudo da composição corporal em crianças e adolescentes. Desnutrição e obesidade: repercussões no crescimento e desenvolvimento.
- ⇒ **UNIDADE 3** – Maturação biológica e o desempenho físico nas atividades físicas. Avaliação da maturação sexual e esquelética. Variação do desempenho físico associado à idade, sexo e maturação.
- ⇒ **UNIDADE 4** – A importância da atividade física/exercício físico no crescimento e desenvolvimento infantil. A criança e o jovem na atividade Física e no esporte. Estágios de desenvolvimento motor e sua avaliação.
- ⇒ **PPCC** - Prática Pedagógica como Componente Curricular - compreende atividades de observação dirigidas e experiências para aprofundar os conhecimentos sobre os temas da disciplina.

5. DETALHAMENTO DA CARGA HORÁRIA MEDIANTE ATIVIDADES PEDAGÓGICAS SÍNCRONAS E ASSÍNCRONAS

Para composição da carga horária da disciplina serão utilizadas atividades pedagógicas síncronas e assíncronas. Serão consideradas atividades pedagógicas síncronas aquelas cuja interação entre o professor e aluno acontece ao mesmo tempo e local (internet), via ambiente virtual de aprendizagem (Ex: discussão via Chats, aula via webconferência, apresentação de trabalhos via webconferência). As atividades pedagógicas assíncronas são aquelas cuja interação entre o professor e aluno acontece não ao mesmo tempo e local (internet) (Ex: realização de trabalhos em grupo a distância, grupo de estudos virtuais, elaboração individual de um trabalho, visualização de vídeo aula gravada). As atividades pedagógicas síncronas e assíncronas da disciplina estão apresentada na matriz de instrucional no **ANEXO 1**.

6. METODOLOGIA DE ENSINO

Para o desenvolvimento das atividades pedagógicas serão utilizadas como metodologia aulas expositivo-dialogadas por meio de recursos audiovisuais (plataforma online). Utilização de ferramentas de interação entre professor e alunos online (internet). Leitura de textos e elaboração de atividades por meio da plataforma moodle. Participação em fóruns de discussão online. Construção e apresentação de seminário por meio de recursos audiovisuais (internet).

Todas as atividades pedagógicas da disciplina serão mediadas pela Plataforma Moodle: Plataforma Moodle (<https://moodle.ufsc.br/>). As atividades síncronas utilizarão a ferramenta BigBlueBotton disponível na Plataforma Moodle (<https://moodle.ufsc.br/>) e/ou pela Plataforma Google Meet (<https://meet.google.com/>). As atividades pedagógicas assíncronas serão disponibilizadas na Plataforma Moodle (<https://moodle.ufsc.br/>).

Os alunos necessitam realizar o cadastro nas plataformas. É de responsabilidade do aluno o acesso as atividades síncronas e assíncronas disponibilizadas pelo professor. Caso de dúvida e dificuldades devem ser reportados ao professor.

A frequência dos alunos será atribuída com base na entrega das atividades para cada unidade da disciplina. O não cumprimento da atividade resulta em falta para a carga horária correspondente a mesma.

7. CRONOGRAMA

O cronograma das atividades pedagógicas, da disciplina como, carga horária, prazos de postagem das atividades e agendamento das atividades síncronas estão apresentadas no **Anexo 1**.

8. AVALIAÇÃO

A nota das atividades pedagógicas da disciplina corresponderá a uma avaliação formativa e somativa, ou seja, ao final de cada conteúdo será solicitada uma atividade a qual será atribuída uma nota entre 0 (zero) e 10 (dez). A nota final será a média das notas obtidas nas tarefas realizadas.

A frequência será vinculada à entrega das atividades previstas no Plano de ensino e presença nas atividades síncronas.

Aqueles alunos que obtiverem notas entre 3,0 e 5,5 poderão fazer uma tarefa de recuperação (art. 70, §2º e art. 71, §3º), que abrangerá todo o conteúdo desenvolvido no semestre. Essa tarefa será postada no moodle e sua entrega também deverá ser feita via Plataforma Moodle.

9. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

MALINA, R. M.; C. BOUCHARD; O. BAR-OR. **Crescimento, Maturação e Atividade Física**, 2ª ed. SP, SP: Phorte, 2009. (os capítulos a serem utilizados serão disponibilizados na Plataforma Moodle).

PAPALIA, D. E.; S. W. OLDS; R. D. FELDMAN; D. GROSS. **Desenvolvimento humano**, 8 ed. Porto Alegre: ArtMed, 2006. (os capítulos a serem utilizados serão disponibilizados na Plataforma Moodle).

10. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BACIL, Eliane Denise Araújo et al . Atividade física e maturação biológica: uma revisão sistemática. Rev. paul. pediatr., São Paulo , v. 33, n. 1, p. 114-121, Mar. 2015.

BEE, H. **A Criança em Desenvolvimento**, 7ª Ed.. São Paulo: Harbra, 1996. (BU - nº chamada 159.923.2 B414c).

CARMICHAEL, L. e MUSSEN, P. H. **Manual de psicologia da criança**. São Paulo: EPU-EDUSP, v.1. Bases biológicas do desenvolvimento, 1975. (BU - nº chamada 159.922.7 C287m).

ECKERT, H. M. **Desenvolvimento Motor**. São Paulo: Manole, 1993. (BU - nº chamada 796.4 E19d).

FRAGOSO, I. E VIEIRA, F. **Morfologia e crescimento**. Lisboa: Editora da FMH, 2000.

GALLAHUE, D. L. e OZMUN, J. D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**, 3ª ed. São Paulo: Phorte Editora, 2005. (BU - nº chamada 612.7 G162c).

GUEDES, Dartagnan Pinto. Crescimento e desenvolvimento aplicado à educação física e ao esporte. Rev. bras. educ. fís. esporte, São Paulo , v. 25, n. spe, p. 127-140, Dec. 2011.

RE, A.H.N.. Crescimento, maturação e desenvolvimento na infância e adolescência: Implicações para o esporte. Motriz., Vila Real , v. 7, n. 3, p. 55-67, jul. 2011.

ANEXO 1: MATRIZ INSTRUCIONAL

**Universidade Federal de Santa Catarina
Centro de Desportos
Departamento Educação Física**

Código: DEF5892		Nome da disciplina: Crescimento e Desenvolvimento Humano		X	obrigatória		optativa
Nome do professor: Cassiano Ricardo Rech				E-mail do professor: cassiano.rech@ufsc.br			
Ofertada ao curso: Bacharelado em Educação Física				Carga horária semestral: 72 h/a		Período: 1º	
Tópico/tema e carga horária	Conteúdos	Objetivos de aprendizagem	Recursos didáticos	Atividades e estratégias de interação	Avaliação e feedback		
04 h/a Semana 1	Plano de disciplina	Apresentar o plano da disciplina	Web conferencia via plataforma moodle	ASSÍNCRONA (ler o plano de ensino no moodle – 26/07/2021) SÍNCRONA (27/10/2021- 09h10min)	Fórum de apresentação		
Introdução ao crescimento e desenvolvimento	- Conceitos de crescimento, desenvolvimento e maturação.	- Diferenciar crescimento, desenvolvimento, maturação.	- Texto em PDF - Vídeo aula sobre conceitos de crescimento.	SÍNCRONA - Ler os textos - Assistir aula (03/11/2021- 09h10min)	- Avaliação das respostas do Quiz via moodle (Tarefa 1).		
04 h/a Semana 2							
04 h/a Semana 3	- Perspectivas de estudo do desenvolvimento humano	- Identificar as principais perspectivas e seus princípios para o	- Texto em PDF - Assistir a aula síncrona	SÍNCRONA (10/11/2021- 09h10min)	- Responder o questionário via moodle (Tarefa 2)		

		estudo do desenvolvimento.			
04 h/a Semana 4	- Tipos de estudos em crescimento e desenvolvimento	- Analisar os pontos forte e limitações dos diferentes tipos de estudos em crescimento e desenvolvimento.	- Vídeo aula sobre tipos de estudos em C&D. - Ler o texto indicado.	ASSÍNCRONA - Ler os textos e assistir vídeo aula	- Avaliação das respostas do Quiz via moodle. - Ler um estudo científico e identificar o tipo de estudo (Tarefa 3)
Fatores intervenientes no crescimento e desenvolvimento	- Fatores genéticos, hormonais, nutricionais e ambientais que afetam o C&D	- Identificar quais e como os fatores genéticos, hormonais, nutricionais e ambientais podem influenciar no C&D	- Texto em PDF - Orientações para elaboração de trabalho em grupo	ASSÍNCRONA - Ler os textos - Elaborar um vídeo de até 10 minutos sobre o tema proposto nas orientações da tarefa	- Entrega da atividade - Avaliação do vídeo postado (Tarefa 4)
10 h/a Semana 5, 6					
04 h/a Semana 7	Discussão da Unidade de fatores intervenientes	Reforçar os conteúdos da Unidade	Web conferencia via plataforma moodle	SÍNCRONA (dia 08/11/2021 – 09h10min)	- Feedback em relação ao vídeo do trabalho.
Desenvolvimento pré-natal	- Estágios e características do desenvolvimento pré-natal	- Identificas os estágios e suas características durante o crescimento pré-natal	- Texto em PDF - Vídeo aula	ASSÍNCRONA - Ler o texto - Responder as questões da tarefa	- Entrega da atividade - Avaliação das respostas da tarefa (Tarefa 5)
06 h/a Semana 08					

04 h/a Semana 09	- Estágios e características do desenvolvimento pré-natal	- Discutir os principais marcos de crescimento e desenvolvimento no período pré-natal	Web conferencia via plataforma moodle	SÍNCRONA (dia 02/02/2022 – 09h10min)	- Responder o questionário via moodle (Tarefa 6).
Crescimento ósseo	- Processos de modelação e remodelação óssea	- Identificar os processos de modelação e remodelação óssea e a importância do exercício nesse processo.	- Texto em PDF - Vídeo aula	ASSÍNCRONA - Ler o texto - Responder as questões da tarefa	- Entrega da atividade - Avaliação das respostas da tarefa (Tarefa 7)
04 h/a Semana 10					
04 h/a Semana 11	- Processos de modelação e remodelação óssea	- Discutir o papel do exercício físico na modelação e remodelação óssea	- Discussão em grupos	SÍNCRONA (dia 16/02/2022 – 09h10min)	- Participar da discussão na aula. - Realizar a tarefa incluída no moodle (Tarefa 8)
Maturação biológica	- Tipos de medidas de maturação biológica.	- Conhecer os métodos de avaliação da maturação biológica	- Texto em PDF - Vídeo aula	ASSÍNCRONA - Ler o texto - Assistir a vídeo aula - Responder ao Fórum	----
08 h/a Semana 12	- Estágios de desenvolvimento sexual	- Identificar os estágios de desenvolvimento sexual	- Slides sobre a temática		
04 h/a Semana 13	Discussão da Unidade de maturação biológica	Reforçar os conteúdos da Unidade	Web conferencia via plataforma moodle	SÍNCRONA (02/03/2022- 09h10min)	- Participação na discussão

Crescimento somático	<ul style="list-style-type: none"> - Curvas de crescimento - Velocidade de crescimento - Canalização de crescimento - Avaliação do crescimento 	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar as fases da curva geral de crescimento - Analisar os aspectos de velocidade de crescimento e canalização do crescimento. - Conhecer os passos para avaliar o crescimento físico. 	Web conferencia via plataforma moodle	SÍNCRONA (09/03/2021- 09h10min)	- Participação na discussão (Tarefa 9)
04 h/a Semana 14					
Atividade física e crescimento	<ul style="list-style-type: none"> - Avaliar atividade física em jovens - Influencia da atividade física no crescimento. - Estágio de desenvolvimento motor 	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar os riscos e benefícios da atividade física no crescimento e desenvolvimento. - Identificar os estágios de desenvolvimento motor. 	Web conferencia via plataforma moodle	SÍNCRONA (16/03/2021- 09h10min)	- Participação na discussão (Tarefa 10)
04 h/a Semana 15					
04 h/a Semana 16	Semana de recuperação	Revisar os conteúdos	Web conferência via plataforma moodle	SÍNCRONA (dia 23/03/2022 – 09h10min)	- Prova de recuperação

Estratégias de Interação e feedback: Para o desenvolvimento das estratégias será utilizada a Plataforma Moodle (<https://moodle.ufsc.br/>), por meio de feedback de forma individual (nas atividades desenvolvidas) ou coletivamente com pequenos vídeos com a respostas para as principais dúvidas dos alunos. Será disponibilizado um espaço (chat) permanente, onde o aluno poderá enviar sua dúvida ou questionamento, o qual será respondido pelo professor com feedback para todos os alunos. Além disso, durante as atividades pedagógicas síncronas poderão ser dados outros feedback para a turma sobre dúvidas ou questionamentos.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO EMERGENCIAL (2021/2)

Código: DEF 5893 Turma: 02444

Disciplina: Aprendizagem e Controle Motor

Carga Horária: 04 créditos (h/a semana) - 72 h/a semestrais (54 teórica/práticas e 18 PCC). 28h/a síncronas e 44h/a assíncronas.

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professora: Lisiane Schilling Poeta Fernandes (lisianepoeta@hotmail.com;
lisiane.poeta@ufsc.br).

1. EMENTA

Introdução ao domínio motor e a aprendizagem de habilidades motoras. Conhecimento do resultado e “feedback”. Ambiente de aprendizagem de habilidades motoras. Variabilidade e processo adaptativo. Teoria do esquema. Sistemas abertos hierárquicos.

2. OBJETIVO GERAL

Contribuir para o conhecimento da fundamentação teórica dos alunos sobre o processo ensino-aprendizagem e controle motor e aplicá-las nas situações de atuação do profissional de educação física.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Conceituar termos específicos de aprendizagem; controle motor e desenvolvimento motor;
- 3.2. Identificar e diferenciar os estágios da aprendizagem de habilidades motoras;
- 3.3. Descrever o fluxo de informações através do sistema de memória indicando suas estruturas primárias e processos de controle;
- 3.5. Descrever e discutir a significância da prática, transferência da aprendizagem e do feedback e conhecimento do resultado no ensino de habilidades motoras;
- 3.6. Citar e discutir a importância da atenção e memória de curto prazo no processo de ensino aprendizagem de habilidades motoras;
- 3.7. Conhecer as teorias e modelos acerca da aprendizagem e controle motor;
- 3.8. Descrever a importância da variabilidade e processo adaptativo na aquisição de habilidades motoras;
- 3.9. Conhecer os sistemas abertos hierárquicos e suas implicações no estudo do comportamento motor humano;
- 3.10. Citar e discutir a função do profissional de educação física no ensino de habilidades motoras;

3.11. Elaborar, aplicar e relatar experimentos práticos na área de aprendizagem e controle motor.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I - Introdução ao Domínio Motor e a Aprendizagem

4.1.1. O domínio motor.

4.1.2. Natureza da aprendizagem.

4.2 UNIDADE II - Teorias e modelos de aprendizagem e controle motor

4.2.1. Teoria do circuito aberto x fechado.

4.2.2. Teoria do esquema.

4.2.3. Sistemas abertos hierárquicos.

4.2.4. Modelo de processamento de informação.

4.3 UNIDADE III - O Aprendiz

4.3.1. Sensação e percepção.

4.3.2. Atenção.

4.3.3. Memória.

4.4 UNIDADE IV - O Ambiente da Aprendizagem.

4.4.1. Feedback e conhecimento de resultado (CR).

4.4.2. Transferência de aprendizagem.

4.4.3. Estrutura da prática.

5. METODOLOGIA

- Aulas síncronas (28h/a): moodle (plataforma BigBlueButton) e/ou Google Meet e/ou web conference.
As aulas serão expositivo-dialogadas com leituras de textos e dinâmicas individuais e em grupos, apresentação de trabalhos e seminários, dentro do horários da disciplina, com datas já previstas no cronograma.
- Aulas assíncronas (44h/a): plataforma moodle: leitura de textos, aulas gravadas, fórum, entrega de tarefas, *lives*, elaboração e observação de vídeos, etc).
- O moodle será a principal ferramenta de comunicação entre professor e alunos.

OBS: Os horários da disciplina (Quinta-feira das 7h30min às 10h; Sexta-feira das 9h10min às 10h) em que não estivermos em atividades síncronas, estarão disponíveis para atendimento, com agendamento prévio do aluno via e-mail ou plataforma Moodle.

6. AVALIAÇÃO

a) Atividades semanais e/ou quinzenais: Serão realizadas de forma individual e/ou em grupo, que deverão ser entregues/postadas na plataforma Moodle. Tais atividades serão compostas de exercícios, observação e/ou elaboração de vídeos, *quiz*, leitura de artigos

(atividades assíncronas). Ao final, será realizada a média aritmética dessas atividades, valendo 10 pontos (peso 1 na média final).

b) Resolução de questão problema: ao final de cada unidade, deverá ser entregue/postado na plataforma Moodle a resolução de uma questão problema, que poderá ser realizada de forma individual ou em grupos (atividade assíncrona). Ao final, será realizada a média aritmética dessas atividades, valendo 10 pontos (peso 2 na média final).

c) Seminário final em grupos, referente a todo o conteúdo da disciplina que será realizado de forma assíncrona e apresentado durante um encontro síncrono, conforme cronograma, valendo 10,0 pontos (peso 1 na média final).

OBS: trabalhos entregues fora do prazo, terão nota reduzida em 2,0 pontos.

d) Prova individual: duas provas individuais, com peso 2 na média final.

Para compor a média final para avaliação, será realizada média ponderada das atividades *a, b, c, d*).

*As 18 h/aula de Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares (PPCC) serão cumpridas com atividades elaboradas pelos alunos, tais como observação e elaboração de vídeos no conteúdo referente ao “Aprendiz” – unidade III.

O aluno que não alcançar a média (6.0), fará prova de recuperação.

7 FREQUENCIA

A frequência estará vinculada à realização das atividades semanais e/ou quinzenais (tais como resolução de problemas, exercícios, quiz, glossários, vídeos, etc.) que deverão ser entregues via plataforma Moodle (carga horária conforme cronograma), no prazo de sete dias corridos, bem como a participação nas aulas síncronas (2h/a por semana, conforme cronograma).

8. CRONOGRAMA

UNIDADE	SEMANA	CONTEÚDO	RECURSOS/ ESTRATÉGIA (4h semanais)
I	1ª (28/10)	FERIADO Apresentação da disciplina, plano de ensino e cronograma. Revisão de conceitos importantes.	Assíncrona (4h)
	2ª (04/11)	Domínio motor. Coordenação motora	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
	3ª (11/11)	Introdução à aprendizagem motora. Classificação das habilidades	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
	4ª (18/11)	Processamento da informação e tomada de decisão	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
II	5ª (25/11)	Contribuições sensoriais à performance (circuito aberto e fechado) – PROVA 1	Síncrona* (1h) Assíncrona (5h)
	6ª (02/12)	Diferenças individuais e capacidades motoras	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
III	7ª (09/12)	O aprendiz (atenção; memória; motivação; ansiedade)	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
IV	8ª (16/12)	Preparando para a experiência de aprendizagem. Avaliação do progresso	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
	Recesso		
	9ª (03/02)	Organização e programação da experiência/formas de prática	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
	10ª (10/02)	Estruturando a experiência de aprendizagem	Síncrona* (2h) Assíncrona (2h)
	11ª (17/02)	Feedback e conhecimento de resultados – PROVA 2	Síncrona* (1h) Assíncrona (4h)
	12ª (24/02)	Seminário final	Síncrona* (2h) Assíncrona (4h)
	13ª (03/03)	Seminário final	Síncrona* (2h) Assíncrona (4h)
	14ª (10/03)	Seminário final	Síncrona* (2h) Assíncrona (4h)
	15ª (17/03)	Fechamento da disciplina	Síncrona* (2h) Assíncrona (3h)
	16ª (24/03)	Prova de recuperação	Síncrona* (2h)

*Aulas síncronas serão de 2h/aula, no horário da disciplina (quinta-feira das 8h20min às 10h).

Aulas assíncronas de 2h/a, 3h/a ou 4h/a serão destinadas para a realização de trabalhos/seminários.

**Este cronograma está sujeito a alterações no decorrer do semestre. Caso isso ocorra, os alunos serão avisados com antecedência.

9. BIBLIOGRAFIA

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

SCHMIDT, R. A.; WRISBERG, C. A. **Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema**. Porto Alegre: Artmed, 2010.

A bibliografia básica não está disponível no acervo digital, no entanto, todos os *slides* utilizados na preparação do material desta disciplina, tem, como base, o conteúdo deste livro. Todos os materiais utilizados para a aula serão disponibilizados aos alunos via Moodle, incluindo textos de livros, *slides*, vídeos, artigos.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

GALLAHUE, D.L.; OZMUN, J.C.; GOODWAY, J.D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. Porto Alegre: AMGH editora, 2013.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade 88.040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (048) 3721-9462 - Fax: (048) 3721-9368 –
e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

**PLANO DE ENSINO (2021.2 – período da pandemia Covid-19)
Com as alterações decorrentes da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de
Julho de 2020**

Código: DEF 5894

Disciplina: Metodologia do Trabalho Acadêmico

Carga Horária: 02 h/a semanais - 36 h/a semestrais (18 h/a teórico/práticas e 18 h/a PCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Professora: Carolina Fernandes da Silva

Atendimento aos alunos: via e-mail institucional (carolina.f.s@ufsc.br) e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle. As mensagens que os(as) alunos(as) enviarem serão respondidas, via e-mail institucional e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, no prazo de até 07 dias de recebimento da mesma. O professor não se responsabiliza se a mensagem enviada pelo(a) aluno(a), para o e-mail institucional (carolina.f.s@ufsc.br) e/ou Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, não chegar ao destinatário em decorrência de problemas de conexão com a internet e/ou problemas no provedor de e-mail institucional e/ou problemas no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

1. EMENTA

Tipos de trabalhos científicos. Fontes de pesquisa. Normatização dos trabalhos científicos.

2. OBJETIVO GERAL

Proporcionar o conhecimento e elaboração de trabalhos científicos, utilizando as normas técnicas necessárias e iniciar no mundo de investigação acadêmico-científica.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Estimular leituras, análises de manuscritos de trabalhos científicos;
- 3.2. Compreender e desenvolver alguns elementos constitutivos na elaboração de trabalhos;
- 3.3. Conhecer a diversidade existente de bancos de dados, de informações de pesquisas;
- 3.4. Conhecer as normas técnicas necessárias para o desenvolvimento de um trabalho científico;
- 3.5. Estimular e oportunizar apresentações orais e/ou escritos dos trabalhos em eventos acadêmicos-científicos ou em periódicos.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I - Possibilidades do conhecimento

- 4.1.1. Conceitos de pesquisa científica;

- 4.1.2. A natureza da ciência e da pesquisa científica;
- 4.1.3. A pesquisa nas ciências humanas e sociais;
- 4.1.4. Importância e necessidade de pesquisa.

4.2. UNIDADE II – Tipos de Trabalhos Científicos

- 4.2.1. Monografia, resenha, artigo, ensaio, relato de experiência, resumos.
- 4.2.2. Elementos constitutivos nos trabalhos científicos.
- 4.2.3. Oral: Como expor e organizar sequencialmente uma apresentação (monografia e temas livres).

4.3. UNIDADE III – Normas Técnicas

- 4.3.1. O uso das normas técnicas segundo a ABNT, APA e Vancouver.

4.4. UNIDADE IV - Sistematização do trabalho científico

- 4.4.1. Fontes de consulta;
- 4.4.2. Organização e sistematização dos estudos;
- 4.4.3. O computador na pesquisa.

5. METODOLOGIA

- Os componentes curriculares dessa disciplina ofertada na vigência do cronograma estabelecido no Calendário Suplementar Excepcional em decorrência da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020, serão os mesmos da disciplina ofertada no período anterior à crise sanitária decorrente da pandemia de COVID-19.
- Esse semestre 2021.2 terá 16 semanas letivas, iniciando em 25/10/2021, com um recesso entre 19/12/2021 e 31/01/2022, e finalizando em 26/03/2021. O conteúdo e a carga horária total estarão distribuídos neste período.
- Para contemplar o total da carga horária, no cronograma, foram acrescentados dois dias de atividades assíncronas no período das 16 semanas.
- Os componentes curriculares de caráter teórico dessa disciplina serão compostos por atividades síncronas (20%) e assíncronas (80%) de leitura, discussão e elaboração de textos.
- Os componentes curriculares de caráter prático dessa disciplina serão compostos por atividades síncronas (20%) e assíncronas (80%) de leitura, discussão e elaboração de textos.
- As atividades síncronas ocorrerão por webconferência, na ferramenta BigBlueButton do no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle ou no Google Meet (o link de acesso ficará disponível na data correspondente no Moodle), visando o diálogo sobre o conteúdo ministrado nas semanas anteriores. Conforme os dias estabelecidos no cronograma desse Plano de Ensino, estas ocorrerão em tempo real, no horário e dia da disciplina (sextas-feiras, das 13h30min às 15h10min) e não serão gravadas para disponibilização futura aos(as) alunos(as).
- As atividades assíncronas dessa disciplina serão disponibilizadas aos estudantes, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, utilizando tecnologias de

informação e comunicação: arquivos do tipo PDF e/ou WORD serão disponibilizados, bem como links de vídeos disponíveis gratuitamente no Youtube.

- A bibliografia principal da disciplina a ser utilizada na vigência do Calendário Suplementar Excepcional em decorrência da Resolução Normativa N°140/2020/CUn, de 21 de Julho de 2020 será disponibilizada pela professora, em forma digital (arquivos do tipo PDF e/ou WORD, e/ou o link do vídeo disponível na internet), no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Corresponderão às atividades de Prática Pedagógica como Componente Curricular (PCC): cadastro e preenchimento dos dados do currículo na Plataforma Lattes, os sete vídeos e a leitura dos slides disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, que serão acessados via link do YouTube; a atividade prática das atividades avaliativas 1 e 2 (as quais somam 18h/a).
- Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoiocoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-2020/> (ver cronograma mais a frente).

6. AVALIAÇÃO

As atividades serão disponibilizadas na íntegra (orientações, critérios de avaliação, link de acesso, prazo da entrega e conteúdo) na primeira semana de aula que se inicia em 25/10/2021.

6.1 Instrumentos de avaliação:

6.1.1 Atividade Avaliativa 1:

- Esta será disponibilizada no formato WORD, com as orientações para a realização da tarefa, Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Com base nos textos e/ou vídeos disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, o(a) discente irá responder individualmente ao enunciado das questões listadas disponíveis em um documento no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar na ferramenta Tarefa (documento em formato WORD), denominada como Atividade Avaliativa 1.
- Entregar o arquivo até a data determinada neste Plano de Ensino (nos itens Avaliação e Cronograma) e no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Não serão aceitos trabalhos entregues com atraso.
- Esta atividade equivale a até 4,0 pontos da nota final.

Prazo de entrega: até dia 23h59min do dia 17 de agosto de 2021.

6.1.2 Atividade Avaliativa 2 (correspondente ao PCC):

- Esta será disponibilizada no formato WORD, com as orientações para a realização da tarefa, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- Com base nos textos e/ou vídeos disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, o(a) discente irá responder individualmente ao enunciado das

questões listadas disponíveis em um documento no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e entregar na ferramenta Tarefa (documento em formato WORD), denominada como Atividade Avaliativa 2.

- Entregar o documento preenchido até a data determinada, a qual está registrada neste Plano de Ensino (nos itens Avaliação e Cronograma) e no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

- Não serão aceitos trabalhos entregues com atraso.

- Esta atividade equivale a até 6,0 pontos na nota final.

Prazo de entrega: até às 23h59min do dia 04 de março de 2022.

NOTA FINAL: soma das notas obtidas nas atividades avaliativas 1 e 2.

Recuperação: TODO O CONTEÚDO VISTO DURANTE O SEMESTRE (0,0 a 10,0 pontos)

- A atividade de recuperação será disponibilizada às 13h30min do dia 11 de março de 2022, no formato WORD, com as orientações para a realização da tarefa, no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle e deverá ser entregue até às 15h10min do dia 18 de março de 2022.

- Com base nos textos e vídeos disponíveis no Moodle durante todo o período letivo, responder às questões listadas, disponíveis no Moodle no formato Tarefa denominada como Atividade de Recuperação.

- Com base nos textos e/ou vídeos disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, o(a) discente irá responder individualmente ao enunciado das questões listadas disponíveis em um documento no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle;

- Entregar o documento (em formato WORD) preenchido até a data determinada, a qual está registrada neste Plano de Ensino (nos itens Avaliação e Cronograma) e no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

6.2 Critérios das avaliações:

- **Atividade Avaliativa 1:** Responder corretamente e individualmente, com consulta aos textos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle (com citação em formato ABNT) às questões dissertativas expostas em um documento disponibilizado pela professora no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- **Atividade Avaliativa 2:** Responder corretamente e individualmente, com consulta aos textos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle (com citação em formato ABNT) às questões dissertativas expostas em um documento disponibilizado pela professora no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.
- **Recuperação:** Responder corretamente e individualmente, com consulta aos textos disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle (com citação em formato ABNT) às questões dissertativas expostas em um documento disponibilizado pela professora no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle.

*Não serão aceitas tarefas entregues com atraso, desta forma não receberá os pontos (ressalva a casos justificados de acordo com a Resolução 017/CUn/97).** Se o acadêmico ficar com média

entre 3,0 e 5,5, desta forma não tendo alcançado média semestral, conforme consta no regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC (Resolução 017/CUn/97), poderá realizar uma avaliação de recuperação que será composto por uma atividade individual, que compreenderá questões dissertativas sobre todo o conteúdo desenvolvido na disciplina.

7. FREQUÊNCIA:

7.1 Atividades assíncronas

- O registro da frequência ocorrerá a partir de questionários disponibilizados no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle sobre a temática semanal da disciplina;
- A cada semana de aula, uma pergunta de múltipla escolha sobre o conteúdo disponível nos materiais de estudo, estará disponível para ser respondida, o(a) estudante que marcar uma resposta (independente se correta ou não) terá contada a sua presença;
- A(s) pergunta(s) será(ão) construída(s) no próprio Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle que registra, automaticamente, para o docente da disciplina, qual discente respondeu e qual discente não respondeu o(s) questionamento(s), dentro do horário permitido para que a(s) pergunta(s) ficasse(m) disponível para o(a) discente.
- O período para responder começará à 0h do dia da aula e ficará disponível até às 23h59min do dia anterior da próxima aula.
- O(A) aluno(a) deverá responder a(s) pergunta(s), uma única vez em cada semana letiva, para que a frequência semanal na disciplina seja efetivada.
- Se a semana tiver somente atividades assíncronas e o(a) aluno(a) não responder a pergunta receberá a quantidade de faltas correspondente a quantidade de carga-horária semanal da disciplina, o que corresponde a 2 (três) horas-aulas. **ATENÇÃO:** Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoiocoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/> (ver cronograma mais a frente).
- O(A) aluno(a) que não responder a(s) pergunta(s) em alguma semana letiva receberá falta na disciplina, naquela referida semana, Se a semana tiver somente atividades assíncronas e o(a) aluno(a) não responder à(s) pergunta(s) receberá a quantidade de faltas correspondente a quantidade de créditos semanais da disciplina,
- A(s) pergunta(s) será(ão) utilizada(s) somente para registro da frequência, de modo que o fato de responder corretamente ou erroneamente a alguma pergunta não incidirá, respectivamente, em benefício ou prejuízo avaliativo em termos de nota na disciplina ao(à) aluno(a).
- Nas semanas de entrega dos trabalhos avaliativos não terá(ão) pergunta(s) referente ao tema, pois nesse caso, a frequência na disciplina será computada a partir da entrega

dos trabalhos avaliativos. O(A) aluno(a) que não entregar o trabalho avaliativo na respectiva data, receberá falta na disciplina na respectiva semana.

- Se a semana tiver atividades síncronas e assíncronas, o(a) aluno(a) que não responder a pergunta da semana receberá a quantidade de falta correspondente somente as atividades assíncronas. Pois, a frequência na atividade síncrona será computada pela participação do(a) discente na atividade síncrona. **ATENÇÃO:** Foi necessário adicionar alguns sábados letivos para algumas atividades assíncronas da disciplina com intuito de atender a carga horária da disciplina, conforme recomendação disponível no item 8 do website: <https://apoiocoordenadoriascursosgraduacao.paginas.ufsc.br/planos-de-ensino-20202/> (ver cronograma mais a frente).

7.2 Atividades síncronas

- Nos dias dos encontros síncronos, a frequência será registrada a partir da presença do(a) discente na atividade no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle ou no Google Meet;
- O(A) discente que não estiver presente nos dias dos encontros síncronos receberá falta;
- A falta do(a) discente nos dias dos encontros síncronos, corresponderá a 02 faltas, pois os encontros síncronos serão nos dias/horários equivalentes a 02 horas-aulas da disciplina.

8. CRONOGRAMA

Semana	Data	Conteúdo	Material	Tipo de atividade	Observação	Horas-aulas
Outubro						
1	29	Apresentação do plano de ensino, cronograma	Webconferência por ferramenta do Moodle (PCC - Lattes)	Síncrona	Link disponibilizado no Moodle	2 h/a
Novembro						
2	05	Unidade IV	Texto disponível em PDF	Assíncrona		2 h/a
4	12	Unidade III	Vídeo disponível no Youtube (PCC)	Assíncrona		2 h/a
	13	Unidade III	Material disponível no Moodle (slides e site) (PCC)	Assíncrona	Conteúdo disponibilizado visando atingir a carga horária da disciplina	2h/a

3	19	Unidade I	Slides produzidos pela professora e texto disponível em PDF	Assíncrona		2 h/a
5	26	Unidade IV	Vídeo disponível no YouTube (PCC)	Assíncrona		2 h/a
Dezembro						
6	03	Unidade II	Material disponível no Moodle (slides e textos)	Assíncrona		2 h/a
7	10	Unidades I, II, III e IV	Webconferência	Síncrona		2 h/a
8	17		Atividade avaliativa 1(PCC)	Assíncrona	Entrega da tarefa no Moodle	2 h/a
Fevereiro						
9	04	Unidade II	Textos disponíveis em PDF	Assíncrona		2 h/a
10	11	Unidade II	Vídeos disponíveis no YouTube (PCC)	Assíncrona		2 h/a
	12	Unidade II	Textos disponíveis em PDF	Assíncrona	Conteúdo disponibilizado visando atingir a carga horária da disciplina	2h/a
11	18	Unidade II	Vídeos disponíveis no YouTube (PCC)	Assíncrona		2 h/a
12	25	Unidade II	Webconferência	Síncrona	Link disponibilizado no Moodle	2 h/a
Março						
13	04	Entrega de tarefa	Atividade avaliativa 2 (PCC)	Assíncrona	Entrega da tarefa no Moodle	2 h/a

14	11	Entrega de notas	Disponibilização da atividade de recuperação	Assíncrona		2 h/a
15	18	Entrega de tarefa	Atividade avaliativa de recuperação	Assíncrona	Entrega da tarefa no Moodle	2 h/a
16	25	Entrega de notas	Envio pelo CAGR	Assíncrona		2 h/a

9. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

9.1 Textos em PDF disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle

CENTRO EDUCACIONAL LOGOS. Métodos e estratégias de estudos e aprendizagem. In: _____ Metodologia do Trabalho Científico. Disponível em: www.lous-edu.com.br. Acesso em: 3 agosto 2020.

CENTRO EDUCACIONAL LOGOS. A instauração do conhecimento e suas formas. In: _____ Metodologia do Trabalho Científico. Disponível em: www.lous-edu.com.br. Acesso em: 3 agosto 2020.

CENTRO EDUCACIONAL LOGOS. Elementos da estrutura de trabalho acadêmico. In: _____ Metodologia do Trabalho Científico. Disponível em: www.lous-edu.com.br. Acesso em: 3 agosto 2020.

CENTRO EDUCACIONAL LOGOS. Artigo. In: _____ Metodologia do Trabalho Científico. Disponível em: www.lous-edu.com.br. Acesso em: 3 agosto 2020.

CENTRO EDUCACIONAL LOGOS. Diretrizes para a elaboração de uma monografia. In: _____ Metodologia do Trabalho Científico. Disponível em: www.lous-edu.com.br. Acesso em: 3 agosto 2020.

CENTRO EDUCACIONAL LOGOS. Resenha. In: _____ Metodologia do Trabalho Científico. Disponível em: www.lous-edu.com.br. Acesso em: 3 agosto 2020.

DICAS DE COMO escrever um ensaio. Disponível em: https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/116800/DICAS_SOBRE_COMO_ESCREVER_UM_ENSAIO.pdf?sequence=1. Acesso em: 3 agosto 2020.

NASCIMENTO, Maria Marta; SABADINI, Aparecida Angélica Z. Paulovic; SAMPAIO, Maria Imaculada Cardoso. **Normalização de Referências**: adaptação do manual de estilo da american psychological association (APA). Adaptação do manual de estilo da American Psychological Association (APA). 2013. Disponível em: http://www.ip.usp.br/site/wp-content/uploads/2016/10/normalizacao_referencias_APA_6_ed_vers%C3%A3o2013.pdf. Acesso em: 2 ago. 2020.

PÓS-GRADUANDO. **Dez sugestões para sua apresentação de seminário.** Disponível em: <https://posgraduando.com/dez-sugestoes-para-sua-apresentacao-de-seminario/>. Acesso em: 8 ago. 2020.

PÓS-GRADUANDO. **Como se preparar para uma apresentação em público.** Disponível em: <https://posgraduando.com/apresentacao-em-publico/>. Acesso em: 8 ago. 2020.

PÓS-GRADUANDO. **Como fazer uma apresentação de trabalho inesquecível.** Disponível em: <https://posgraduando.com/como-fazer-uma-apresentacao/>. Acesso em: 8 ago. 2020.

PÓS-GRADUANDO. **4 técnicas de oratória para ir bem em concursos e apresentações.** Disponível em: <https://posgraduando.com/tecnicas-oratoria-concursos-apresentacoes/>. Acesso em: 8 ago. 2020.

PÓS-GRADUANDO. **Dez dicas para criar uma boa apresentação no PowerPoint.** Disponível em: <https://posgraduando.com/dez-dicas-para-criar-uma-boa-apresentacao-no-powerpoint/>. Acesso em: 8 ago. 2020.

RODRIGUES, Jeorgina Gentil. **Como referenciar e citar segundo o Estilo Vancouver** / Jeorgina Gentil Rodrigues. -- Rio de Janeiro: Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde, 2008. Disponível em: http://www.fiocruz.br/bibsmc/media/comoreferenciarecitarsegundooEstiloVancouver_2008.pdf. Acesso em: 3 agosto 2020.

9.2 Vídeos no Youtube com links disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle

ARTIGO Científico: conhecendo a sua estrutura. Produção de Saber Fazer Pesquisa. 2017. Son., color. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=z0s-gIKysd4>. Acesso em: 3 ago. 2020.

DICAS de como usar o Periódicos Capes. Realização de Formiga Zumbi. 2015. P&B. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=gB98R4nt1ZA>. Acesso em: 9 dez. 2015.

DIFERENÇA entre Normas APA, Vancouver e ABNT - Tipos de Normas! Formas de Citação!. Realização de Revista Científica Núcleo do Conhecimento. Intérpretes: Prof. Dra. Carla Dendasck. 2020. (16 min.), P&B. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=St7sj66KRQY>. Acesso em: 9 dez. 2020.

ENSAIO ACADÊMICO: como fazer!. Produção de Mari Ella. 2018. Son., color. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=KkgymaJSy50&t=134s>. Acesso em: 3 ago. 2020.

O QUE é Monografia? O que significa?. Produção de Revista Científica Núcleo do Conhecimento. 2019. Son., color. Disponível em:
https://www.youtube.com/watch?v=kcPro_1_Zpc. Acesso em: 3 ago. 2020.

O QUE é um artigo científico? Curso de Metodologia Científica. Produção de Canal Descomplicado. 2018. Son., color. Disponível em:
<https://www.youtube.com/watch?v=XhyrjRws0hM>. Acesso em: 3 ago. 2020.

QUAL a diferença entre Monografia, TCC e Artigo Científico?. Produção de Revista Científica Núcleo do Conhecimento. 2019. Son., color. Disponível em:
<https://www.youtube.com/watch?v=OYCCdD7-cgQ>. Acesso em: 3 ago. 2020.

RELATO de Caso ou Relato de Experiência. Produção de Revista Científica Núcleo do Conhecimento. 2020. Son., color. Disponível em:
<https://www.youtube.com/watch?v=clyqE3S1fuk>. Acesso em: 3 ago. 2020.

RESENHA Crítica. Produção de Brasil Escola. 2019. Son., color. Disponível em:
<https://www.youtube.com/watch?v=rDNfm3JesUw&t=128s>. Acesso em: 3 ago. 2020.

RESUMO Completo e Resumo Expandido. Produção de Revista Científica Núcleo do Conhecimento. 2020. Color. Disponível em:
<https://www.youtube.com/watch?v=CkrDAaRA3hk>. Acesso em: 3 ago. 2020.

10. Bibliografia Complementar

10.1 Textos de apoio em PDF disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle

CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em ciências humanas e sociais**. São Paulo: Cortez, 1991.

DEMO, Pedro. **Introdução à metodologia da ciência**. 2. Ed. São Paulo: Atlas, 1985.

BRACHT, Valter. **Sociologia Crítica do Esporte: uma introdução**. 3ªed. – Ijuí: Ed. Unijuí, 2005.

FAZENDA, I (Org.). **Metodologia da pesquisa educacional**. São Paulo; Cortez,1989.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Metodologia científica**. São Paulo: Atlas, 1985.

THOMAS, J. R.; THOMAS, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

MARCONI, M.; LAKATOS, E. **Fundamentos de metodologia científica**. São Paulo: Atlas, 2003.

NEVES, E.; DOMINGUES, C (Orgs.). **Manual de metodologia de pesquisa científica**. Rio de Janeiro: EB/CEP, 2007.

10.2 Textos de exemplo de trabalhos acadêmicos em PDF disponíveis no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle

a) Relatos de experiência

NUNES, Fábio Santana. Perspectivas metodológicas de ensino da História dos Esportes. **Cadernos de Formação Rbce**, Florianópolis, v. 8, n. 2, p. 59-71, set. 2017. Disponível em: <http://revista.cbce.org.br/index.php/cadernos/article/view/2260>. Acesso em: 4 ago. 2020.

OLIVEIRA, Marcus Aurélio Taborda de. Aprendendo a ser professor: memórias de formação. **Cadernos de Formação RBCE**, Florianópolis, p. 9-20, mar. 2019. Disponível em: <http://revista.cbce.org.br/index.php/cadernos/article/view/2356>. Acesso em: 4 ago. 2020.

b) Artigo científico

ALVES, Flávio Soares. Ressonâncias entre práticas de sensibilização e elaboração de si na formação em Educação Física. **Movimento (Esefid/ufrgs)**, [S.L.], v. 26, p. 1-13, 20 jul. 2020. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. <http://dx.doi.org/10.22456/1982-8918.101434>.

c) Monografias

BORBA, Bruna Letícia de. Representações Da Educação Física No Brasil:: um estudo histórico nas revistas femininas (1930-1960). 2019. 48 f. **TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Educação Física**, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/202431>. Acesso em: 4 ago. 2020.

d) Resenhas

FRAGA, Alex Branco; DESSBESELL, Giliane; CÉSARO, Humberto Luis de. “Educación Física”: um filme chileno sobre a estética do abandono. **Movimento (Esefid/ufrgs)**, Porto Alegre, v. 21, n. 3, p. 847-852, ju/set, 2015.

e) Ensaios

SILVA, Francisca; ALMEIDA, Dulce Maria. Masculinidades no esporte: o caso do rugby. **Movimento (Esefid/ufrgs)**, [S.L.], v. 26, e26041, p. 1-13, 2020. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.94214>. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/94214/57203>. Acesso em: 11 dez. 2020.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis (SC) Brasil
Fone: (48) 3721-9462 - Fax: (48) 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

**PLANO DE ENSINO ADAPTADO, EM CARÁTER EXCEPCIONAL E TRANSITÓRIO,
PARA SUBSTITUIÇÃO DE AULAS PRESENCIAIS POR AULAS EM MEIOS
DIGITAIS**

Código: DEF 5895

Disciplina: Emergências em Educação Física A

Carga Horária: 03 h/a semanais - 54 h/a semestrais (36 h/a teórico/práticas e 18 h/a PPCC)

Pré-requisitos: Sem pré-requisito

Prof. Dr. Rodrigo Sudatti Delevatti – rodrigo.delevatti@ufsc.br

Semestre: 2021/02

Horário de Atendimento: (Horário: 14:20h às 16:00h - 2ª feiras - Local: Plataforma Google Meet, devendo ser agendado previamente).

1. EMENTA

Concepções e princípios de atendimento de emergência. Técnicas de primeiros socorros em diferentes situações do cotidiano profissional em Educação Física. Prevenção de lesões.

2. OBJETIVO GERAL

Estudar as principais emergências e procedimentos de atendimento em diferentes situações do cotidiano profissional em Educação Física.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Conhecer os principais contextos propiciadores de situações de emergência nos esportes e demais áreas de atuação do profissional de Educação Física;
- 3.2. Conhecer procedimentos de primeiros socorros em diferentes situações do cotidiano profissional;
- 3.3. Discutir concepções de Educação em Saúde e sua aplicação na prevenção de acidentes e lesões esportivas.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I – Conceitos e contextualização sobre primeiros socorros; o papel do prestador de socorro/socorrista e a legislação; Avaliação inicial, sinais vitais, sinais de apoio e sua interpretação; Reanimação Cardiopulmonar RCP; Hipertensão, acidente vascular encefálico e infarto agudo do miocárdio. Estados de choque, hemorragias, convulsões e síncope.

4.2. UNIDADE II – Prevenção de agravos à saúde e lesões associadas às diferentes modalidades de exercício e esportivas. Procedimentos adequados para prevenir e

prestar atendimento em eventos agudos e crônicos de caráter muscular e articular (entorse, luxação, sub-luxação, tendinite, concussão).

4.3. UNIDADE III – Princípios específicos emergenciais em diferentes contextos (corpos estranhos no organismo; queimadura; desidratação; intoxicação e envenenamento; mordidas e picadas de animais; imobilização e transporte de pessoas, afogamentos). Problemas relacionados ao clima.

5. CRONOGRAMA

Aula	Carga horária	Data	Conteúdo Programático	Abordagem (síncrona ou assíncrona)
1	3	27/10	Apresentação do plano de ensino; Segurança na prescrição de exercícios; Conceitos e princípios em primeiros socorros.	Síncrona
2	3	03/11	Triagem/avaliação de risco – Anamnese, termo de consentimento, ParQ.	Assíncrona Aula gravada pelo professor da disciplina; Síntese por meio de estudo dirigido da aula.
3	3	10/11	Anamnese (artigo) Explicação do trabalho 1 (PPCC): Estruturação de anamnese, aplicação e postagem.	Assíncrona (Leitura de artigo científico e discussão em fórum / Moodle)
4	3	17/11	Avaliação da cena; Avaliação inicial da vítima; Sinais vitais, Sinais de apoio	Síncrona
5	3	24/11	Reanimação Cardiopulmonar (RCP); Desobstrução de vias aéreas superiores – Desfibrilador.	Assíncrona Aula gravada pelo professor da disciplina; Síntese por meio de estudo dirigido da aula.
6	3	01/12	Prática de Sinais Vitais, especialmente de pressão arterial.	Assíncrona Vídeo-aulas sobre a mensuração de sinais vitais Mensuração (em pessoa que reside ou em si mesmo) de sinais vitais, de apoio, e postagem.
7	3	08/12	Riscos relacionados às principais doenças cardiovasculares – Hipertensão e Doença Arterial Coronariana (DAC).	Síncrona
8	3	15/12	Avaliação 1	Assíncrona Questionário avaliativo aplicado via moodle
9	3	02/02	Prazo final para postagem do trabalho 1 (anamnese) Choque, hemorragia e ferimentos	Assíncrona (Apresentação/slides e síntese/postagem do conteúdo em formato de estudo dirigido)
10	6	09/02	Choque, hemorragia e ferimentos	Síncrona
11	3	16/02	Desmaios – Crises convulsivas	Assíncrona Aula gravada pelo professor da disciplina; Síntese por meio de estudo dirigido da aula.

12	3	23/02	Lesões em modalidades esportivas e de treinamento físico. Riscos relacionados ao diabetes. Apresentação do trabalho 2 (PPCC): Estruturação de folder explicativo acerca de lesões em determinada modalidade de treinamento ou esporte.	Síncrona
13	3	02/03	FERIADO	
14	6	09/03	OVACE, intoxicação, acidentes com eletricidade e acidentes com animais peçonhentos) Transporte de vítimas Problemas relacionados ao clima (frio e calor)	Assíncrona Aula gravada pelo professor da disciplina; Síntese por meio de estudo dirigido da aula.
15	3	16/03	Avaliação 2 Prazo final para postagem do trabalho 2 (folder)	Assíncrona Questionário avaliativo aplicado via moodle
16	3	23/03	Recuperação	Assíncrona Questionário avaliativo aplicado via moodle

Proporção síncrona/assíncrona: 5/11 aulas; 31/69%.

6. METODOLOGIA

- Atividades síncronas: Aulas expositivas dialogadas, via Plataforma Google Meet.
- Atividades assíncronas: Aulas gravadas pelo professor, indicação de vídeo-aulas públicas acerca do conteúdo, indicação de textos científicos, realização de estudos dirigidos e fóruns de discussão. Estas atividades serão gerenciadas todas via Moodle/UFSC.

7. AVALIAÇÃO

A nota final na disciplina será o somatório das seguintes avaliações:

Trabalhos em grupo: 2 trabalhos que equivalem a 40% da nota final (0 a 10 pontos cada avaliação - 20% cada trabalho)

Avaliações objetivas e discursivas: Duas avaliações que equivalem a 60% da nota final (0 a 10 pontos cada avaliação - 30% cada prova)

Nota final = Avaliação1*0,30+Trabalho1*0,20+Avaliação2*0,30+Trabalho2*0,20.

8. PROVA DE RECUPERAÇÃO

De acordo com o previsto pelo Regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC, artigo 70 §2º combinado com o artigo 71 § 3º, os alunos com frequência suficiente e média superior a 3,0 e inferior a 5,5, terão direito a uma nova avaliação. A nota final será calculada através da média aritmética entre a média das notas nas avaliações parciais e a nota da *recuperação*.

9. FREQUÊNCIA

A frequência será contabilizada de acordo com a realização das tarefas (exemplo: Participação em fórum, postagem de estudo dirigido) atribuídas a cada conteúdo.

10. BIBLIOGRAFIA

NETO AS, DIAS RD, VELASCO IT. **Procedimentos em Emergência**. São Paulo: Manole, 2ª Ed. 2016. (Arquivo disponibilizado pelo professor)

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). Atualização da Diretriz de Ressuscitação Cardiopulmonar e Cuidados Cardiovasculares de Emergência da Sociedade Brasileira de Cardiologia. **Arq Bras Cardiol**. 2019; 113(3): 449-663. (Arquivo disponibilizado pelo professor)

ANDREAZZI IM, TAKENAKA VS, SILVA PSB, ARAÚJO, MP. Exame pré-participação esportiva e o Par-Q em praticantes de academias. **Rev Bras Med Esporte**. 2016; 22(4): 272-276. (Arquivo disponibilizado pelo professor)



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis (SC) Brasil
Fone: (48) 3721-9462 - Fax: (48) 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br

Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021-2

Código: DEF 5897

Disciplina: Adaptações Orgânicas ao Exercício

Pré-requisito: CFS 5147 Fisiologia humana

Carga horária: 4 horas/aula semanais (72h/a, 18 PPCC)

Docente: Prof. Dr. Ricardo Dantas de Lucas - ricardo.dantas@ufsc.br

1. EMENTA

- Energia para o exercício físico. Efeitos agudos e crônicos do exercício físico nos diferentes sistemas orgânicos. Fisiologia do exercício e condições ambientais.

2. OBJETIVO GERAL

- Conduzir o aluno a compreender os mecanismos de adaptação fisiológica ao exercício físico e treinamento, de forma que esses conhecimentos possam ser aplicados na prática profissional.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar os sistemas de produção de energia em diversas atividades físicas/esportivas,
- Compreender os efeitos agudos e crônicos do exercício físico sobre o organismo,
- Conhecer as influências do meio-ambiente sobre o organismo em exercício,
- Compreender os índices fisiológicos aplicados à avaliação e ao desempenho humano; e
- Integrar os conceitos dos efeitos agudos ao exercício nos diversos sistemas com observações práticas em laboratório

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I: Bioenergética e Metabolismo no exercício

- Produção aeróbia e anaeróbia de energia
- Controle da bioenergética
- Recuperação após o exercício
- Metabolismo de substratos durante o exercício
- Contribuição aeróbia e anaeróbia em diferentes eventos
- Adaptações metabólicas determinadas pelo treinamento

UNIDADE II: Efeitos agudos e crônicas do exercício sobre o sistema hormonal

- Fatores que influenciam a utilização de carboidratos e gorduras
- Anabolismo versus Catabolismo

UNIDADE III: Efeitos agudos e crônicas do exercício sobre o sistema neuromuscular

- Sistema contrátil da musculatura esquelética
- Contração muscular e fadiga causada pelo exercício

UNIDADE IV: Efeitos agudos e crônicas do exercício sobre os sistemas cardiovascular

- Controle do sistema circulatório (cardiovascular) durante o exercício
- Regulação da pressão arterial e exercício

UNIDADE V: Índices fisiológicos aeróbios: avaliação e prescrição de exercício

- Consumo máximo de oxigênio (VO₂max)
- Resposta do lactato sanguíneo ao exercício (Limiares de lactato)
- Protocolos de avaliação e índices de prescrição do exercício aeróbio

UNIDADE VI: Exercício e influência ambientais

- Fisiologia do exercício nas médias e grandes altitudes
- Exercício e fisiologia da termo-regulação

5. METODOLOGIA

As atividades da disciplina serão realizadas no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) Moodle. A aferição da frequência do(a)s estudantes na disciplina ocorrerá pelo acompanhamento da conclusão das atividades do curso, com entrega de atividades dentro do prazo estabelecido. Ao final do semestre, o(a) estudante deverá obter 75% de frequência.

As vídeo-aulas síncronas (ao vivo) ocorrerão, *a priori*, na sala virtual do *Conferênciaweb* ou *BigBlueButton* da UFSC. Outra plataforma poderá ser utilizada caso seja necessário. Ao todo estão previstas 13 aulas síncronas ao longo do semestre (conforme cronograma em anexo).

As vídeo-aulas assíncronas serão utilizadas para apresentar o conteúdo de cada unidade da disciplina, tendo durações variadas conforme o tema abordado. As vídeo-aulas síncronas serão utilizadas principalmente apresentar e discutir conteúdos, revisar e solucionar dúvidas sobre as unidades. As datas de realização das vídeo-aulas síncronas serão disponibilizadas no cronograma (Anexo), permitindo tempo hábil para organização do(a)s estudantes. Serão disponibilizados vídeos, textos e slides no AVA para facilitar o processo de ensino-aprendizagem.

Para este plano de ensino emergencial, entende-se por aulas não presenciais síncronas aquelas que contam com a participação simultânea do docente e discente no mesmo ambiente virtual. Aulas não presenciais assíncronas compreendem aquelas em que o discente realiza a atividade sem a presença do docente.

6. AVALIAÇÃO

A atribuição da nota será dividida entre as atividades executadas ao longo do semestre[§], conforme segue:

PESO	AVALIAÇÃO/ TAREFAS	PRAZO ENTREGA
20%	(#1) Questionário: sistemas energéticos e exercício.	26/11/2021
20%	(#2) Questionário: regulação hormonal e substratos energéticos no exercício	18/12/2021
20%	(#3) Resumo estruturado: fadiga (muscular), suas classificações e mecanismos	06/02/2022
20%	(#4) Questionário: funções e adaptações cardiovasculares exercício	04/03/2022
20%	(#5) Questionário: determinação de índices fisiológicos e domínios da intensidade do exercício	18/03/2022
	(#6) Questionário: perguntas e auto-avaliação	25/03/2022

[§]Pode sofrer alterações conforme necessidade da disciplina.

Recuperação: Conforme Art. 70 da Resolução 017/CUn/97, o aluno com frequência suficiente, quando necessário, terá direito a prova escrita com todo conteúdo programático desenvolvido no semestre, dentro do período de recuperação estipulado pelo Calendário Acadêmico da UFSC.

7. CRONOGRAMA PREVISTO

DATAS	CONTEÚDOS	NÚMERO DE AULAS
25/10 a 22/11	Unidade 1	16
26/11 a 03/12	Unidade 2	12
06/12 a 18/12	Unidade 3	12
31/01 a 21/02	Unidade 4	12
25/02 a 14/03	Unidade 5	12
18/03 a 26/03	Unidade 6	08
Total previsto		72 hrs

Feriados: 02/11, 15/11, 28/02, 01/03, 02/03, 23/03.

8. BIBLIOGRAFIA

8.1. BIBLIOGRAFIA BÁSICA (disponíveis no Moodle)

FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO. – Brasília: Fundação Vale, UNESCO, 2013.74 p. – (Cadernos de referência de esporte; 2). ISBN: 978-85-7652-156-3

FISIOLOGIA HUMANA. – Brasília: Fundação Vale, UNESCO, 2013. 54 p. – (Cadernos de referência de esporte; 1). ISBN: 978-85-7652-155-6

POWERS, S. E.; E. T. HOWLEY. **Fisiologia do exercício. Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho**, 6a ed. Barueri, SP: Manole, 2009.

McARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. **Fisiologia do Exercício - Energia, Nutrição e Desempenho Humano**, 8ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

8.2. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

CAPUTO, F. et al. Exercício aeróbio: Aspectos bioenergéticos, ajustes fisiológicos, fadiga e índices de desempenho. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 11, n. 1, p. 94-102, 2009.

CASONATTO, J.; POLITO, M.D. Hipotensão pós-exercício aeróbio: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 15, n. 2, p. 151-157, 2009.

SILVA, A.E.L.; OLIVEIRA, F.R.; GEVAERD, M. S. Mecanismos de fadiga durante o exercício físico. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v.8, n.1, p. 105- 113, 2006.

Poderão ser utilizados outros artigos científicos para complementar discussões, os quais serão disponibilizados pela plataforma Moodle.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução nº 06/2021/CUn, de 30 de março de 2021,

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, à disciplina Adaptações Orgânicas ao Exercício (DEF5897).

PLANEJAMENTO DAS ATIVIDADES – Adaptações Orgânicas ao Exercício – BACHARELADO

DATA		ATIVIDADE	HORÁRIO	TAREFA
UNIDADE I – BIOENERGÉTICA E METABOLISMO NO EXERCÍCIO				
Semana 1	De 25/10 a 29/10	AULA síncrona: Apresentação da disciplina no Ambiente Virtual de Aprendizagem – Moodle	26/10 (terça) 07:45-9:10h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
		AULA síncrona: Aspectos Introdutórios da energia	29/11 (sexta) 8:30-9:50h	Tarefa: Preencher seu perfil no Moodle e Apresentar no Fórum da disciplina. Prazo limite: 29/10/21 (23:00)
Semana 2	De 01/11 a 05/11	Videoaula assíncrona 1: Sistemas energéticos (visão geral)		Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
		AULA síncrona 3: Sistemas energéticos – Glicólise e oxidativo	05/11 (sexta) 8:30-9:50h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 3	De 08/11 a 12/11	Videoaula assíncrona 4: Sistemas energéticos – Aeróbio (oxidativo).	Horário Livre	
Semana 4	De 15/11 a 19/11	AULA síncrona 5: Interação dos sistemas energéticos.	16/11 (terça) 07:45-9:10h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 5	De 22/11 a 26/11	AULA síncrona 6: Interação dos sistemas energéticos.	23/11 (terça) 07:45-9:10h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
		AULA síncrona 7: Sistema hormonal durante o exercício.	26/11 (sexta) 8:30-9:50h	Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
UNIDADE II – EFEITOS AGUDOS E CRÔNICOS DO EXERCÍCIO SOBRE O SISTEMA HORMONAL				
Semana 6	De 29/11 a 03/12	Videoaula assíncrona 8: Sistema hormonal durante o exercício.	Horário Livre	Avaliação 1) Questionário – Interação dos sistemas energéticos no exercício. Prazo limite: 26/11/21 (23:00)

UNIDADE III – EFEITOS AGUDOS E CRÔNICOS DO EXERCÍCIO SOBRE O SISTEMA NEUROMUSCULAR			
Semana 7	De 06/12 a 10/12	AULA síncrona 9: Sistema neuromuscular	07/12 (terça) 07:45-9:10h Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 8	De 13/12 a 18/12	Videoaula assíncrona 10: Fadiga muscular: mecanismos durante o exercício AULA síncrona 11: Fadiga muscular: mecanismos durante o exercício	14/12 (terça) 07:45-9:10h Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle Avaliação 2) Elaborar esquema – regulação hormonal e metabolismo substratos energéticos no exercício. Prazo limite: 18/12/21 (23:00).
Semana 9	De 31/01 a 06/02	AULA síncrona 12: Estrutura do sistema cardiovascular Videoaula assíncrona 13: Estrutura do sistema cardiovascular	01/02 (terça) 07:45-9:10h Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle Horário Livre
UNIDADE IV – EFEITOS AGUDOS E CRÔNICOS DO EXERCÍCIO SOBRE O SISTEMA CARDIOVASCULAR			
Semana 10	De 07/02 a 11/02	Videoaula assíncrona 14: Estrutura do sistema cardiovascular	Horário Livre Avaliação 3) Resumo: fadiga (muscular), suas classificações e mecanismos . Prazo limite: 06/02/21 (23:00).
Semana 11	De 14/02 a 18/02	AULA síncrona 15: Distribuição do fluxo sanguíneo durante o exercício	18/02 (terça) 07:45-9:10h Acessar plataforma BigBlueButton via Moodle
Semana 12	De 21/02 a 25/02	Videoaula assíncrona 16: Controle da pressão arterial AULA síncrona 17: Discussão Unidade IV e Dúvidas	Horário Livre 25/02 (terça) 07:45-9:10h Acessar a plataforma BigBlueButton via Moodle
UNIDADE V – ÍNDICES FISIOLÓGICOS AERÓBIOS: AVALIAÇÃO E PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIO			
Semana 13	De 28/02	Videoaula assíncrona 18: Índices aeróbios máximos	Horário Livre

a 04/03	Avaliação 4) Questionário– Funções e adaptações cardiovasculares ao exercício. Data: 04/03/21
Semana 14 De 07/03 a 11/03 AULA síncrona 19: Índices aeróbios submáximos Videoaula assíncrona 20: Índices aeróbios submáximos	08/03 (terça) 7:45-9:10h Horário Livre
UNIDADE VI – EXERCÍCIO E INFLUÊNCIA AMBIENTAL	
Semana 15 De 14/03 a 18/03 AULA síncrona 21: Mecanismos da termorregulação no exercício	15/03 (terça) 7:45-9:10h Horário Livre Avaliação 5) Questionário Determinação dos índices e domínios da intensidade do exercício. Prazo limite: 18/03/21.
Semana 16 De 21/03 a 26/03 Finalização da disciplina.	Horário Livre Atividade: Questionário: perguntas e auto-avaliação. Prazo limite: 25/03/21.
ENCERRAMENTO DO SEMESTRE	



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC - Brasil
Fone: (48) 3721-9462 - Fax: (48) 3721-9368



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO EMERGENCIAL 2021/2

Resolução Normativa 140/2020/CUn

Código: DEF 5898

Disciplina: Biomecânica

Professor: Fernando Diefenthaler / Morgana Lunardi (estágio docente)

Carga Horária: 03h/a semanais - 54h/a semestrais (36h/a teórico/práticas e 18h/a PPCC)

Pré-requisitos: MOR 5219

1. EMENTA

Aspectos históricos, conceitos, definições e áreas de atuação. Terminologia básica dos movimentos. Considerações musculoesqueléticas e neuromecânicas sobre o movimento. Princípios básicos de mecânica. Torque e sistemas de alavancas. Tipos de força. Equilíbrio e centro de gravidade. Momento de inércia e os segmentos corporais. Introdução à análise biomecânica das atividades físicas e esportivas.

2. OBJETIVO GERAL

Utilizando-se de métodos existentes para a análise do movimento, possibilitar por meio das interpretações quantitativas e qualitativas, o entendimento da mecânica do movimento humano de forma analítica e global.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Conhecer e aplicar a terminologia adotada para o estudo biomecânico do movimento humano;
- 3.2. Compreender os princípios da mecânica musculoesquelética em respostas ao movimento humano de forma geral;
- 3.3. Compreender e aplicar os princípios mecânicos (qualitativos e quantitativos) que regem o movimento humano;
- 3.4. Resolver problemas quantitativos relacionados a conceitos e modelos da mecânica clássica.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I – Introdução e histórico da Biomecânica; Áreas de atuação da Biomecânica; Conceitos básicos da física; Propriedades mecânicas dos ossos, articulações, tendões e músculos; Contração e arquitetura muscular; Eletromiografia e ultrassonografia; Trigonometria aplicada ao movimento humano (torques, alavancas e roldanas).

4.2. UNIDADE II – Torques, alavancas e roldanas, Cinemática linear e angular; Determinação do centro de massa; Cinética linear e angular.

5. METODOLOGIA DE ENSINO

A disciplina será organizada com atividades síncronas e assíncronas. A transmissão dos conteúdos da disciplina teórico/prática será por meio de explanação oral via ambiente virtual de ensino (i.e., Moodle, Conferenciaweb), observações de videoaulas de biomecânica, leitura de textos e artigos. As Práticas Pedagógicas como Componente Curricular (PPCC) serão realizadas em forma de apresentações baseadas em situações problemas da prática dos nados peito e borboleta (vídeos da internet). Também será estimulado o uso de ferramentas do Moodle para discussões assíncronas, como o Fórum para esclarecer dúvidas e o *chat* como ferramenta de comunicação síncrona cujo objetivo é interagir e esclarecer dúvidas em tempo real. Além disso, serão realizadas tarefas (não avaliativas) e trabalhos e provas (avaliativas) no Moodle. A frequência será considerada pela participação nas atividades síncronas e entrega de tarefas das atividades assíncronas.

6. RECURSO DE ENSINO

Plataformas de ambiente virtual de ensino Moodle e Conferenciaweb; software de análise do movimento; textos; artigos; fotos; vídeos; URL de vídeos externos.

**Obs.: Caso ocorram problemas de conexão, transferências de dados, etc. na Conferenciaweb, será utilizado o Google Meet ou outra plataforma disponível.*

7. AVALIAÇÃO

Duas avaliações escritas e os PPCCs. A nota final será determinada por meio da média aritmética das avaliações, conforme a equação:

$$(PROVA 1 + PROVA 2 + [\text{Trabalho} + \sum \text{enquetes}]) / 3 = \text{MÉDIA FINAL}$$

Art. 70 - A verificação do alcance dos objetivos em cada disciplina será realizada progressivamente, durante o período letivo, através de instrumentos de avaliação previstos no plano de ensino.

§ 2º - O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação no final do semestre, exceto nas disciplinas que envolvam Estágio Curricular, Prática de Ensino e Trabalho de Conclusão do Curso ou equivalente, ou disciplinas de caráter prático que envolvam atividades de laboratório ou clínica definidas pelo Departamento e homologados pelo Colegiado de Curso, para as quais a possibilidade de nova avaliação ficará a critério do respectivo Colegiado do Curso.

Art. 71 - Todas as avaliações serão expressas através de notas graduadas de 0 (zero) a 10 (dez), não podendo ser fracionadas aquém ou além de 0,5 (zero vírgula cinco).

§ 1º - As frações intermediárias, decorrentes de nota, média final ou validação de disciplinas, serão arredondadas para a graduação mais próxima, sendo as frações de 0,25 e 0,75 arredondada para a graduação imediatamente superior.

§ 2º - A nota final resultará das avaliações das atividades previstas no plano de ensino da disciplina.

§ 3º - O aluno enquadrado no caso previsto pelo § 2º do art. 70 terá sua nota final calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na avaliação estabelecida no citado parágrafo.

Art. 72- A nota mínima de aprovação em cada disciplina é 6,0 (seis vírgula zero).

Art. 74 - O aluno, que por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Chefia do Departamento de Ensino ao qual a disciplina pertence, dentro do prazo de 3 (três) dias úteis, recebendo provisoriamente a menção I.

RECUPERAÇÃO: Quando necessário será realizada uma prova com todo conteúdo programático, dentro do período de recuperação estipulado pelo calendário da UFSC.

8. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

DATA	CONTEÚDO	Nº H/A
UNIDADE I – Biomecânica Interna		24
27/10	Plano de ensino + revisão dos conceitos básicos da física (expositiva)* – aula síncrona	Aula 01
03/11	Contração Muscular (vídeo-aula) – aula assíncrona	Aula 02
10/11	Propriedades Mecânicas (Relação TxA e TxV) (vídeo-aula) – aula assíncrona	Aula 03
17/11	Propriedades Mecânicas (Relação TxA e TxV) (expositiva)* – aula síncrona	Aula 04
24/11	Métodos de medição (EMG, US e dinamometria) (PPCC) (vídeo-aula) – aula assíncrona	Aula 05
01/12	Métodos de medição (EMG, US e dinamometria) (PPCC) (expositiva)* – aula síncrona	Aula 06
08/12	Revisão dos conteúdos – aula assíncrona	Aula 07
15/12	Prova 1 – aula síncrona	Aula 08
UNIDADE II – Biomecânica Externa		30
02/02	Torque, alavancas e roldanas (vídeo-aula) – aula assíncrona	Aula 09
04/02	Elaboração do trabalho sobre torque – aula assíncrona	Aula 10
09/02	Torque, alavancas e roldanas (expositiva)* – aula síncrona	Aula 11
11/02	Elaboração do trabalho sobre torque – aula assíncrona	Aula 12
16/02	Cinética Linear e Angular (vídeo-aula) – aula assíncrona	Aula 13
23/02	Cinemática Linear e Angular e Centro de Massa (vídeo-aula) – aula assíncrona	Aula 14
09/03	Cinética e cinemática linear e angular e centro de massa (expositiva)* – aula síncrona	Aula 15
11/03	Revisão dos conteúdos para a prova – aula assíncrona	Aula 16
16/03	Prova 2 – aula síncrona	Aula 17
23/03	Prova de recuperação – aula síncrona	Aula 18

**será realizada uma enquete via Moodle durante a respectiva aula expositiva*

9. BIBLIOGRAFIA

9.1. BÁSICA

Hamill, J; Knutzen, KM. Bases biomecânicas do movimento humano. 4. ed. São Paulo (SP): Manole, 2016.

Wirhed, R. Capacidade Atlético e Anatomia do Movimento. 2º edição. São Paulo: Editora Manole Ltda, 2002.

Hall, SJ. Biomecânica básica. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

Hay, JG; Reid, GJ. As bases anatômicas e mecânicas do movimento humano. Rio de Janeiro: Editora Prentice-Hall do Brasil Ltda, 1985.

Carpes, FP, Bini, RR, Diefenthaler F, Vaz, M. Anatomia funcional. São Paulo: Phorte, 2011.

9.2. COMPLEMENTAR

Carr, G. Biomecânica dos Esportes: um guia prático. São Paulo: Editora Manole Ltda. 1998.

Chaffin, D.B; Andersson, GB; Martin, BJ. Occupational Biomechanics. 3 ed. New York e Toronto: John Wiley & Sons, 1999.

Dul, J; Weerdmeester, B. Ergonomia Prática. Editora Edgard Blücher Ltda.1995.

Durward, BR.; Baer, GD; Rowe, P. Movimento funcional humano – Mensuração e análise. Editora Manole Ltda. 2001.

Enoka, RM. Bases Neuromecânicas da Cinesiologia. São Paulo: Editora Manole Ltda, 2000.

Kapandji, AI. Fisiologia Articular. 5 ed. São Paulo: Editorial Médica Panamericana S. A. 2000.

Morrow, JR; Jackson, A. W.; Disch, J. G.; Mood, D.P. Medida e avaliação do desempenho humano. 2ed. Porto Alegre: Artmed Editora S.A. 2003.

Nigg, Benno M; Herzog, W. Biomechanics of the musculo-skeletal system. 3rd. ed. Chichester: J. Wiley. 2006.

Nordin, M; Frankel, Victor H. Biomecânica Básica do sistema musculoesquelético. 3 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S. A. 2003.

Okuno E; Fratin, L. Desvendando a física do corpo humano. Biomecânica. São Paulo: Manole, 2003.

Whiting, WC.; Zernicke, RF. Biomecânica da lesão musculoesquelética. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan S.A. 2001.

Rasch, PJ. Cinesiologia e Anatomia Aplicada. 7 ed. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan S.A. 1991.ok

Floyd, RT; Thompson, Clem W. Manual de cinesiologia estrutural. 14 ed. São Paulo: Editora Manole Ltda, 2002.

Wirhed, R. Capacidade atlética e anatomia do movimento. 2 ed. São Paulo: Editora Manole Ltda, 2002.

McGinnis, PM. Biomecânica do esporte e exercício. Porto Alegre: Artmed Editora S.A. 2002.

Davis, B; Bull, R; Roscoe, J; Roscoe, D. Physical Education and the study of sport. 3 ed. London, Philadelphia, St Louis, Sydney and Tokyo: Mosby, 1997.

9.3. EMERGENCIAL

Hall, SJ. Biomecânica básica. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016. (**disponível no Moodle**).

Hamill, J; Knutzen, KM. Bases biomecânicas do movimento humano. 4. ed. São Paulo (SP): Manole, 2016. (**disponível no Moodle**)

10. ATENDIMENTO AOS ALUNOS:

Qualquer aluno, em caso de dúvidas, poderá solicitar um encontro de forma síncrona com a docente para ser realizado, preferencialmente, no dia e no horário da aula. A solicitação deve ser feita via e-mail ou por envio de mensagem pelo Moodle até o dia anterior ao da aula, em que o encontro virtual de forma síncrona ocorrerá. Todos os alunos serão avisados desse agendamento caso desejarem participar também.

E-mail para contato: fernando.diefenthaler@ufsc.br

11. COMPLEMENTAÇÃO:

Caso as atividades presenciais retornarem no semestre 2020/1, serão feitos na piscina processos pedagógicos para ensino dos nados. Os processos serão construídos com base no material teórico/prática desenvolvido na disciplina.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade 88040-900
Florianópolis-SC-Brasil
Fone: (48) 3721-9462 E-mail: def@contato.ufsc.br

Curso: Bacharelado e Licenciatura em Educação Física

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo CORONAVÍRUS – Covid-19, em atenção à portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Código: DEF 5910

Disciplina: Cinesiologia

Carga Horária: 04 créditos (h/a) - 72 h/a (54 teórico-práticos e 18 PPCC).

Pré-requisito: Anatomia Aplicada à Educação Física - MOR 5219

Professores: Daniele Detanico danieledetanico@gmail.com // Fernando Diefenthaler fernando.diefenthaler@ufsc.br,

Horário de atendimento: segundas-feiras 14:00-15:00 e quartas-feiras 14:00-15:00.

1 EMENTA

Importância do estudo da Cinesiologia e sua aplicação na Educação Física, esportes e nas atividades da vida diária. Análise de exercícios de membros superiores, inferiores e do tronco. Implicações cinesiológicas em exercícios que envolvem a coluna vertebral e seus reflexos na postura.

2 OBJETIVO GERAL

O aluno deverá ser capaz de analisar o movimento humano em situações estáticas e dinâmicas.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1 Descrever os movimentos articulares nos seus planos e eixos específicos;
- 3.2 Identificar os grupos musculares e seus respectivos músculos atuantes no movimento humano;
- 3.3 Identificar os tipos de contração muscular nos movimentos;
- 3.4 Identificar grupos musculares atuantes em exercícios de alongamento.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I - Introdução ao estudo da Cinesiologia: aspectos históricos; conceituação; situação entre as demais ciências; aplicações à Educação Física e áreas afins. Cinesiologia das articulações: Anatomia articular; terminologia dos movimentos articulares.

4.2 UNIDADE II – Funções que um músculo pode desempenhar; tipos de contração muscular; músculos mono, bi e poliarticulares. Análise de movimentos: métodos de análise; técnicas empregadas no processo de análise.

4.3 UNIDADE III - Cinesiologia da cintura escapular

4.4 UNIDADE IV - Cinesiologia das articulações do cotovelo, rádio-ulnar e punho.

4.5 UNIDADE V - Cinesiologia da cintura pélvica e da articulação coxo-femoral.

4.6 UNIDADE VI - Cinesiologia das articulações do joelho e tornozelo.

4.7 UNIDADE VII - Cinesiologia da coluna vertebral e tronco.

4.8 UNIDADE VIII – Cinesiologia das posturas dinâmicas e estáticas nas atividades diárias e nos esportes.

5 METODOLOGIA

Todas as atividades da disciplina serão realizadas ou disponibilizadas pelo ambiente virtual de ensino e aprendizagem Moodle. As aulas síncronas serão realizadas por meio de webconferências (e.g. Google Meet ou BigBlueButton) e aulas assíncronas serão disponibilizadas em formato digital via Moodle (e.g. arquivos de apresentações com áudio e/ou vídeo, entrega de trabalhos produzidos pelos alunos em formato digital). Aproximadamente 25% da carga horária será síncrona e 75% assíncrona.

6 AVALIAÇÃO

6.1 Avaliação 1 (A1): 0-10

6.2 Tarefas (T) 1, 2, 3 e 4: 0-10

6.3 Avaliação 2 (A2): 0-10

Média = (A1*0,4) + (média dos T*0,3) + (A2*0,3)

Exame final: trabalho teórico (0-10) para aqueles que não obtiverem nota mínima de 6,0.

A1: Construção de um vídeo contendo a análise cinesiológica de uma articulação a ser sorteada (anatomia, ações musculares, exemplos de exercícios)

A2: Avaliação escrita sobre análise de movimento (estudos de caso)

T: Tarefas de análise cinesiológica dos movimentos

7 FREQUÊNCIA

Nas aulas síncronas e assíncronas o registro da frequência será realizado pelo professor e condicionado a presença nas aulas síncronas e envio das tarefas nas aulas assíncronas (quando aplicável).

8 BIBLIOGRAFIA

8.1 BIBLIOGRAFIA BÁSICA (disponibilizada no Moodle)

DELAVIER, F. **Guia dos movimentos de musculação**: Abordagem anatômica. Manole, 2012.

HAMILL, J.; KNUTZEN, K. **Bases biomecânicas do movimento humano**. 3ª edição. São Paulo: Manole, 2012.

KAPANDJI, I. A. **Anatomia funcional**. 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

MOSER, A.D.L.; MALUCELLI, M.F.; BUENO, S.N. Cadeia cinética aberta e fechada: uma reflexão crítica. **Fisioterapia e Movimento**, v. 23, n. 4, p. 641-650, 2010.

8.2 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

ENOKA, R. M. **Bases Neuromecânicas da Cinesiologia**. São Paulo: Manole, 2000.

HALL, S. **Biomecânica Básica**. 8ª edição. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2020.

NORDIN, M.; FRANKER, V. H. **Biomecânica Básica do sistema musculoesquelético**. 3 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

WIRHED, R. **Capacidade Atlético e Anatomia do Movimento**. 2º edição. São Paulo: Editora Manole, 2002.

9 CRONOGRAMA

Datas	Carga horária	Modalidade	Conteúdo	Atividades
26/10	2	Síncrona	Apresentação do plano de ensino	Discussão do plano de ensino
29/10	2	Síncrona	Anatomia articular, terminologia dos movimentos, tipos de contração	Aula expositiva
	2	Assíncrona	Reflexos musculares – proprioceptores	Vídeo-aula, enquete
	2	Assíncrona	Aspectos anatômicos e neuromusculares do músculo esquelético	Aula expositiva
	4	Assíncrona	Arquitetura muscular	Vídeo-aula, enquete
19/11	2	Síncrona	Análise cinesiológica dos movimentos; métodos, quadro de análise	Aula expositiva
	4	Assíncrona	Cinesiologia da cintura escapular	Vídeo-aula
30/11	2	Síncrona	Cinesiologia da articulação gleno-umeral (ombro)	Aula expositiva
	3	Assíncrona	Tarefa 1: exercícios	
07/12	2	Síncrona	Cinesiologia das articulações do cotovelo, rádio-ulnar e punho	Aula expositiva
	3	Assíncrona	Tarefa 2: exercícios	
14/12	2	Síncrona	Análise exercícios T1 e T2	Aula expositiva
01/02	2	Síncrona	Cinesiologia do quadril	Aula expositiva
	10	Assíncrona	Avaliação 1: Construção do vídeo	
	3	Assíncrona	Cinesiologia da cintura pélvica, coluna vertebral e tronco	Vídeo-aula
	3	Assíncrona	Tarefa 3: exercícios	
25/02	2	Síncrona	Cinesiologia do joelho	Aula expositiva
	3	Assíncrona	Tarefa 4: exercícios	
	2	Assíncrona	Cinesiologia do tornozelo	Vídeo-aula
04/03	2	Síncrona	Análise exercícios T3 e T4	Aula expositiva

			Análise cinesiológica da marcha e corrida	
	3	Assíncrona	Biomecânica das lesões musculoesqueléticas	Vídeo-aula
	6	Assíncrona	Avaliação 2: análise de movimento	
	6	Assíncrona	Recuperação	Trabalho escrito

9.1 CRONOGRAMA DAS AVALIAÇÕES

Avaliação	Data de entrega via Moodle
Tarefa 1	03/12
Tarefa 2	10/12
Avaliação 1	18/02
Tarefa 3	22/02
Tarefa 4	02/03
Avaliação 2	18/03
Recuperação	22/03

Plano de Ensino

1) Identificação

Disciplina:	INE5119 - Introdução à Bioestatística (PCC 18 horas)		
Turma(s):	06444		
Carga horária:	72 horas-aula	Teóricas: 72	Práticas: 0
Período:	2º semestre de 2021		

2) Cursos

- Educação Física (444)

3) Requisitos

- Não há

4) Professores

- Andréa Cristina Konrath (andrea.ck@ufsc.br)

5) Ementa

Descrição e exploração de dados. Modelos binomial e normal. Levantamentos por amostragem e estimação de parâmetros. Testes de hipóteses. Comparação de duas médias. Testes não-paramétricos. Estudo de correlações.

6) Objetivos

Geral: Organizar e descrever conjuntos de dados e dominar os fundamentos básicos de probabilidade e de inferência estatística

Específicos:

- Construir distribuição de frequências, apresentá-las em tabelas e gráficos e calcular e interpretar medidas descritivas.
- Conhecer os conceitos básicos da teoria da probabilidade e aplicar as distribuições binomial e normal.
- Conhecer os vários tipos de amostragem e escolher amostras representativas da população.
- Fazer estimativas por intervalo dos parâmetros populacionais com base em amostras. Determinar tamanho de amostras.
- Estabelecer testes de hipóteses para parâmetros.
- Estabelecer testes não-paramétricos.
- Fazer estudos de correlações.

7) Conteúdo Programático

- 7.1) Descrição e exploração de dados [18 horas-aula]
 - Dados e tipos de variáveis
 - Distribuição de frequências
 - Tabelas de entrada simples e dupla
 - Representações gráficas
 - Medidas de posição e de dispersão
 - Diagramas em caixas
 - Amostragem
- 7.2) Modelos de probabilidade [8 horas-aula]
 - Conceitos básicos
 - Distribuições de probabilidade
- 7.3) Estimação de parâmetros [12 horas-aula]
 - Estatísticas e parâmetros
 - Distribuição amostral
 - Intervalos de confiança para a média e para a proporção
 - Tamanho de amostras

- 7.4) Testes de Hipóteses [18 horas-aula]
- Formulação de hipóteses
 - Conceitos básicos
 - O teste t para comparação de duas médias: amostras independentes e dados pareados
- 7.5) Testes não-paramétricos [8 horas-aula]
- Conceitos básicos
 - Teste de Mann-Whitney
 - Teste dos postos assinalados de Wilcoxon
 - Teste de Kruskal-Wallis
- 7.6) Associação e correlação entre variáveis [8 horas-aula]
- O conceito de correlação entre duas variáveis
 - Diagramas de dispersão, coeficientes de correlação de Pearson e de Spearman

8) Metodologia

- Como metodologia da disciplina serão adotadas atividades pedagógicas não presenciais disponibilizadas aos estudantes no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle, incluindo atividades síncronas e assíncronas.
- Aulas síncronas sempre que possível, serão realizadas por meio do recurso BigBlueButton que está integrado ao ambiente virtual Moodle ou do recurso Meet (GSuite Google) disponibilizando o link no Moodle, nos mesmos dias e horários previstos para as aulas presenciais da turma 06444, quartas-feiras, das 8h20min às 10h, sextas-feiras das 8h20min às 10h. Entende-se que não necessariamente toda a duração da aula será ocupada, mas presume-se que o início será realizado nos horários previstos.
- As aulas síncronas poderão ser gravadas, mediante disponibilidade de recursos de armazenamento, e disponibilizadas para os alunos por meio de links no ambiente virtual Moodle.
- Toda parte teórica da disciplina será ministrada na modalidade assíncronas disponibilizando os slides e os vídeos com a explicação da teoria disponibilizada nos slides.
- As aulas síncronas serão realizadas para sanar dúvidas na resolução de exercícios práticos referente a teoria disponibilizada nos slides e vídeos postados Moodle.
- Nas aulas síncronas, se houver problemas com o acesso à internet por parte da professora, ou problemas com a infraestrutura da UFSC, que inviabilizem o início ou continuação de alguma aula, será gravada a aula e disponibilizada para os alunos na modalidade assíncrona, ou poderão ser realizados chats para discussão em horários acordados com os alunos.
- Todo o material de apoio será disponibilizado no ambiente virtual Moodle: incluindo os textos com os conteúdos, slides das aulas, vídeos, listas de exercícios (e seus gabaritos), links e arquivos de dados.
- Para melhor aproveitamento das aulas síncronas é obrigatório o aluno assistir previamente as vídeo aulas ou leitura do material disponibilizado pela professora.
- Os alunos devem estar cientes de que esta disciplina exige tempo de dedicação (leitura e resolução de exercícios) extraclasse.
- Será utilizada a ferramenta Fórum de notícias para divulgar informações sobre a disciplina para todos os alunos.
- Por meio da ferramenta Fórum de discussão os alunos e a professora poderão discutir tópicos da disciplina.
- Recomenda-se que os alunos apresentem dúvidas gerais sobre a disciplina e conteúdos específicos através do Fórum de discussão, porque podem ser temas de interesse de outros alunos, permitindo a resolução de problemas que afetam a todos.
- Poderão ser realizados chats para discussão de tópicos da disciplina em horários acordados com os alunos, bem como, atendimentos fora do horário da aula via Google Meet mediante agendamento.

Controle de frequência

- A frequência dos alunos será aferida por meio da participação nas aulas síncronas (lista de frequência via Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem Moodle) e para as aulas assíncronas será por meio das atividades postadas no Moodle. Ressalta-se que não será aceitas atividades fora do prazo estabelecido.

Conduta no ambiente virtual

- a) Espera-se dos(as) discentes condutas adequadas ao contexto acadêmico. Atos que sejam contra: a integridade física e moral da pessoa; o patrimônio ético, científico, cultural, material e, inclusive o de informática; e o exercício das funções pedagógicas, científicas e administrativas, poderão acarretar abertura de processo disciplinar discente, nos termos da Resolução nº 017/CUn/97, que prevê como penalidades possíveis a advertência, a repreensão, a suspensão e a eliminação (desligamento da UFSC).
- b) Devem ser observados os direitos de imagem tanto de docentes, quanto de discentes, sendo vedado disponibilizar, por quaisquer meios digitais ou físicos, os dados, a imagem e a voz de colegas e do(a)

professor(a), sem autorização específica para a finalidade pretendida e/ou para qualquer finalidade estranha à atividade de ensino, sob pena de responder administrativa e judicialmente.

c) Todos os materiais disponibilizados no ambiente virtual de ensino aprendizagem são exclusivamente para fins didáticos, sendo vedada a sua utilização para qualquer outra finalidade, sob pena de responder administrativa e judicialmente.

d) Somente poderão ser gravadas pelos discentes as atividades síncronas propostas mediante concordância prévia dos docentes e colegas, sob pena de responder administrativa e judicialmente.

e) A gravação das aulas síncronas pelo(a) docente deve ser informada aos discentes, devendo ser respeitada a sua liberdade quanto à exposição da imagem e da voz.

f) A liberdade de escolha de exposição da imagem e da voz não isenta o(a) discente de realizar as atividades avaliativas originalmente propostas ou alternativas, devidamente especificadas no plano de ensino.

g) Os materiais disponibilizados no ambiente virtual possuem licenças de uso e distribuição específicas, a depender de cada situação, sendo vedada a distribuição do material cuja licença não o permita, ou sem a autorização prévia dos(as) professores(as) para o material de sua autoria.

9) Avaliação

- Duas provas escritas individuais (P1; P2), realizadas de forma assíncrona através dos recursos disponíveis no ambiente virtual Moodle. Ressalta-se que a prova terá início as 8h até 23h do mesmo dia. O aluno terá no máximo 3 horas para fazer a prova, desde o momento em que iniciou a prova. Sendo que será uma questão por página e a navegação sequencial, ou seja, a resolução deve ser feita na ordem em que as questões aparecem.

- Atividades que serão disponibilizados no Moodle terão que ser resolvidos e postados pelo aluno no Moodle em data pré-estabelecida. Estão previstas entre 3 a 5 atividades (Ativ1; Ativ2; ... ; AtivN). Além de compor a nota, também corresponde a presença em relação as aulas assíncronas. Ressalta-se que não serão aceitas atividades fora do prazo estabelecido.

- Um trabalho (TRAB) que será realizado em grupo. O trabalho final será entregue na 14ª semana.

A Média Final (MF) será obtida por:

$$MF = 0,4*(P1 + P2)/2 + 0,4*(TRAB) + 0,2*(Ativ1 + Ativ2 + ... + AtivN)/N$$

- Será considerado aprovado o aluno que com frequência suficiente (75%) obtenha MF maior ou igual a 6,0 (SEIS).

- O aluno que, por motivo justificado previsto na legislação, além de problemas de acesso a internet, não realizar uma das avaliações (P1, ou P2), tem até 72 horas após a data de realização da avaliação para requerer junto à secretaria do INE (ine@contato.ufsc.br) a realização de uma prova de "Reposição". A prova de "Reposição" poderá ser realizada de forma assíncrona (via Moodle, com tempo máximo de duração) ou de maneira síncrona, em formato de gravação oral, em data e horário acordado com a professora.

Conforme parágrafo 2º do artigo 70 da Resolução 17/CUn/97, o aluno com frequência suficiente (FS) e média final no período (MF) entre 3,0 e 5,5 terá direito a uma nova avaliação ao final do semestre (REC), sendo a nota final (NF) calculada conforme parágrafo 3º do artigo 71 desta resolução, ou seja: $NF = (MF + REC) / 2$.

10) Cronograma

- Uma previsão das atividades da disciplina que serão desenvolvidas ao longo do semestre está descrita a seguir, sendo que 28h/a corresponde a aulas síncronas e 44h/a de forma assíncrona. Ressalta-se que pequenos ajustes podem ser realizados a fim de melhor aproveitamento das atividades desenvolvidas.

Dia 27/10 – 2h/a – Aula síncrona – Apresentação do Plano de Ensino-Conceitos iniciais Áreas de estudo da estatística; População e Amostra; Tipos de Variáveis - Lista de Exercícios

Dia 29/10 – 2h/a – Aula assíncrona – Tabelas e Gráficos (vídeo e slides) Distribuição de Frequência (Vídeo e slides) –Lista de Exercícios- Atividade 1

Dia 03/11 – 2h/a – Aula assíncrona – Medidas de tendência central (Vídeo e slides) – Lista de Exercícios

Dia 05/11 – 2h/a – Aula síncrona - Dúvidas Gerais

Dia 10/11 – 2h/a – Aula assíncrona – Medidas dispersão (Vídeo e slides) - Medidas Separatrizes (vídeo e slides) – Assimetria(vídeo) Lista de Exercícios

Dia 12/11 – 2h/a – Aula síncrona - Dúvidas Gerais

Dia 17/11 – 2h/a – Aula assíncrona– Amostragem probabilística e não probabilística (Vídeo e slides) - Lista de

Exercícios

- Dia 19/11 –2h/a – Aula assíncrona - Software R Commander Instalação/Importação de dados – (vídeo)
Dia 24/11 –2h/a – Aula síncrona – Análise Exploratória de dados Usando Software R – Alunos Postar Atividade 1
Dia 26/11 – 3h/a – Aula assíncrona –Noções de probabilidade (Vídeo e slides) Distribuição binomial (Vídeo e slides) – Lista de Exercícios – Atividade 2
Dia 01/12 –2h/a – Aula síncrona - Dúvidas Gerais
Dia 03/12 – 2h/a – Aula síncrona – Distribuição normal– Lista de Exercícios
Dia 08/12–2h/a – Aula síncrona da Revisão Prova 1– Alunos Postar Atividade 2
Dia 10/12 – 2h/a – Prova 1 – assíncrona
Dia 15/12 – 2h/a – Aula síncrona – Conceitos sobre parâmetro populacional e estimadores – Distribuição amostral da média e da proporção
Dia 17/12 –4h/a – Aula assíncrona -Intervalos de confiança da média – Intervalos de confiança da proporção (Vídeo e slides) – Tamanho de amostras (Vídeo e slides) – Lista de Exercícios
Dia 02/02 – 2h/a – Aula síncrona – Revisão sobre: conceitos de Estimação, intervalo de confiança e tamanho de amostra- Lista de Exercícios
Dia 04/02 – 2h/a – Aula síncrona – Testes de Hipóteses - Formulação de hipóteses – Definições
Dia 09/02 –3h/a – Aula assíncrona – Teste t para comparação de duas médias: amostras independentes e dados pareados-(Vídeo e slides)
Dia 11/02 – 2h/a – Aula síncrona - Aplicações dos testes de hipóteses - Atividade 3
Dia 16/02– 2h/a – Aula assíncrona - Lista de Exercícios
Dia 18/02 – 4h/a – Aula assíncrona – Correlação e regressão entre variáveis – (Vídeo e slides) – Lista de Exercícios
Dia 23/02 – 2h/a – Aula síncrona - Dúvidas Gerais
Dia 25/02 – 2h/a – Aula assíncrona –Conceitos básicos– Teste Qui–quadrado (Vídeo e slides)
Dia 02/03–3h/a – Aula assíncrona - Principais Testes não–paramétricos (Vídeo e slides) - Lista de Exercícios
Dia 04/03 –2h/a – Aula síncrona - Dúvidas Gerais
Dia 09/03 – 5h/a – Aula assíncrona - Finalização do trabalho
Dia 11/03 – 2h/a – Aula síncrona da Revisão Prova 2 – Alunos Postar trabalho
Dia 16/03 –3h/a – Prova 2 – assíncrona – Alunos Postar Atividade 3
Dia 18/03 – Provas atrasadas por motivo justificado conforme Resolução – assíncrona
Dia 23/03 – 3h/a – Prova de Recuperação – Todo Conteúdo – assíncrona

11) Bibliografia Básica

- ROSNER, Bernard . Fundamentos de Bioestatística. São Paulo: Cengage Learning, 2017. Disponível na Biblioteca Digital da UFSC.
- VIEIRA, Sonia . Estatística Básica. 2ª edição. São Paulo: Cengage Learning, 2018. Disponível na Biblioteca Digital da UFSC.

12) Bibliografia Complementar

- BARBETTA, P. A. Estatística Aplicada às Ciências Sociais. 7ª ed. – Florianópolis: Ed. da UFSC, 2010.
- CALLEGARI-JACQUES, Sidia M. Bioestatística: princípios e aplicações. Porto Alegre : Artmed, 2003. Disponível em : < <https://ufsc.bv3.digitalpages.com.br/reader>>. Acesso em: 13 junho 2012
- DANCEY, Christine P. Estatística sem matemática para psicologia – Usando SPSS para Windows. 3. ed. Tradução Lorí Viali. Porto Alegre : artmed, 2006. Disponível em : <<https://ufsc.bv3.digitalpages.com.br/reader>>. Acesso em: 13 junho 2012.
- LARSON, R.; FARBER, B. Estatística aplicada. Tradução Luciane Ferreira Pauleti Vianna. 4. Ed. São Paulo : Pearson Prentice Hall, 2010. Disponível em : <<https://ufsc.bv3.digitalpages.com.br/reader>>. Acesso em: 13 junho 2012..
- LEVIN, Jack.; FOX, James. Alan. Estatística para Ciências Humanas. 9ª. ed. São Paulo: Prentice Hall, 2004. 497p. Disponível em : <<https://ufsc.bv3.digitalpages.com.br/reader>>. Acesso em: 13 junho 2012.
- JAMES, Barry R. Probabilidade: um curso em nível intermediário*. Rio de Janeiro: IMPA, 2010. 299p.
- MAGNUSSON, Willian E.; MOURÃO, Guilherme. Estatística sem matemática: a ligação entre as questões e as análises. Londrina , PR: PLANTA, 2005. 138p.
- MORETTIN, Luiz Gonzaga. Estatística básica : probabilidade e inferência. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2010. Disponível em : <<https://ufsc.bv3.digitalpages.com.br/reader>>. Acesso em: 13 junho 2012.
- NOVAIS, Diva Valério; COUTINHO, Cileda de Queiroz e Silva. Estatística para educação profissional. São Paulo: Atlas, 2009. 186p.
- SIEGEL, Sidney; CASTELLAN JR., N. John. Estatística Não-Paramétrica para Ciências do Comportamento. 2ª ed. Editora: Artmed, 2006. Disponível em : <<https://ufsc.bv3.digitalpages.com.br/reader>>. Acesso em: 13 junho 2012.
- TRIOLA, Mario F. Introdução à Estatística. 9. ed. Rio de Janeiro (RJ): LTC, 2005. 656p.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS MORFOLÓGICAS
PLANO DE ENSINO SEMESTRE 2021/2**

Plano de Ensino adaptado em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus-COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn de 24 de julho de 2020.

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA SEMANAIS		TOTAL DE HORAS-AULA SEMESTRAIS
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
MOR 5219	ANATOMIA APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA	02	02	72

I.1 HORÁRIO

TURMAS TEÓRICAS	TURMAS PRÁTICAS
Segunda – Feira: 18:30 ÀS 20:10 1444 A	Segunda-Feira: 20:20 ÀS 22:00 1444 A

II. PROFESSOR (ES) MINISTRANTE (S):

CÓDIGO	NOME do PROFESSOR	Nº DE HORAS-AULA SEMANAIS		TOTAL DE HORAS-AULA SEMESTRAIS
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
MOR 5219	Juçara Loli de Oliveira	36	36	72
MOR 5219	Heiliane De Brito Fontana	-	36	36

III. PRÉ-REQUISITO (S)

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
	Não há

IV. CURSO (S) PARA O QUAL(IS) A DISCIPLINA É OFERECIDA

1. EDUCAÇÃO FÍSICA

V. EMENTA

Introdução ao Estudo da Anatomia, Osteologia, Artrologia, Miologia, Sistema Respiratório, Sistema Digestório, Sistema Urinário, Sistemas Genital Masculino e Feminino, Sistema Circulatório, Sistema Nervoso Central e Periférico.

VI. OBJETIVOS

Objetivos Gerais:

A disciplina de Anatomia Humana visa possibilitar ao aluno descrever e reconhecer os órgãos e estruturas anatômicas dos Sistemas Orgânicos, permitindo correlacionar o conhecimento adquirido com as aplicações profissionais.

Objetivos Específicos:

Desenvolver através do conhecimento teórico obtido, a capacidade de reconhecer as diversas estruturas dos Sistemas Orgânicos em peças humanas e estabelecer seus aspectos funcionais.

VII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Conteúdo Teórico:

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Anatomia Sistêmica:

- Introdução ao Estudo da Anatomia (Conceitos padrão morfológico, Planos de secção, delimitação e eixos, Posição Anatômica).
- Introdução ao Estudo da Osteologia (Conceito e constituição dos ossos, classificação, localização e funções).
- Introdução ao Estudo da Artrologia (Conceito, classificação e grupos de Juntas Fibrosas, Cartilaginosas, Sinoviais).
- Introdução ao Estudo da Miologia (Conceito, classificação, funções e componentes estruturais do músculo estriado)

esquelético).

- Sistema Circulatório(Sistema linfático e órgãos linfáticos, coração, artérias e veias).
- Sistema Respiratório(Porção condutora, nariz externo, cavidade nasal, laringe, traquéia e brônquios. Porção respiratória, pulmões e pleura).
- Sistema Digestivo(Tubo digestivo e órgãos anexos, glândulas salivares, fígado e pâncreas).
- Sistema Urinário(Rins, bexiga urinária, ureteres, uretra).
- Sistema Endócrino(Localização das principais glândulas endócrinas e seus hormônios).
- Sistema Genital Feminino(Órgãos genitais internos e externos).
- Sistema Genital Masculino(Testículos e vias de condução de gametas).
- Sistema Nervoso (Sistema nervoso central, sistema nervoso periférico, sistema nervoso autônomo).

Conteúdo Prático :

- Osteologia(Identificação e localização dos ossos do esqueleto axial e apendicular e reconhecer os principais acidentes ósseos).
- Artrologia(Identificação das Juntas Fibrosas, Cartilagosas, Sinoviais e os seus elementos constantes e inconstantes).
- Miologia(Identificação e localização dos principais músculos estriados esqueléticos, músculos da mastigação, Tronco e membros superior e inferior).
- Sistema Circulatório(Identificar órgãos linfáticos, coração, artérias e veias).
- Sistema Respiratório(Identificar Porção condutora do nariz externo, cavidade nasal, laringe, traquéia e brônquios. Porção respiratória, pulmões e pleura).
- Sistema Digestivo(Identificar os órgãos do Tubo digestivo e glândulas salivares, fígado e pâncreas).
- Sistema Urinário(Identificar os Rins, bexiga urinária, ureteres, uretra feminina e porções da uretra masculina).
- Sistema Endócrino(Identificar a localização das principais glândulas endócrinas).
- Sistema Genital Feminino(Identificar útero, tubas uterinas, ovários, vagina e órgãos genitais externos).
- Sistema Genital Masculino(Identificar testículos, epidídimo, ducto deferente e funículo espermático).
- Sistema Nervoso(Identificar as estruturas do Sistema nervoso central , meninges, tronco encefálico, medula Espinhal, diencéfalo, telencéfalo, cerebelo. Sistema nervoso periférico, identificar os principais nervos do plexo braquial e lombo-sacral).

VIII. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA

A disciplina de Anatomia Humana será ministrada através da substituição de aulas teóricas presenciais, por Vídeo-aulas teóricas não presenciais, e às aulas teórico-práticas presenciais com demonstrações em peças previamente dissecadas, serão substituídas por Vídeo-aulas práticas com representação de imagens das estruturas dos Sistemas do corpo.

Obs: As Vídeo-aulas teóricas e Vídeo-aulas práticas devem ser utilizadas exclusivamente como ferramenta de ensino durante semestre excepcional 2021.2, sendo resguardado os direitos didáticos editados em áudio, ao professor responsável. Não será permitida manipulação ou reprodução das informações e imagens editadas.

A Frequência dos alunos será verificada pelo professor durante as Atividades Síncronas estabelecidas no cronograma. Os alunos devem apresentar frequência de 75% das horas/aula nos encontros síncronos.

RECURSOS DIDÁTICOS:

As Vídeo-aulas teóricas e Vídeo-aulas práticas serão disponibilizadas no Sistema de aprendizagem Moodle de forma assíncrona e a discussão das dúvidas referente ao conteúdo de cada aula, ocorrerá de forma síncrona utilizando recursos digitais de webconferência ou fórum via moodle.

Ambiente Virtual e Ensino Remoto:

a) Espera-se dos(as) discentes condutas adequadas ao contexto acadêmico. Atos que sejam contra: a integridade física e moral da pessoa; o patrimônio ético, científico, cultural, material e, inclusive o de informática; e o exercício das funções pedagógicas, científicas e administrativas, poderão acarretar abertura de processo disciplinar discente, nos termos da Resolução nº 017/CUn/97, que prevê como penalidades possíveis a advertência, a repreensão, a suspensão e a eliminação (desligamento da UFSC). b) Devem ser observados os direitos de imagem tanto de docentes, quanto de discentes, sendo vedado disponibilizar, por

quaisquer meios digitais ou físicos, os dados, a imagem e a voz de colegas e do(a) professor(a), sem autorização específica para a finalidade pretendida e/ou para qualquer finalidade estranha à atividade de ensino, sob pena de responder administrativa e judicialmente. c) Todos os materiais disponibilizados no ambiente virtual de ensino aprendizagem são exclusivamente para fins didáticos, sendo vedada a sua utilização para qualquer outra finalidade, sob pena de responder administrativa e judicialmente. d) Somente poderão ser gravadas pelos discentes as atividades síncronas propostas mediante concordância prévia dos docentes e colegas, sob pena de responder administrativa e judicialmente. e) A gravação das aulas síncronas pelo(a) docente deve ser informada aos discentes, devendo ser respeitada a sua liberdade quanto à exposição da imagem e da voz. f) A liberdade de escolha de exposição da imagem e da voz não isenta o(a) discente de realizar as atividades avaliativas originalmente propostas ou alternativas, devidamente especificadas no plano de ensino. g) Os materiais disponibilizados no ambiente virtual possuem licenças de uso e distribuição específicas, a depender de cada situação, sendo vedada a distribuição do material cuja licença não o permita, ou sem a autorização prévia dos(as) professores(as) para o material de sua autoria.

IX. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

As avaliações constarão de cinco (05) questionários elaborados com 10 a 20 questões práticas e questões teóricas. Os questionários serão disponibilizados no moodle de acordo com as datas estabelecidas no cronograma de forma síncrona disponível por 1h considerando a possibilidade de uma tentativa permitida, na escolha da alternativa. As questões teóricas serão de múltipla escolha, associação e descritivas relacionadas ao conteúdo das vídeos-aulas teóricas. A parte prática será realizada utilizando questões pictóricas referentes às vídeo-aulas práticas, para reconhecimento de estruturas, órgãos, regiões e porções dos Sistemas. A Média Final da disciplina será calculada pela média aritmética dos 05 questionários, em que cada um deles valerá de 0 a 10,0 pontos. A disciplina não apresenta questionário ou prova de recuperação.

Será considerado aprovado o aluno que comparecer, no mínimo, a 75% (setenta e cinco por cento) das horas/aula das Atividades Síncronas na disciplina e que obtiver média igual ou superior a 6,0 (seis vírgula zero).

Obs: Todas as avaliações terão peso 1 (um). Obs: Todas as avaliações terão peso 1 (um).

XI. CRONOGRAMA TEÓRICO

DATA	ASSUNTO
SEMANA 1 (25/10)	Apresentação da Disciplina e Introdução ao Estudo da Anatomia: (4h/a) das 18:30h às 22h: síncrona.
SEMANA 2 (01/11)	Introdução ao estudo da Osteologia: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática Esqueleto Axial (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 3 (08/11)	Introdução ao estudo da Osteologia (Principais acidentes ósseos): Vídeo-aula prática Esqueleto Apendicular Superior (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática Esqueleto Apendicular Inferior (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 4 (15/11)	Feriado
SEMANA 5 (22/11)	Introdução ao estudo da Artrologia : Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática das principais articulações (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 1 das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 6 (29/11)	Introdução ao estudo da Miologia I : Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática dos principais músculos do tronco (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.

SEMANA 7 (06/12)	Introdução ao estudo da Miologia II : Vídeo-aula prática de membro superior e membro inferior (2 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona e QUESTIONÁRIO 2
SEMANA 8 (13/12)	Sistema Cardiovascular : Vídeo-aula teórica Sistema Linfático (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula teórica de coração e Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 09 (31/01)	Sistema Cardiovascular: Vídeo-aula prática das principais artérias e veias (1 h/a): assíncrona; Revisão do coração (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 3 das 20h às 22h: síncrona
SEMANA 10 (07/02)	Sistema Digestório: Vídeo-aula teórica Tracto gastrointestinal (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula teórica das Glândulas anexas (1 h/a) e Vídeo-aula prática : assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 11 (14/02)	Sistema Respiratório: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 4 das 20h às 22h: síncrona
SEMANA 12 (21/02)	Sistema Nervoso Central: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 13 (28/02)	Feriado
SEMANA 14 (07/03)	Sistema Nervoso Periférico: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 15 (14/03)	Sistema Urinário e Sistema Genital Masculino: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona
SEMANA 16 (21/03)	Sistema Genital Feminino: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 5 das 20h às 22h: síncrona

XI. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- 1 – HAMILTON EMÍDIO DUARTE. **ANATOMIA HUMANA BIOLOGIA/EAD/UFSC**. Florianópolis. Editora UFSC, 2009.
- 2 – VÍDEO AULAS DE ANATOMIA SISTÊMICA: site do Departamento de Ciências Morfológicas: mor.ccb.ufsc.br

XII. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

- 1 - D'ANGELO, J.G. & FATTINI, C. A. **ANATOMIA HUMANA BÁSICA DOS SISTEMAS ORGÂNICOS**. Rio de Janeiro. ATHENEU, 1985.
- 2 - D'ANGELO, J.G. & FATTINI, C.A. **ANATOMIA HUMANA SISTÊMICA_E SEGMENTAR**. 2ª ed. Rio de Janeiro. Editora Ateneu, 1995.
3. Gabrielli, C.; Vargas C. J. **Anatomia Sistêmica**. 4ª Edufsc , 2020.
- 4 - GILROY, A. M.; MACPHERSON, B.R.; ROSS,L.M. **ATLAS DE ANATOMIA**. 3ª Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 2017. ISBN: 8527730855
- 5- JACOB, S. W.; FRANCONI C. A.; LOSSOW, W. J. **ANATOMIA E FISILOGIA HUMANA**. 5ª ed. Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 1982.
- 6 - LOCKHART, R. D.; HAMILTON, G. F. & FYFE, F. W. **ANATOMIA DO CORPO HUMANO**. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 1983.
- 7 - MOORE, K. **FUNDAMENTOS DE ANATOMIA CLÍNICA**. Rio de Janeiro. Editora Guanabara Koogan, 2013.
- 8 - MACHADO, A. **NEUROANATOMIA FUNCIONAL**. 2ed. São Paulo. Editora Atheneu, 2004.
- 9 - NETTER, F. H. **ATLÁS DE ANATOMIA HUMANA**. 7. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2019. ISBN 9788535291025.
- 10 - SNELL, R. S. **ANATOMIA CLÍNICA PARA ESTUDANTES DE MEDICINA**. 5ª Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 2000.
- 11 - SPENCE, A. **ANATOMIA HUMANA BÁSICA**. C ed. São Paulo, Manole, 1991.
- 12 - SOBOTTA, J. **ATLAS DE ANATOMIA HUMANA**. 1ª edição Rio de Janeiro, Editora Rio Guanabara Koogan, vol. I e II, 2006.
- 13 - TORTORA, G. GRABOWSKI, S. R. **FUNDAMENTOS DE ANATOMIA E FISILOGIA**. 4ª edição. Rio de Janeiro, Editora ARTMED, 2000.
- 14 - WURZINGER, LAURENZ. J. **ANATOMIA**. 1ª edição. Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 2009.

Prof. Juçara Loli de Oliveira
Prof. Responsável

Prof. Heiliane de Brito Fontana

Mabel M. R. Cordeiro
Chefe de Departamento
Portaria N.º 2567/2019/GR

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS MORFOLÓGICAS
PLANO DE ENSINO SEMESTRE 2021/2**

Plano de Ensino adaptado em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus-COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn de 24 de julho de 2020.

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA SEMANAIS		TOTAL DE HORAS-AULA SEMESTRAIS
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
MOR 5219	ANATOMIA APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA	02	02	72

I.1 HORÁRIO

TURMAS TEÓRICAS	TURMAS PRÁTICAS
Terça-Feira: 18:30 ÀS 20:10 1444 B	Terça-Feira: 20:20 ÀS 22:00 1444 B

II. PROFESSOR (ES) MINISTRANTE (S):

CÓDIGO	NOME do PROFESSOR	Nº DE HORAS-AULA SEMANAIS		TOTAL DE HORAS-AULA SEMESTRAIS
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
MOR 5219	Juçara Loli de Oliveira	36	36	72
MOR 5219	Heiliane De Brito Fontana	-	36	36

III. PRÉ-REQUISITO (S)

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
	Não há

IV CURSO (S) PARA O QUAL(IS) A DISCIPLINA É OFERECIDA

1. EDUCAÇÃO FÍSICA

V. EMENTA

Introdução ao Estudo da Anatomia, Osteologia, Artrologia, Miologia, Sistema Respiratório, Sistema Digestório, Sistema Urinário, Sistemas Genital Masculino e Feminino, Sistema Circulatório, Sistema Nervoso Central e Periférico.

VI. OBJETIVOS

Objetivos Gerais:

A disciplina de Anatomia Humana visa possibilitar ao aluno descrever e reconhecer os órgãos e estruturas anatômicas dos Sistemas Orgânicos, permitindo correlacionar o conhecimento adquirido com as aplicações profissionais.

Objetivos Específicos:

Desenvolver através do conhecimento teórico obtido, a capacidade de reconhecer as diversas estruturas dos Sistemas Orgânicos em peças humanas e estabelecer seus aspectos funcionais.

VII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Conteúdo Teórico:

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Anatomia Sistêmica:

- Introdução ao Estudo da Anatomia (Conceitos padrão morfológico, Planos de secção, delimitação e eixos, Posição Anatômica).

- Introdução ao Estudo da Osteologia (Conceito e constituição dos ossos, classificação, localização e funções).
- Introdução ao Estudo da Artrologia (Conceito, classificação e grupos de Juntas Fibrosas, Cartilaginosas, Sinoviais).
- Introdução ao Estudo da Miologia (Conceito, classificação, funções e componentes estruturais do músculo estriado esquelético).
- Sistema Circulatório (Sistema linfático e órgãos linfáticos, coração, artérias e veias).
- Sistema Respiratório (Porção condutora, nariz externo, cavidade nasal, laringe, traquéia e brônquios. Porção respiratória, pulmões e pleura).
- Sistema Digestivo (Tubo digestivo e órgãos anexos, glândulas salivares, fígado e pâncreas).
- Sistema Urinário (Rins, bexiga urinária, ureteres, uretra).
- Sistema Endócrino (Localização das principais glândulas endócrinas e seus hormônios).
- Sistema Genital Feminino (Órgãos genitais internos e externos).
- Sistema Genital Masculino (Testículos e vias de condução de gametas).
- Sistema Nervoso (Sistema nervoso central, sistema nervoso periférico, sistema nervoso autônomo).

Conteúdo Prático :

- Osteologia (Identificação e localização dos ossos do esqueleto axial e apendicular e reconhecer os principais acidentes ósseos).
- Artrologia (Identificação das Juntas Fibrosas, Cartilaginosas, Sinoviais e os seus elementos constantes e inconstantes).
- Miologia (Identificação e localização dos principais músculos estriados esqueléticos, músculos da mastigação, Tronco e membros superior e inferior).
- Sistema Circulatório (Identificar órgãos linfáticos, coração, artérias e veias).
- Sistema Respiratório (Identificar Porção condutora do nariz externo, cavidade nasal, laringe, traquéia e brônquios. Porção respiratória, pulmões e pleura).
- Sistema Digestivo (Identificar os órgãos do Tubo digestivo e glândulas salivares, fígado e pâncreas).
- Sistema Urinário (Identificar os Rins, bexiga urinária, ureteres, uretra feminina e porções da uretra masculina).
- Sistema Endócrino (Identificar a localização das principais glândulas endócrinas).
- Sistema Genital Feminino (Identificar útero, tubas uterinas, ovários, vagina e órgãos genitais externos).
- Sistema Genital Masculino (Identificar testículos, epidídimo, ducto deferente e funículo espermático).
- Sistema Nervoso (Identificar as estruturas do Sistema nervoso central, meninges, tronco encefálico, medula Espinhal, diencéfalo, telencéfalo, cerebelo. Sistema nervoso periférico, identificar os principais nervos do plexo braquial e lombo-sacral).

VIII. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA

A disciplina de Anatomia Humana será ministrada através da substituição de aulas teóricas presenciais, por Vídeo-aulas teóricas não presenciais, e às aulas teórico-práticas presenciais, com demonstrações em peças previamente dissecadas, serão substituídas por Vídeo-aulas práticas com representação de imagens das estruturas dos Sistemas do corpo.

Obs: As Vídeo-aulas teóricas e Vídeo-aulas práticas devem ser utilizadas exclusivamente como ferramenta de ensino durante semestre excepcional 2021.2, sendo resguardado os direitos didáticos editados em áudio, ao professor responsável. Não será permitida manipulação ou reprodução das informações e imagens editadas.

A Frequência dos alunos será verificada pelo professor durante as Atividades Síncronas estabelecidas no cronograma. Os alunos devem apresentar frequência de 75% das horas/aula nos encontros síncronos.

RECURSOS DIDÁTICOS:

As Vídeo-aulas teóricas e Vídeo-aulas práticas serão disponibilizadas no Sistema de aprendizagem Moodle de forma assíncrona e a discussão das dúvidas referente ao conteúdo de cada aula, ocorrerá de forma síncrona utilizando recursos digitais de webconferência ou fórum via moodle.

Ambiente Virtual e Ensino Remoto:

a) Espera-se dos(as) discentes condutas adequadas ao contexto acadêmico. Ato que sejam contra: a integridade física e moral da pessoa; o patrimônio ético, científico, cultural, material e, inclusive o de informática; e o exercício das funções pedagógicas, científicas e administrativas, poderão acarretar abertura

de processo disciplinar discente, nos termos da Resolução nº 017/CUn/97, que prevê como penalidades possíveis a advertência, a repreensão, a suspensão e a eliminação (desligamento da UFSC). b) Devem ser observados os direitos de imagem tanto de docentes, quanto de discentes, sendo vedado disponibilizar, por quaisquer meios digitais ou físicos, os dados, a imagem e a voz de colegas e do(a) professor(a), sem autorização específica para a finalidade pretendida e/ou para qualquer finalidade estranha à atividade de ensino, sob pena de responder administrativa e judicialmente. c) Todos os materiais disponibilizados no ambiente virtual de ensino aprendizagem são exclusivamente para fins didáticos, sendo vedada a sua utilização para qualquer outra finalidade, sob pena de responder administrativa e judicialmente. d) Somente poderão ser gravadas pelos discentes as atividades síncronas propostas mediante concordância prévia dos docentes e colegas, sob pena de responder administrativa e judicialmente. e) A gravação das aulas síncronas pelo(a) docente deve ser informada aos discentes, devendo ser respeitada a sua liberdade quanto à exposição da imagem e da voz. f) A liberdade de escolha de exposição da imagem e da voz não isenta o(a) discente de realizar as atividades avaliativas originalmente propostas ou alternativas, devidamente especificadas no plano de ensino. g) Os materiais disponibilizados no ambiente virtual possuem licenças de uso e distribuição específicas, a depender de cada situação, sendo vedada a distribuição do material cuja licença não o permita, ou sem a autorização prévia dos(as) professores(as) para o material de sua autoria.

IX. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

As avaliações constarão de cinco (05) questionários elaborados com 10 a 20 questões práticas e questões teóricas. Os questionários serão disponibilizados no moodle de acordo com as datas estabelecidas no cronograma de forma síncrona disponível por 1h considerando a possibilidade de uma tentativa permitida, na escolha da alternativa. As questões teóricas serão de múltipla escolha, associação e descritivas relacionadas ao conteúdo das vídeos-aulas teóricas. A parte prática será realizada utilizando questões pictóricas referentes às vídeo-aulas práticas, para reconhecimento de estruturas, órgãos, regiões e porções dos Sistemas. A Média Final da disciplina será calculada pela média aritmética dos 05 questionários, em que cada um deles valerá de 0 a 10,0 pontos. A disciplina não apresenta questionário ou prova de recuperação.

Será considerado aprovado o aluno que comparecer, no mínimo, a 75% (setenta e cinco por cento) das horas/aula das Atividades Síncronas na disciplina e que obtiver média igual ou superior a 6,0 (seis vírgula zero).

Obs: Todas as avaliações terão peso 1 (um).

XI. CRONOGRAMA TEÓRICO

DATA	ASSUNTO
SEMANA 1 (26/10)	Apresentação da Disciplina e Introdução ao Estudo da Anatomia: (4h/a) das 18:30h às 22h: síncrona.
SEMANA 2 (02/11)	Feriado
SEMANA 3 (09/11)	Introdução ao estudo da Osteologia: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática Esqueleto Axial (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 4 (16/11)	Introdução ao estudo da Osteologia (Principais acidentes ósseos): Vídeo-aula prática Esqueleto Apendicular Superior (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática Esqueleto Apendicular Inferior (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 5 (23/11)	Introdução ao estudo da Artrologia : Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática das principais articulações (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 1 das 20h às 22h: síncrona.

SEMANA 6 (30/11)	Introdução ao estudo da Miologia I : Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática dos principais músculos do tronco (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 7 (07/12)	Introdução ao estudo da Miologia II : Vídeo-aula prática de músculos dos membros superior e inferior (2 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 2 das 20h às 22h: síncrona
SEMANA 8 (14/12)	Sistema Cardiovascular : Vídeo-aula teórica Sistema Linfático (1h/a): assíncrona; Vídeo-aula teórica de coração e Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 09 (01/02)	Sistema Cardiovascular: Vídeo-aula prática das principais artérias e veias (1 h/a): assíncrona; Revisão do coração (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 3 das 20h às 22h: síncrona
SEMANA 10 (08/02)	Sistema Digestório: Vídeo-aula teórica Tracto gastrointestinal (1 h/a): assíncrona e Vídeo-aula teórica das Glândulas anexas assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 11 (15/02)	Sistema Respiratório: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 4 das 20h às 22h: síncrona
SEMANA 12 (22/02)	Sistema Nervoso Central: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 13 (01/03)	Feriado
SEMANA 14 (08/03)	Sistema Nervoso Periférico : Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona.
SEMANA 15 (15/03)	Sistema Urinário e Sistema Genital Masculino: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) das 20h às 22h: síncrona
SEMANA 16 (22/03)	Sistema Genital Feminino: Vídeo-aula teórica (1 h/a): assíncrona; Vídeo-aula prática (1 h/a): assíncrona; Dúvidas (2h/a) e QUESTIONÁRIO 5 das 20h às 22h: síncrona

XI. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- 1 – HAMILTON EMÍDIO DUARTE. **ANATOMIA HUMANA BIOLOGIA/EAD/UFSC**. Florianópolis. Editora UFSC, 2009.
- 2 – VÍDEO AULAS DE ANATOMIA SISTÊMICA: site do Departamento de Ciências Morfológicas: mor.ccb.ufsc.br

Prof. Juçara Loli de Oliveira
Prof. Responsável

Prof. Heiliane de Brito Fontana

Mabel M. R. Cordeiro
Chefe de Departamento
Portaria N.º 2567/2019/GR

Aprovado na Reunião do Colegiado do MOR em 08/09/2021.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA E PLANO DE ENSINO



SEMESTRE 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 544, de 16 de junho de 2020, à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020, à Portaria 379/2020/GR, de 9 de novembro de 2020 e à Resolução 06/2021/CUn, de 30 de março de 2021.

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	TOTAL DE HORAS-AULA SEMESTRAIS
NTR 5107	Nutrição e Atividade Física	54 h/a (36 h teóricas e 18 h práticas)

II. HORÁRIO

TURMA 08444 – Plataforma virtual Moodle
6ª Feira – 9:10 às 11:50

III. PROFESSOR(ES) MINISTRANTE(S)

Fernanda Hansen – fernanda.hansen@ufsc.br – **responsável pela disciplina**
Letícia Carina Ribeiro da Silva - leticia.ribeiro@ufsc.br

IV. PRÉ-REQUISITO(S)

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
DEF 5892	Crescimento e desenvolvimento humano
DEF 5815	Atividade física, saúde e qualidade de vida
CFS 5148	Fisiologia Humana

V. CURSO(S) PARA O(S) QUAL(IS) A DISCIPLINA É OFERECIDA

Educação Física – graduação - bacharelado

VI. EMENTA

Estimativa do gasto energético em praticantes de atividade física. A importância dos macros e micronutrientes na atividade física. A importância da água e eletrólitos na atividade física. Avaliação do consumo alimentar. Ergogênicos nutricionais. Alimentação para antes, durante e após a atividade física.

VII. OBJETIVOS

- Reconhecer os nutrientes indispensáveis ao homem e suas respectivas funções no exercício físico;
- Estimar o gasto energético em praticantes de atividade física;
- Identificar a alimentação do atleta em várias situações.

VIII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, à disciplina NTR 5107 - Nutrição e Atividade Física.

1. PROGRAMA TEÓRICO:

- Conceitos Básicos - Nutrição e Saúde;
- Guias Alimentares;
- Estimativa do gasto energético em praticantes de atividade física;
- Estudo dos nutrientes na atividade física: proteínas, carboidratos, fibras, lipídios, vitaminas e minerais, água e eletrólitos;
- Alimentação para antes, durante e após a atividade física;
- Recursos ergogênicos nutricionais.

2. PROGRAMA PRÁTICO:

- Estudos dirigidos;
- Trabalho de avaliação do consumo alimentar.

IX. CRONOGRAMA

Data	Conteúdo e Carga horária semanal	Professora	Forma de trabalho
2021			
29/10	Apresentação da disciplina e discussão do Plano de Ensino Introdução à Nutrição - Conceitos Básicos - Nutrição e Saúde - Guias Alimentares *3,4 horas/aula	Letícia	Atividade síncrona e assíncrona - Plataforma Moodle
05/11	Sistemas energéticos utilizados no exercício físico, consumo e necessidade energética no exercício físico *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona - Plataforma Moodle
12/11	Métodos para estimativa das necessidades energéticas *Questionário (via Moodle) *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona - Plataforma Moodle
19/11	Carboidratos/Fibras na atividade física *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona - Plataforma Moodle
26/11	Lipídios na atividade física *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona - Plataforma Moodle
03/12	Proteínas na atividade física *Questionário (via Moodle) *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona - Plataforma Moodle
10/12	1ª PROVA *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade assíncrona – Plataforma Moodle
17/12	Trabalho de Avaliação do consumo	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona –

	alimentar *3,4 horas/aula		Plataforma Moodle
2022			
04/02	Trabalho de Avaliação do consumo alimentar *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona – Plataforma Moodle
11/02	Trabalho de Avaliação do consumo alimentar *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade assíncrona – Plataforma Moodle *Data limite de entrega: 15/02 (terça-feira)
18/02	Vitaminas e minerais na atividade física *3,4 horas/aula	Fernanda	Atividade síncrona e assíncrona – Plataforma Moodle
25/02	Água e eletrólitos na atividade física *Questionário (via Moodle) *3,4 horas/aula	Letícia	Atividade síncrona e assíncrona – Plataforma Moodle
04/03	Alimentação para antes, durante e após a atividade física *3,4 horas/aula	Letícia	Atividade síncrona e assíncrona – Plataforma Moodle
11/03	Recursos ergogênicos nutricionais *3,4 horas/aula	Letícia	Atividade síncrona e assíncrona – Plataforma Moodle
18/03	2ª PROVA *3,4 horas/aula	Letícia	Atividade assíncrona – Plataforma Moodle
25/03	Avaliação Final da Disciplina e Prova de Recuperação *3,0 horas/aula	Fernanda	Atividade assíncrona – Plataforma Moodle

X. METODOLOGIA DE ENSINO

- Nas atividades síncronas (interações do professor com os alunos por webconferência) serão realizadas explicação do conteúdo com o auxílio de slides e esclarecimento de dúvidas. Ao acessar o Moodle o aluno terá especificações de como participar das aulas síncronas via webconferência.
- Nas atividades assíncronas serão disponibilizados textos e slides para leitura, vídeos, estudos dirigidos (exercícios) e atividades avaliativas.

XI. AVALIAÇÃO

Provas – peso 6,0 (3,0 cada avaliação)

Questionários (via Moodle) - peso 1,5

Trabalho sobre avaliação do consumo alimentar – peso 2,5

- As atividades avaliativas serão realizadas de forma assíncrona e a plataforma para realização e entrega destas será o Moodle.
- Cada uma das provas previstas no cronograma deverá ser respondida em até 48 horas após sua liberação.
- Os questionários serão realizados ao longo da disciplina e deverão ser respondidos em até 5 dias após a sua liberação.
- Os exercícios de fixação (estudos dirigidos) não farão parte da avaliação, mas servirão como

momento assíncrono de estudo.

De acordo com a Resolução nº. 017/CUn/97 o estudante que não obtiver frequência mínima de 75% (em cinco dias letivos ou mais) na disciplina, será reprovado (por frequência insuficiente), fica sob a responsabilidade do estudante controlar sua frequência junto ao professor ou monitor da disciplina.

A frequência será avaliada mediante a entrega via Moodle das atividades avaliativas descritas acima.

XII. RECUPERAÇÃO

De acordo com a Resolução nº. 17/CUn/97, a disciplina NTR 5107 prevê recuperação do conteúdo teórico no final do semestre, por meio de avaliação escrita. O estudante que obtiver média final entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito de realizar nova avaliação escrita pertinente ao conteúdo teórico. A nova nota final da disciplina será calculada pela média aritmética simples obtida a partir da média final anterior e da nota da recuperação, devendo o estudante atingir média 6,0 (seis) para aprovação.

A recuperação consistirá em uma avaliação escrita, que deverá ser respondida de forma síncrona, no dia e horário informados no cronograma acima. A plataforma utilizada será o Moodle.

De acordo com o OFÍCIO CIRCULAR CONJUNTO Nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, para “resguardar direitos e conferir maior segurança no ambiente virtual: a) Espera-se dos(as) discentes condutas adequadas ao contexto acadêmico. Atos que sejam contra: a integridade física e moral da pessoa; o patrimônio ético, científico, cultural, material e, inclusive o de informática; e o exercício das funções pedagógicas, científicas e administrativas, poderão acarretar abertura de processo disciplinar discente, nos termos da Resolução nº 017/CUn/97, que prevê como penalidades possíveis a advertência, a repreensão, a suspensão e a eliminação (desligamento da UFSC). b) Devem ser observados os direitos de imagem tanto de docentes, quanto de discentes, sendo vedado disponibilizar, por quaisquer meios digitais ou físicos, os dados, a imagem e a voz de colegas e do(a) professor(a), sem autorização específica para a finalidade pretendida e/ou para qualquer finalidade estranha à atividade de ensino, sob pena de responder administrativa e judicialmente. c) Todos os materiais disponibilizados no ambiente virtual de ensino aprendizagem são exclusivamente para fins didáticos, sendo vedada a sua utilização para qualquer outra finalidade, sob pena de responder administrativa e judicialmente. d) Somente poderão ser gravadas pelos discentes as atividades síncronas propostas mediante concordância prévia dos docentes e colegas, sob pena de responder administrativa e judicialmente. e) A gravação das aulas síncronas pelo(a) docente deve ser informada aos discentes, devendo ser respeitada a sua liberdade quanto à exposição da imagem e da voz. f) A liberdade de escolha de exposição da imagem e da voz não isenta o(a) discente de realizar as atividades avaliativas originalmente propostas ou alternativas, devidamente especificadas no plano de ensino. g) Os materiais disponibilizados no ambiente virtual possuem licenças de uso e distribuição específicas, a depender de cada situação, sendo vedada a distribuição do material cuja licença não o permita, ou sem a autorização prévia dos(as) professores(as) para o material de sua autoria.”

XIII. BIBLIOGRAFIA

BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed. Brasília: DF: Ministério da Saúde, 2014. 152 p. (6 exemplares). Disponível em: http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia*

Alimentar para a População Brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/guia_alimentar_conteudo.pdf

Burke LM, Castell LM, Casa DJ, et al. International Association of Athletics Federations Consensus Statement 2019: Nutrition for Athletics. *Int J Sport Nutr Exerc Metab.* 2019;29(2):73-84. doi:10.1123/ijsnem.2019-0065. Disponível on-line no Portal de Periódicos da CAPES – <http://www.periodicos.capes.gov.br>

Kerksick CM, Arent S, Schoenfeld BJ, et al. International society of sports nutrition position stand: nutrient timing. *J Int Soc Sports Nutr.* 2017;14:33. Published 2017 Aug 29. doi:10.1186/s12970-017-0189-4 - Disponível on-line no Portal de Periódicos da CAPES – <http://www.periodicos.capes.gov.br>

CHAVES, Nelson. *Nutrição básica e aplicada.* 2ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1985. 370 p. (14 exemplares)

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. *Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano.* 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008. lxxi,1099 p. (6 exemplares)

MURRAY, Robert K.; HARPER, Harold A. Harper, *bioquímica ilustrada.* 26. ed. São Paulo: Atheneu, c2006. 692 p. (8 exemplares)

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

KAZAPI, I.A.M. e TRAMONTE, V.L.C.G. *Nutrição do Atleta.* Florianópolis: Editora da UFSC. 2003, 260 p. (5 exemplares)

KATCH, Frank I. *Nutrição, controle de peso e exercício.* Rio de Janeiro: MEDSI, 1984. (2 exemplares)

KENNEY, W. Larry; COSTILL, David L.; WILMORE, Jack H. *Fisiologia do esporte e do exercício.* 5. ed. São Paulo: Manole, 2013. xviii, 620 p. (3 exemplares)

MAUGHAN, R., GLEESON, M., GREENHAFF, P.L. *Bioquímica do exercício e do treinamento.* Editora Manole, São Paulo. 2000, 240 p. (3 exemplares)

MAUGHAN, Ron J.; GLEESON, Michael. *As Bases bioquímicas do desempenho nos esportes.* Rio de Janeiro: Guanabara, 2007. 182 p. (5 exemplares)



PLANO DE ENSINO

I. IDENTIFICAÇÃO

Curso: Bacharelado de Educação Física

Semestre: 20212

Turma: 04444 (4a fase)

Disciplina: PSI5415 - Psicologia do Esporte

Horas/aula semanais: 03 horas/aula

Horário: 6-0910

Carga horária total (h/a): 54 h/a CH: teórica: 36 h/a Prática: 0 h/a PCC: 18 h/a

Pré-requisitos: Não se aplica

Equivalência: Não se aplica

Tipo: Optativa

Professor: Emílio Takase Email: takase@cfh.ufsc.br

II. EMENTA

Conhecimento geral sobre a Psicologia do/no esporte. Neurociências aplicada a Psicologia do esporte e Exercício Físico. Últimos avanços em Psicologia do Esporte e Exercício Físico como Ciência do Esporte.

III. TEMAS DE ESTUDO

- Introdução à Psicologia do/no Esporte e Exercício;
- Definição e posicionamento Profissional em Psicologia do/no Esporte e Exercício. Noções básicas de Neuroanatomia e Neurofisiologia aplicada a Psicologia do/no Esporte e Exercício;
- Conhecimento dos últimos avanços da pesquisa científica em Psicologia do/no Esporte e Exercício;
- Estudo da relação Ansiedade e Desempenho;
- Esporte e Atividade Física na Psicoterapia, Psiconeuroimunologia e atividade física

IV. OBJETIVOS

- 1 Compreender os mecanismos de funcionamento e significado das funções cerebrais superiores e dos processos psicológicos básicos em Psicologia Esportiva;

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

- 2 Identificar as diferentes concepções teóricas sobre a sensação, percepção, atenção, linguagem, pensamento, memória, inteligência, aprendizagem, motivação e emoção.
- 3 Relacionar os processos psicológicos com suas bases biológicas de funcionamento e as influências ambientais e comportamentais do desempenho esportivo;
- 4 Compreender as aplicações do conhecimento dos na Psicologia Esportiva na Pesquisa Científica;
- 5 Compreender as aplicações do conhecimento da Psicologia Esportiva no âmbito da Saúde, Social e Educação

V. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E CRONOGRAMA

As atividades **Síncronas** ocorrerão sempre na Sexta das 9:10 às 10:30

Supervisões por grupos: Síncrona (sob agendamento) e Atividades **Assíncrona**: a) Fórum

OUTUBRO/2021

[Etapa 1: 25 de outubro a 18 de dezembro de 2021](#)

Agenda Prevista		Conteúdo	Referência para Leitura	Método/Recurso
	29/10	FERIADO - Ponto Facultativo		
1	05/11	Apresentação do Plano de Ensino e Discussão da formação de grupos para as atividades assíncronas.	Plano de Ensino	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 1</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
2	12/11	Tecnologias utilizadas em Psicofisiologia do Esporte	PsicoNeuroTecnologias	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de</p>

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

				<p>conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 2</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
4	19/11	Estresse e Ansiedade	<p>Disponível no Moodle (Livro Digitalizado PDF): Cap. 3 e 4 do livro «Curar o Stress a Ansiedade e a Depressão Sem Medicamento Nem Psicanálise. David Servan Schreiber. Ano: 2004»</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 3</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
5	26/11	Capítulo 2 - Personalidade	<p><u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 2</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 4</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
6	03/12	Capítulo 15 –	<u>Texto básico:</u>	Síncrona:

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

		Estabelecimento de Metas	Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 15</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle	Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min) Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 5</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)
7	10/12	Capítulo 4 – Ativação, Estresse e Ansiedade	<u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 4</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle	Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min) Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 6</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)
8	17/12	Capítulo 6 – Feedback, reforçamento e motivação intrínseca Recesso: 19 de dezembro de 2021 a 30 de janeiro de 2021.	<u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 6</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle	Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min) Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 7</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

				min)
9	04/02	<p>Etapa 2: 31 de janeiro a 26 de março de 2022.</p> <p>Capítulo 13 – Mentalização</p>	<p><u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 13</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 8</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
10	11/02	<p>Capítulo 11 – Introdução a Habilidades Psicológicas</p>	<p><u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 11</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 9</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
11	18/02	<p>Capítulo 16 - Concentração</p>	<p><u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 16</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum</p>

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

				(1 semana - <u>registro de frequência semana 10</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)
12	25/02	Capítulo 3 – Motivação	<p><u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 3</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 11</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
13	04/03	Capítulo 5 – Competição e Cooperação	<p><u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 5</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) - (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Fórum (1 semana - <u>registro de frequência semana 12</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p>
14	11/03	Capítulo 7 - Equipe	<p><u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 7</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle</p>	<p>Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)</p> <p>Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Glossário (1 semana - <u>registro de</u></p>

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

				frequência semana 13) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)
15	18/03	Capítulo 8 - Coesão Prazo para o envio das atividades assíncronas em atraso	<u>Texto básico:</u> Livro «Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício» (2017). <u>Cap. 8</u> do livro texto Disponível Digitalizado PDF e os Slides na Plataforma Moodle	Síncrona: Webconferência – G Suite Meet (apresentação de conteúdo e dúvidas) (tempo previsto: 1 h/a 30 min) Assíncrona: Leitura do texto + Slides + Atividade de consolidação: Glossário (1 semana - <u>registro de frequência semana 14</u>) (tempo previsto: 1 h/a 30 min)
16	20	Semana de Recuperação	Semana de Recuperação	Atividade Assíncrona (Semana 15)
17				
18		Término do segundo período letivo semestral de Graduação de 2021.2.	<u>Etapa 2: 31 de janeiro a 26 de março de 2022.</u>	
19				

Carga horária que será trabalhada mediante atividades pedagógicas não presenciais síncronas e assíncronas, bem como detalhamento das mesmas;	Carga horária total: 54 h/a (18 h/a) 14 Aulas/semanas Síncronas 15 Atividades/semanas Assíncronas Totalizando 15 Semanas/síncronas e assíncronas Para completar 54 h/a, as horas aulas “faltantes” serão realizados os Exercícios de Respiração Nasal Diafragmática (Atividade Assíncrona) com foco na Psicologia do Exercício
--	---

VI. MÉTODOS E ESTRATÉGIAS DE ENSINO-APRENDIZAGEM

Considerar o contexto e normatização da Resolução 140/2020/CUn.

* Atividade Síncrona: toda sexta-feira das 9:10 às 10:30 «aula» teórica-discussão : Exposições orais/Discussão/Debates/sessão;

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

*Atividade Síncrona: supervisões com os grupos de trabalho (Grupos de 3 a 4 pessoas) sob agendamento;

* Atividades Assíncronas: Fórum e Exercícios de Respiração Nasal Diafragmática (RND)

Ferramentas de ensino remoto:

1. Webconferências realizadas através das plataformas do Moodle (BBB) e Google Workspace UFSC (Meet);
2. Apresentação de vídeos do Youtube/Ted Talk e outros recursos midiáticos ;
3. Vídeos gravados (produzidos pelo próprio professor, pelos estudantes como parte de uma atividade avaliativa ou outros disponíveis nas redes usadas com objetivo pedagógico);
4. Wiki, Glossário, Enquetes, Questionários e Quizzes na Plataforma Moodle;

Os links webconferência, youtube, ted talk, entre outros estarão disponíveis na Plataforma Moodle da Disciplina. A Plataforma Moodle será a Plataforma Oficial do Ensino Remoto.

Direitos de imagem e maior segurança no ambiente virtual:

Respeite o material produzido pelo seu professor. Se utilizar, referencie. Não faça cópia e divulgação não autorizada.

a) Espera-se dos(as) discentes condutas adequadas ao contexto acadêmico. Atos que sejam contra: a integridade física e moral da pessoa; o patrimônio ético, científico, cultural, material e, inclusive o de informática; e o exercício das funções pedagógicas, científicas e administrativas, poderão acarretar abertura de processo disciplinar discente, nos termos da Resolução nº 017/CUn/97, que prevê como penalidades possíveis a advertência, a repreensão, a suspensão e a eliminação (desligamento da UFSC).

b) Devem ser observados os direitos de imagem tanto de docentes, quanto de discentes, sendo vedado disponibilizar, por quaisquer meios digitais ou físicos, os dados, a imagem e a voz de colegas e do(a) professor(a), sem autorização específica para a finalidade pretendida e/ou para qualquer finalidade estranha à atividade de ensino, sob pena de responder administrativa e judicialmente.

c) Todos os materiais disponibilizados no ambiente virtual de ensino/aprendizagem são exclusivamente para fins didáticos, sendo vedada a sua utilização para qualquer outra finalidade, sob pena de responder administrativa e judicialmente.

d) Somente poderão ser gravadas pelos discentes as atividades síncronas propostas mediante concordância prévia dos docentes e colegas, sob pena de responder administrativa e judicialmente.

e) A gravação das aulas síncronas pelo(a) docente deve ser informada aos discentes, devendo ser respeitada a sua liberdade quanto à exposição da imagem e da voz.

f) A liberdade de escolha de exposição da imagem e da voz não isenta o(a) discente de realizar as atividades avaliativas originalmente propostas ou alternativas, devidamente Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

especificadas no plano de ensino.

g) Os materiais disponibilizados no ambiente virtual possuem licenças de uso e distribuição específicas, a depender de cada situação, sendo vedada a distribuição do material cuja licença não o permita, ou sem a autorização prévia dos(as) professores(as) para o material de sua autoria."

VII. AVALIAÇÃO

* Atividade Assíncrona: elaboração e execução de um trabalho contendo levantamento da literatura e coleta de informações para elaboração das atividades assíncronas (fórum);

* Atividade Assíncrona: Serão avaliadas todas as etapas da construção do trabalho que envolvem as várias seções da construção do Fórum. As supervisões (sob agendamento) será uma atividade síncrona (webconferência G Workspace UFSC Meet)

* Elaboração e execução das atividades assíncrona Fórum serão na Plataforma Moodle

Somatória dos Pontos das Atividades Avaliativas Fórum e RND Assíncronas = NOTA FINAL

VIII. REGISTRO DE FREQUÊNCIA

Não será cobrada a presença (frequência) nas atividades síncronas, mas nas atividades assíncronas serão cobradas, como consta no Cronograma. Caso o/a aluno(a) não consiga realizar por algum motivo, deverá encaminhar ao professor uma justificativa da não realização da atividade síncrona e assíncrona.

IX. NOVA AVALIAÇÃO

Conforme previsto no Artigo 70, parágrafo 2º da Resolução 017/CUn/97 (Regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC), terá direito a uma nova avaliação, ao final do semestre, o aluno com frequência suficiente (FS) e média das avaliações do semestre entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco). A nota final, neste caso, será o resultado da média aritmética entre a média das avaliações do semestre e a nota obtida pelo aluno nessa nova avaliação, conforme previsto no Artigo 71, parágrafo 3º da citada Resolução.

Na nova avaliação os acadêmicos precisam realizar as atividades Assíncronas (não temos avaliação nas atividades síncronas). Aqueles que não atingirem a nota mínima, tem uma semana de recuperação (atividade assíncrona). Na semana de recuperação: escolher 3 capítulos do livro texto e responder as Questões de Pensamento Crítico que estão no final de cada capítulo.

X. REFERÊNCIA BÁSICA

OBS: Todos os textos serão fornecidos pelo Professor de forma digital no Moodle

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

Gould, D. & Weinberg, R. S.(2017). Fundamentos de Psicologia do Esporte e Exercício. Ed. Artes Médicas.
Livro Digitalizado PDF disponível na Plataforma Moodle da Disciplina. Todos os slides dos capítulos (para a atividade síncrona) disponíveis na Plataforma Moodle.

XI. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- Buriti, M.A. (1997) Psicologia do Esporte. Editora Alínea.
- Franco, G. S. (2000). Psicologia no Esporte e na Atividade Física: Uma coletânea sobre a prática com Qualidade. Editora Manole.
- Goleman, D. (1995). O equilíbrio mente-corpo. Editora Campus.
- LeDoux, J. (1996) O Cérebro Emocional. Editora Objetiva.
- Rubio, K. (2000) Psicologia do Esporte: Interfaces, Pesquisas e Intervenção. Editora Casa do Psicólogo.
- Samulski, D (1992) Psicologia do Esporte. Teoria e Aplicação Prática. Editora Imprensa Universitária/UFMG.
- Samulski, D. (2002). Psicologia do Esporte. Editora Manole.
- Weineck, J. (1999). Treinamento Ideal. Editora Manole.

ARTIGOS Open Access: www.efdeportes.com

EXERCISE PHYSIOLOGY, EXERCISE SCIENCE, KINESIOLOGY, WELLNESS, AND RELATED DISCIPLINES URL <http://www.loyola.edu/psychology/Sportpsych.html>

American Psychological Association, Division 47 <http://www.psyc.unt.edu/apadiv47/>

XI. ATENDIMENTO AOS ESTUDANTES

O **professor** estará disponível para atendimento aos alunos por e-mail takase@cfh.ufsc.br ou takasele@gmail.com e atividades assíncronas pelo Moodle.

Atividades Assíncrona

- Fórum (Plataforma Moodle)
- Email
- Quiz

Atividades Síncrona

- Chat em dias e horários pré-definidos (Plataforma Moodle)
- Horários específicos reservados para vídeo-chamada (com agendamento)

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção às resoluções normativas nº 140/2020/CUn, nº149/CUn/2021, nº 6/2021/CUn, à portaria normativa nº. 405/2021/GR e ao Ofício Circular nº 003/2021/PROGRAD/SEAI de 20 de abril de 2021, que dispõem sobre as atividades de ensino não presenciais na UFSC.



PLANO DE ENSINO – 2021/2

IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA

Curso: Bacharelado em Educação Física **Fase:** Oitava-fase
Disciplina: Estágio Supervisionado em Treinamento e Gestão Esportiva
Código: DEF 5814
Carga Horária: 180 h/a – 10 créditos
Pré-requisitos: DEF 5809, DEF 5810, DEF 5811, DEF 5812
Docentes: Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo (luiz.guilherme@ufsc.br)
Tiago Turnes (tiago.turnes@ufsc.br).

1. EMENTA

Estágio de prática profissional em Educação Física, sob a orientação e supervisão docente em treinamento ou gestão esportiva. Planejamento, ministração de planos e elaboração de relatório de estágio.

2. OBJETIVO GERAL

Elaborar, ministrar e executar planos de treinamento ou de atividade de gestão esportiva, por meio de uma prática orientada nos diferentes campos de ação do estágio.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar os objetivos do treinamento ou da gestão esportiva no campo de estágio;
- Planejar as ações no campo de atuação escolhido;
- Elaborar e ministrar os planos de trabalho no campo de atuação;
- Avaliar os resultados obtidos em treinamento ou gestão esportiva;
- Elaborar o relatório de estágio.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Aplicação de conhecimentos e desenvolvimento das habilidades profissionais dos princípios gerais do treinamento ou gestão esportiva; bases teórico-metodológicas em diferentes perspectivas do treinamento esportivo; fundamentos teóricos da administração da Educação Física e do Esporte.

5. METODOLOGIA

A disciplina de Estágio Supervisionado em Treinamento ou Gestão Esportiva será desenvolvida em formato híbrido, a partir do ambiente virtual de ensino e aprendizagem do Moodle, com possibilidade da presença dos estudantes nos campos de estágio obrigatório, que dependerá do aceite dos estudantes, professores da disciplina, responsáveis técnicos do campo de estágio, das diretrizes institucionais e da situação sanitária local decorrente da pandemia.

O controle da frequência dos alunos ocorrerá pelo acompanhamento e cumprimento da realização e conclusão das atividades e tarefas dentro do prazo estabelecido. Ao final do semestre, o aluno



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC – Brasil
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br



deverá obter 75% de frequência, sem possibilidade de recuperação de frequência. Caso o estudante opte por atuar no campo de estágio, será exigida a frequência de 100% da carga horária neste local durante a intervenção.

As videoaulas síncronas e assíncronas ocorrerão, *a priori*, na sala virtual do *BigBlueButton* da UFSC. Outra plataforma poderá ser utilizada caso necessário.

As datas de realização das videoaulas síncronas serão disponibilizadas no cronograma (Anexo), permitindo tempo hábil para organização discente. Serão disponibilizados vídeos, textos e slides no AVA para facilitar o processo de ensino-aprendizagem.

6. AVALIAÇÃO

A avaliação das atividades de estágios obrigatórios será feita pelo docente supervisor local da UFSC, que emitirá nota de zero a dez e comunicará ao Coordenador de Estágios do Departamento de Educação Física (Art. 16).

Na avaliação das atividades de estágios obrigatórios, além do relatório final de estágio, os professores supervisores do DEF/UFSC deverão levar em consideração: a avaliação do Profissional Supervisor do local de estágio; a participação (interesse, assiduidade, iniciativa, seriedade e pontualidade); a competência (boa fundamentação, criatividade, evolução/rendimento e competência técnica); e o relacionamento (respeito, confiança, solidariedade, trabalho participativo, relacionamento com a equipe e com participantes) (Art. 17).

A atribuição da nota será dividida entre as atividades executadas ao longo do semestre[§], conforme segue:

PESO	AVALIAÇÃO	PRAZO ENTREGA
10%	Plano de Trabalho do Estágio	07/11/2021
20%	Entrevista com treinadores do esporte	18/12/2021
20%	Periodização do Estudo de Caso	20/02/2022
40%	Estudo de Caso/Relatório final	15/03/2022
10%	Tarefas da disciplina.	Durante o semestre

[§]Pode sofrer alterações conforme necessidade da disciplina.

Recuperação: Conforme Art. 70 da Resolução 017/CUn/97, o aluno com frequência suficiente, quando necessário, terá direito a prova escrita com todo conteúdo programático desenvolvido no semestre, dentro do período de recuperação estipulado pelo Calendário Acadêmico da UFSC.



7. CRONOGRAMA PREVISTO

O cronograma semanal detalhado está anexado no Ambiente Virtual. O planejamento pode ser alterado caso necessário.

Datas	Conteúdos
Até 07/11/21	Definição do Campo de Estágio e Envio do Plano de Trabalho
25/10 a 21/11/21	Registro no SIARE
21/11/21	Prazo final para registro no SIARE
15/03/22	Seminário de apresentação final.

*Poderá haver alterações conforme necessidade da disciplina.

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

- BOMPA, T.O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. São Paulo: Phorte, 2002.
- DENADAI, B.S. Índices fisiológicos de avaliação aeróbia: conceitos e aplicação. Ribeirão Preto: B.S.D., 1999.
- McARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. **Fisiologia do Exercício - Energia, Nutrição e Desempenho Humano**, 8ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.
- POWERS, S.; HOWLEY, E. **Fisiologia do exercício. Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho**, 8ª ed. Barueri, SP: Manole, 2009.
- TUBINO, M.J.G. **Metodologia científica do treinamento desportivo**. São Paulo: Ibrasa, 1993.

8.1 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- DE LUCAS, R.; TURNES, T.; GUGLIELMO, L. Treinamento intervalado: aspectos conceituais e práticos. **Treinamento esportivo: um olhar multidisciplinar**, p. 29.
- OLIVEIRA, M. et al. Aspectos relacionados com a otimização do treinamento aeróbio para o alto rendimento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 16, n. 1, p. 61-66, 2010.
- ISSURIN V. B. New horizons for the methodology and physiology of training periodization. **Sports Medicine**. v. 40, n. 3, p. 189-206, 2010
- GOMES, A.C. **Treinamento desportivo: estruturação e periodização**. São Paulo: Artmed, 2002.
- LAURSEN, P.; BUCHHEIT, M. **Science and application of high-intensity interval training**. **Human Kinetics**, 2019.

9. CONSIDERAÇÃO FINAIS

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas não presenciais e realizadas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo Coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, à disciplina Estágio Supervisionado em Treinamento e Gestão Esportiva (DEF5814).

ANEXO

PLANEJAMENTO DAS ATIVIDADES – Estágio Supervisionado em Treinamento e Gestão Esportiva				
	DATA	ATIVIDADE	HORÁRIO	TAREFA
Semana 1 (15h/a)	De 25 a 31/10	Aula síncrona: Apresentação da disciplina no Ambiente Virtual de Aprendizagem – Moodle	26/10 18:30h	
		Videoaula assíncrona: Apresentação da Disciplina.	Horário Livre*	Tarefa: Preencher seu perfil no Moodle e Apresentar-se no Fórum da disciplina. Prazo limite: 01/11/21.
Semana 2 (15h/a)	De 01 a 07/11	Definição do campo de estágio e Elaboração do Plano de Trabalho	Horário Livre	Avaliação 1) Envio do Plano de Trabalho do Estágio. Prazo limite: 07/11/21.
Semana 3 (15h/a)	De 08 a 14/11	Coleta de Assinaturas do Termo de Compromisso de Estágio.	Horário Livre	
Semana 4 (15h/a)	De 15 a 21/11	Delineamento Experimental do Estudo de Caso.	Horário Livre	Prazo limite para entrega do TCE assinado: 20/11/21.
		Aula síncrona: Acompanhamento da Disciplina (A aula será gravada – assíncrona).	16/11 18:30h	Prazo Fechamento SIARE: 21/11/21
Semana 5 (10h/a)	De 22 a 28/11	Desenvolvimento do Estágio	Horário Livre	Tarefa) Envio Método e Avaliações do Estudo de Caso. Prazo limite: 29/11/21.
Semana 6 (10h/a)	De 29/11 a 05/12	Desenvolvimento do Estágio	Horário Livre	Avaliação 2) Entrevista com treinadores do esporte. Prazo limite: 18/12/21.
Semana 7 (10h/a)	De 06 a 12/12	Desenvolvimento do Estágio	Horário Livre	Tarefa) Envio do Plano de uma Sessão de Treino do Estudo de Caso. Prazo limite: 13/02/22.
Semana 8 (10h/a)	De 13 a 19/12	Desenvolvimento do Estágio	Horário Livre	

19/12/2021: Início do recesso escolar do segundo semestre letivo de 2021. **31/01/22:** Reinício do segundo semestre letivo de 2021.

Semana 9 (10h/a)	De 31/01 a 06/02	Desenvolvimento do Estágio Aula síncrona: Acompanhamento da Disciplina (A aula será gravada – assíncrona).	Horário Livre 01/02 18:30h	
Semana 10 (10h/a)	De 07 a 13/02	Desenvolvimento do Estágio	Horário Livre	
Semana 11 (10h/a)	De 14 a 20/02	Desenvolvimento do Estágio	Horário Livre	Avaliação 3) Entrega periodização do Estudo de Caso. Prazo limite: 20/02/22.
Semana 12 (10h/a)	De 21 a 27/02	Desenvolvimento do Estágio Aula síncrona: Acompanhamento da Disciplina (A aula será gravada – assíncrona).	Horário Livre 22/02 18:30h	
Semana 13 (10h/a)	De 28/02 a 06/03	Desenvolvimento do Estágio	Horário Livre	
Semana 14 (10h/a)	De 07 a 13/03	Desenvolvimento do Estágio Conclusão e apresentação final do Estudo de Caso.	Horário Livre	
Semana 15 (15h/a)	De 14 a 20/03	Aula síncrona: Seminário de Apresentação Final da Disciplina.	15/03 18:30h	Avaliação 4) Entrega Estudo de Caso. Prazo: 14/03/22 Apresentação Estudo de Caso. Prazo: 15/03/22.
Semana 16 (5h/a)	De 21 a 26/03	Exames de recuperação.	Horário Livre	
ENCERRAMENTO DO SEMESTRE				

*As datas podem sofrer alterações de acordo com o calendário acadêmico ou necessidades da disciplina.

** O cronograma pode sofrer alterações devido à realização do Estágio no formato híbrido (remoto + presencial).



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CDS - CENTRO DE DESPORTOS
DEF - DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Universitário - Trindade - 88040-900 - Florianópolis - SC
Fone: 48 3721 9462 – 3721 9062 – Fax: 3721 9368
E-mail: def@cds.ufsc.br e secretariadef@cds.ufsc.br



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021.2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.

Código: DEF 5815

Disciplina: Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida

Carga horária: 4 horas/aula semanais (72horas/aula, 18 horas/aula de PPCC)

Professor: Prof. Dra. Kelly Samara da Silva (ksilvajp@gmail.com)

Atendimento:

Terça-feira (16:00-17:00 horas) agendamento por e-mail.

1. EMENTA

Saúde e qualidade de vida no mundo contemporâneo. Estilo de vida e saúde: o Modelo do Pentágulo do Bem-estar. Evidências epidemiológicas da associação da atividade física regular com doenças e agravos não transmissíveis (DANT) e mortalidade por todas as causas. Recomendações para a prática de atividade física. Medidas da atividade física habitual. Programas de promoção da atividade física: individual, nas organizações (escolas, empresas) e na comunidade.

2. OBJETIVO GERAL

Compreender os as relações entre saúde, qualidade de vida, atividade física e os movimentos sinérgicos com as outras dimensões do estilo de vida nas diferentes populações e contextos.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

3.1 Conhecer as diversas abordagens e conceituações de Saúde, Estilo de Vida e Qualidade de vida.

3.2 Identificar e discutir os indicadores de qualidade de vida, particularmente aqueles referentes ao estilo de vida individual.

3.3 Reconhecer os tipos e domínios de atividades físicas e suas associações com aptidão cardiorrespiratória – comportamento sedentário – saúde / qualidade de vida.

3.4 Reconhecer a representação afetivo/emocional e sociocultural da atividade física.

3.5 Perceber as recomendações para a prática de atividade física e seus determinantes em diferentes grupos populacionais.

3.6 Reconhecer os processos de produção e promoção de mensagens para a promoção da atividade física.

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I – Saúde e qualidade de vida no mundo contemporâneo.

- A evolução do conceito de saúde e a percepção de qualidade de vida.
- Os indicadores de qualidade de vida, com foco no estilo de vida individual
- Estilo de vida e saúde: o Modelo do Pentágono do Bem-estar.
- O papel do profissional de Educação Física na promoção da saúde.

4.2 UNIDADE II – Atividade física: definição, história e representação social.

- Conceitos holístico e operacional da atividade física. Diferenças entre atividade física, exercício físico, aptidão física e comportamento sedentário.
- Tipos (a partir de parâmetros fisiológicos: volume e intensidade) e domínios (lazer, deslocamento, trabalho e doméstico) de atividade física.
- Dimensões afetivas, emocionais e sociocultural para prática de atividade física: valores, significados e padrões.

4.3 UNIDADE III – Atividade física: medidas, recomendações e determinantes.

- Medidas objetivas e subjetivas da atividade física
- Recomendações de atividade física: diretrizes da Organização Mundial da Saúde para diferentes grupos populacionais.
- Determinantes de prática: fatores facilitadores e que dificultam a adoção de atividade física em diferentes esferas (ambiental, interpessoal e individual).

4.4 UNIDADE IV – Promoção da atividade física.

- Compreensão de conceitos: diferenças entre prevenir, promover e tratar; de intervenções e de experimentos.
- Processos de produção e promoção de mensagens para a promoção da atividade física.

5. METODOLOGIA

Esta disciplina será oferecida em caráter remoto alternando momentos síncronos e momentos assíncronos (ver cronograma) e organizada na plataforma Moodle via UFSC. Os momentos síncronos serão organizados em plataformas que permitem organizar videoconferências, com interação em tempo real na relação professora e alunos. Os momentos assíncronos ocorrerão por meio de envio de materiais via Moodle (por exemplo, vídeo-aulas, slides, exercícios/questionários e textos de apoio) e realização de tarefas, não atrelados ao tempo real e/ou atual da disciplina, ou seja, professora e alunos não estarão conectados ao mesmo tempo. Como recursos serão disponibilizados textos, canais digitais e links em redes sociais para facilitar o aprendizado, quando possível.

Registro de Frequência: A aferição da frequência será atribuída de acordo com a realização e envio das tarefas nos momentos síncronos e a presença on-line nas aulas síncronas. O não cumprimento das atividades assíncronas nas datas previstas assim como a ausência nas aulas síncronas acarretará em faltas para o aluno.

6. AVALIAÇÃO

A avaliação será do tipo formativa e somativa, ou seja, ao final de cada atividade haverá uma nota atribuída às tarefas desenvolvidas. A nota final do semestre será resultado da soma das atividades, abaixo descritas:

Atividades assíncronas (10 tarefas) disponibilizadas via plataforma moodle: Equivalem a 50% da nota final. Envolve a visualização de vídeos, leitura de textos e resposta a questionários com conteúdos relativos à disciplina.

Seminário: Equivale a 50% da nota final. Abrange a apresentação audiovisual de uma temática específica da disciplina por cada grupo.

$$NOTA FINAL = ((tarefas \times 0,5) + (seminário \times 0,5))/10$$

7. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

Nahas, M.V. Atividade Física, saúde e Qualidade de Vida. Londrina, PR: Midiograf, 2010.

Carvalho, J. A. M.; Marega, M. Manual de atividades físicas para prevenção de doenças. Rio de Janeiro, Elsevier; Hospital Albert Einstein, 2012.

Del Duca, G. F.; Nahas, M. V. Atividade física e doenças crônicas: evidências e recomendações para um estilo de vida ativo. Londrina, PR: Midiograf, 2011.

Dishman, R. K.; Heath, G. W.; Lee, I-Min. Physical activity epidemiology. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2ª ed., 2012.

Florindo, A. A.; Hallal, P. C. Epidemiologia da atividade física. São Paulo, Editora Atheneu, 2011.

Matias, T.S. Motivação, atividade física e mudança de comportamento: teoria e prática. Curitiba, PR: Appris, 2019.

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

WHO (World Health Organization). Interventions on diet and physical activity: what works: summary report. Geneva, Switzerland, 2009.

WHO (World Health Organization). Global Recommendations on Physical Activity for Health. Geneva, Switzerland, 2010.

9. CRONOGRAMA DE AULAS

Data	Aula	C/H	Conteúdo	Estratégia
26/10	Síncrona	2	Apresentação da disciplina e do plano de ensino.	Videoconferência
28/10	-	-	Feriado (Dia do Servidor Público)	
02/11	-	-	Feriado (Finados)	
04/11	Assíncrona	2	U1 - A evolução do conceito de saúde. Tarefa 1. Leitura e análise do texto e dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
09/11	Síncrona	2	U1 - Qualidade de vida e seus indicadores.	Videoconferência
11/11	Assíncrona	4	Preenchimento e entrega do WHOQOL. Tarefa 2. Envio do WHOQOL.	Postagem no moodle
16/11	Assíncrona	2	U1 - Estilo de vida e saúde. Tarefa 3. Leitura e análise do texto e dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
18/11	Assíncrona	2	U1 - O papel do profissional de Educação Física na promoção da saúde Tarefa 4. Leitura e análise dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
23/11	Assíncrona	2	U2 - Conceito clássico e holístico de AF. Tarefa 5. Leitura e análise do texto e dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
25/11	Assíncrona	4	U2 - Diferenças entre AF, exercício físico, aptidão física e comportamento sedentário. Tarefa 6. Leitura e análise do texto e dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
30/11	Síncrona	2	U2 - Revisão geral de conceitos e tipos de AF	Videoconferência
02/12	Assíncrona	4	U2 - Domínios (lazer, deslocamento, trabalho e doméstico) de AF Tarefa 7. Leitura e análise do texto e dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
07/12	Assíncrona	4	U2 - Epidemiologia da AF: suas evidências ao longo dos anos.	Vídeo aula
09/12	Assíncrona	2	U2 - Epidemiologia da AF: suas evidências ao longo dos anos. Tarefa 8. Síntese da videoaula.	Postagem no moodle
14/12	Assíncrona	2	U2 – Atividade Física e as dimensões afetivas/emocionais Tarefa 9. Leitura e análise do texto e dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
16/12	Assíncrona	2	U2 – Atividade Física e as dimensões socioculturais Tarefa 10. Leitura e análise do texto e dos slides disponibilizados.	Postagem no moodle
01/02	Síncrona	2	U3 – Recomendação de Atividade Física para População Brasileira	Videoconferência
03/02	Assíncrona	2	U3 - Recomendações de AF e CS: diretrizes da Organização Mundial da Saúde para diferentes grupos populacionais.	Postagem no moodle
08/02	Síncrona	2	U3 - Determinantes da prática: fatores facilitadores e que dificultam a adoção de AF em diferentes esferas.	Videoconferência
10/02	Assíncrona	2	U4 - Compreensão de conceitos: diferenças entre prevenir, promover e tratar	Postagem no moodle
15/02	Assíncrona	2	U4 - Programas de promoção da AF em diferentes contextos e grupos populacionais	Postagem no moodle
17/02	Assíncrona	4	Organização do Seminário	Reunião dos grupos
22/02	Assíncrona	4	Organização do Seminário	Reunião dos grupos
24/02	Assíncrona	4	Organização do Seminário	Reunião dos grupos
01/03	-	-	Feriado (Carnaval)	
03/03	Assíncrona	2	Organização do Seminário	Reunião dos grupos
08/03	Síncrona	2	Seminário	Videoconferência
10/03	Síncrona	2	Seminário	Videoconferência
15/03	Síncrona	2	Seminário	Videoconferência
17/03	Assíncrona	2	Encerramento da disciplina	Divulgação das notas
22/03	Síncrona	2	Recuperação	Videoconferência
24/03	Assíncrona	2	Encerramento da disciplina	Divulgação das notas



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário - Trindade
88040-900 - Florianópolis - SC - Brasil
Fones: (048) 3721-9462 - Fax (048) 3721-9927

Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO

DEF5817

Disciplina: **Envelhecimento, Atividade Física e Saúde**

Carga Horária: **03 créditos (h/a semana) - 54 h/a.** (36 teórico-práticos até 18 PPCC).

Pré-requisitos:

Professora: **Tânia Rosane Bertoldo Benedetti**

Telefone: **37218564** E-mail: tania.benedetti@ufsc.br

Estágio de Docência (Monitor):

E-mail

Atendimento: **agendar por e-mail.**

Horário Atendimento Professora: **terças a tarde - agendar por e-mail.**

1 EMENTA

Envelhecimento humano: definições, teorias, aspectos demográficos e biopsicossociais. Envelhecimento, atividade física e qualidade de vida. Programas de atividade física na promoção da saúde de idosos. Testes e exercícios físicos em programas de atividade física para idosos. Motivação para prática de atividades físicas em idades avançadas.

2 OBJETIVO GERAL

- Contribuir para a formação do Bacharel em Educação Física, para que possa atuar com idosos na área gerontológica, por meio do processo de ensino-aprendizagem de atividades físicas.

3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Contextualizar os aspectos demográficos do envelhecimento no Brasil e no mundo;
- Destacar as definições de envelhecimento (cronológico, biológico, funcional, intelectual e social);
- Apresentar as principais terminologias relacionadas ao envelhecimento;
- Verificar as modificações nos aspectos biopsicossociais com o processo de envelhecimento;
- Estudar as doenças mais comuns no processo de envelhecimento;
- Apresentar classificações das Atividades da Vida Diária (AVD's);
- Apresentar as capacidades físicas que devem ser trabalhadas com idosos;
- Ministrará uma aula prática para idosos;

- Discutir modalidades e programas de atividades físicas para idosos;
- Planejar, elaborar e estruturar exercícios físicos para idosos nos diferentes contextos;
- Apresentar baterias de testes ou testes específicos que mensuram a aptidão física e funcional do idoso.

4 CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1 UNIDADE I - Introdução ao Envelhecimento (03 aulas)

1. Aspectos demográficos do envelhecimento no Brasil e no mundo;

4.2 UNIDADE II – O Processo do Envelhecimento (09 aulas)

1. Definições de envelhecimento (cronológico, biológico, funcional, intelectual e social);
2. Principais terminologias relacionadas ao envelhecimento;
3. Alterações nos aspectos biopsicossociais associados ao processo de envelhecimento;
4. Doenças mais comuns no processo de envelhecimento, apresentação de seminários.

4.3 UNIDADE III – Atividade física para os Idosos (42 aulas)

1. Classificações das Atividades da Vida Diária (AVD's);
2. Modalidades de atividade física para idosos;
3. Aspectos metodológicos do trabalho com idosos;
4. Objetivos dos programas de atividade física para os idosos;
5. Testes e avaliação da capacidade física e funcional dos idosos.
6. Bateria de testes para idosos

5. METODOLOGIA: Toda a semana teremos uma aula síncronas por uma hora.

Aulas síncronas

Em todas as semanas terá uma hora síncrona para apresentar e discutir os temas enviados.

Nas aulas assíncronas

Recurso multimídia (apresentação em *power point vídeos/filmes*).

Montar uma aula prática para idosos a ser ministrado na segunda ou quarta via online para os idosos.

Todas as atividades poderão ser agendadas via moodle para serem discutidas individualmente.

As aulas abaixo serão distribuídas nas semanas por meio de vídeos. Cada semana sera enviado um vídeo específico sobre as aulas.

Aulas práticas que serão enviadas para serem assistidas (não serão enviadas nesta sequência):

1. Yoga
2. Atividade funcional
3. Liang gong
4. Pilattes
5. Força
6. Incontinência urinária
7. Dança
8. Ginástica

9. Alongamento
10. Relaxamento
11. Aquecimento

Frequência: a frequência dos alunos será pelo acesso ao moodle dos materiais disponibilizados e nas aulas síncronas pela presença na aula.

6. AVALIAÇÃO

Serão realizadas as seguintes avaliações.

1ª) Aula Prática (peso: 2,0 pontos) – Ministrará uma aula prática para os idosos online (35 – 40 minutos)

2ª) Prova (Peso: 1,0 pontos) – Será aplicada uma prova via moodle. O conteúdo da Gerontologia (1,0 pontos).

3ª) Prova (Peso: 3,0 pontos) – Será aplicada uma prova oral. O conteúdo da Gerontologia e da Atividade Física para idosos (3,0 pontos).

4ª) Apresentar e entregar o estudo de caso (peso: 4,0 pontos) - Apenas no dia postado no moodle.

Apresentar e entregar o estudo de caso– identificação do idoso; condições de saúde, capacidade funcional; nível de atividade física; avaliação do idoso e prescrição de exercício.

Para quem não convive com idosos e não tem condições de fazer os testes serão enviados testes dos idosos do projeto de atividade física da UFSC e será passado o contato do idoso (previamente acertado) para que sejam realizadas as outras etapas do projeto via telefone ou WhatsApp.

O trabalho será apresentado em três etapas.

1. Etapa

INTRODUÇÃO, OBJETIVO E ANAMNESE (1,0 ponto):

Introdução: A individualidade dos idosos sempre deverá ser levada em consideração quando da prescrição de exercícios físicos para os diferentes níveis de independência.

Portanto, avaliar os idosos é de primordial importância para uma boa prescrição de exercícios.

Objetivo: Avaliar e analisar as características de um idoso e prescrever adequadamente um programa de exercícios físicos.

Aplicar a Anamnese ao idoso

1. Quem é o idoso? Características socioeconômicas (idade, sexo, estado civil, escolaridade, renda).
2. Condições de saúde? (doenças, nº de medicamentos, nº de consultas no primeiro semestre do ano, nº quedas no ano, dentre outros).
3. Participação social? Participa de grupos (convivência, social, recreação, aposentados, etc)?
4. Qual o nível de AVD que o idoso está classificado.

2 Etapa

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS (2,0 pontos):

1. Quais os instrumentos que você vai aplicar? Por quê? Instrumentos (escalas das atividades da vida diária, baterias de testes físicos, medidas antropométricas, dentre outros).
2. Qual o nível de atividade física? Aplicar algum instrumento que mensura qual o nível.
3. Identificar barreiras e facilitadores para a prática de AF? Modalidade que deseja praticar ou que pratica, e por que não praticam? Aspectos positivos da prática, dentre outros.
4. Descrever quais as escalas e/ou teste utilizados e como foi realizada a sua aplicação e porque foram aplicadas as escalas escolhidas.

APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS (1,0 ponto): Descrever os principais resultados encontrados.

ANÁLISE DOS RESULTADOS (1,5 pontos): Analisar os resultados encontrados demonstrando onde que estão os problemas que deverão ser trabalhados.

3 Etapa

PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS (2,0 pontos): A partir de todos os dados encontrados qual a prescrição mais adequada?

CONSIDERAÇÕES FINAIS (1,0 ponto): Principais conclusões a partir dos resultados. Sugestões e recomendações para o idoso participante do estudo. Prescrever um programa de exercício físico, respeitando as características físicas (de acordo com o nível funcional) e interesses do idoso. A prescrição deve verificar todos os aspectos dos idosos e deve ser realizada nos mínimos detalhes. Ex. trabalho de força, quantas vezes, porque, etc.

BIBLIOGRAFIA UTILIZADA (0,5 ponto).

APRESENTAÇÃO EM VIDEO E/OU POWER POINT – 10 MINUTOS TOTAL (1,0 ponto).

7 RECUPERAÇÃO

Quando necessário será realizada uma prova escrita com todo conteúdo programático, dentro do período de recuperação estipulado pelo calendário da UFSC.

*As horas de Práticas Pedagógicas como Componentes Curriculares (PPCC) serão cumpridas com a participação de aulas online para idosos que estão sendo ministradas. Horários a ser divulgados.

8 CRONOGRAMA

SEMANA	CONTEÚDOS
Outubro	
25	<p>Apresentação e estruturação do novo Plano de ensino Revisão do conteúdo anterior Demografia e epidemiologia <i>Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2017: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico, 2017.</i> Definições de envelhecimento (cronológico, biológico, funcional, intelectual e social). Principais terminologias relacionadas ao envelhecimento.</p> <p><i>Capítulo: Envelhecimento humano: definições e terminologias. Mazo, G.Z.; Lopes, M.A. e Benedetti, Tânia B. Atividade física e o idoso: concepção gerontológica. Porto Alegre: Sulina, 2009.</i> Vídeo sobre envelhecimento</p>
Novembro	
09	<p>Alterações nos aspectos biopsicossociais associados ao processo de envelhecimento. Aula e um vídeo - documentário <i>Capítulo: Aspectos biopsicossociais do envelhecimento humano. Mazo, G.Z.; Lopes, M.A. e Benedetti, Tânia B. Atividade física e o idoso: concepção gerontológica. Porto Alegre: Sulina, 2009.</i></p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte inicial da aula – aquecimento</p>
16	<p>Doenças mais comuns no processo de envelhecimento. 5 Is e Incontinência urinária</p> <p><i>Capítulo: Doenças mais comuns no envelhecimento. Mazo, G.Z.; Lopes, M.A. e Benedetti, Tânia B. Atividade física e o idoso: concepção gerontológica. Porto Alegre: Sulina, 2009.</i></p> <p>Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2015: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico, 2014.</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte alongamento da aula –</p>
23	<p>Classificações das Atividades da Vida Diária (AVD's). Níveis 1 – 5 e dependências.</p> <p><i>Capítulo. Capacidade Funcional. Mazo, G.Z.; Lopes, M.A. e Benedetti, Tânia B. Atividade física e o idoso: concepção gerontológica. Porto Alegre: Sulina, 2009.</i></p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – força MS</p>
30	<p>Escalas para mensurar o nível de AF (questionários, pedômetros, acelerômetros).</p> <p>Apresentar escalas que podem ser aplicadas. Escalas para mensuras outras variáveis (MEEM, GDS, WHOQOL-OLD, etc.)</p>

	<p>Mazo, G.Z.; Benedetti, T. R. Adaptação do questionário internacional de atividade física para idosos. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum. 2010, 12(6): 480-484.</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – força MI</p>
Dezembro	
07	<p>Testes físicos sobre avaliação da capacidade física e funcional dos idosos – Bateria AAHPERD e Fullerton Test.</p> <p>Osness WH, et al. Functional Fitness Assessment for Adults Over 60 Years. The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAHPERD). Association for Research, Administration, Professional Councils, and Societies. Council on Aging and Adult Development.1990.</p> <p>Rikli, R. E. & Jones, J. J. (1999). Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. Journal of Aging and Physical Activity, 7:129-161</p> <p>Rikli, R. E. & Jones, J. J. (1999). Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. Journal of Aging and Physical Activity, 7:129-161</p> <p>Aula prática – montagem dos testes</p>
14	<p>Qualidades físicas a ser trabalhado com idosos</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – modalidades</p> <p>*Entrega da primeira etapa do trabalho</p>
Fevereiro	
01	<p>Cuidados e modalidades de atividade física para idosos. Aspectos metodológicos teóricos e práticos do trabalho com idosos.</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – liang gong e yoga</p>
08	<p>Conhecer as diferentes aulas: Hidroginástica; Ginástica; Musculação; Parkinson, Vôlei Adaptado (câmbio); Handebol; Bocha; entre outras</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – modalidades</p> <p>*Entrega da segunda etapa do trabalho</p>
15	<p>Objetivos dos programas de atividade física para os idosos – Envelhecimento Ativo (OMS, 2002) – Cidade Amiga do Idoso (OMS) – NASF – Floripa Ativa – Curitiba Ativa – Academia da Cidade.</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – modalidades</p>
22	<p>Prova</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – modalidades</p>
Marco	

01	<p>Apresentação vídeo de prescrição de AF a partir dos estudos de caso. Cada aluno deverá gravar um vídeo de no mínimo 4 e no máximo 5 minutos, mostrando a prescrição de atividade física no idoso que está acompanhando ao longo do semestre. A escolha da atividade física deverá acontecer baseada na anamnese e nos testes aplicados anteriormente. Ao longo do vídeo o aluno deve justificar o porque da escolha dos exercícios escolhidos (com base em todos os instrumentos que foram aplicados), essa justificativa também deve ser entregue por escrito.</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – modalidades</p>
08	<p>Apresentação vídeo de prescrição de AF a partir dos estudos de caso. Cada aluno deverá gravar um vídeo de no mínimo 4 e no máximo 5 minutos, mostrando a prescrição de atividade física no idoso que está acompanhando ao longo do semestre. A escolha da atividade física deverá acontecer baseada na anamnese e nos testes aplicados anteriormente. Ao longo do vídeo o aluno deve justificar o porque da escolha dos exercícios escolhidos (com base em todos os instrumentos que foram aplicados), essa justificativa também deve ser entregue por escrito.</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – modalidades *Entrega da terceira etapa do estudo.</p>
15	<p>Apresentação vídeo de prescrição de AF a partir dos estudos de caso. Cada aluno deverá gravar um vídeo de no mínimo 4 e no máximo 5 minutos, mostrando a prescrição de atividade física no idoso que está acompanhando ao longo do semestre. A escolha da atividade física deverá acontecer baseada na anamnese e nos testes aplicados anteriormente. Ao longo do vídeo o aluno deve justificar o porque da escolha dos exercícios escolhidos (com base em todos os instrumentos que foram aplicados), essa justificativa também deve ser entregue por escrito.</p> <p>Aula prática – vídeo sobre parte da aula – modalidades</p>
22	Fechamento da disciplina e recuperação

9 BIBLIOGRAFIA BÁSICA

Freitas, E.V.; PY, L.; Neri, A.L.; Cançado, F.A.X.; Gorzoni, M.L.; Rocha, S. M. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

Mazo, G.Z.; Lopes, M.A. e Benedetti, Tânia B. **Atividade física e o idoso**; concepção gerontológica. Porto Alegre: Sulina, 2009.

Chodzko-Zajko, Wojtek J.; Proctor, David N.; Singh, Maria A. Fiatarone; Minson, Christopher T.; Nigg, Claudio R.; Salem, George J.; Skinner, James S. Exercise and Physical Activity for Older Adults. American College of Sports Medicine. Position stand. Medicine & Science in Sports & Exercise. 41 (7): 1510-1530, 2009.

8 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Brasil, Ministério da Saúde. VIGILÂNCIA DE FATORES DE RISCO E PROTEÇÃO PARA DOENÇAS CRÔNICAS POR INQUÉRITO TELEFÔNICO – VIGITEL. Brasília, DF · 2018. 171p.

Brasil, Ministério da Saúde. Lei n. 10.741 de 01 de outubro de 2003. Estatuto do Idoso. Luís Inácio Lula da Silva. Disponível em <http://www.senado.gov.br/web/relatorios/destaques/2003057rf.pdf>

Classificação Internacional de Doenças – CID/10. Disponível em: <http://www.datasus.gov.br/cid10/webhelp/cid10.htm>

IBGE, 2011. **Censo 2010**. Brasil, 2011.

Revista española de geriatría y gerontología. **II Asamblea mundial sobre el envejecimiento**, v.37, supl.2, 2002, 122p.

Shephard, R.J. **Envelhecimento, atividade física e saúde**. SP: Phorte, 2003.

ANEXO I

Horários - Universidade para idosos – aulas online

Ginástica:

Manhã – terça-feira: 8h30min às 9h30min.

Tarde – Quarta-feira: 14:30h às 15h30min



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS**

COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE

CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC TELEFONE Fones: (048)

3721-9462 - Fax (048) 3721-9927

www.portalcds.ufsc.br

Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO 2021.2

Curso: Bacharelado em Educação Física

Turma: 07444 A/B

Disciplina: DEF 5819 - Estágio Supervisionado em Atividade Física e Saúde

Fase: 7ª fase

Carga horária: 180h/a

Pré-requisitos: DEF 5815, DEF 5816, DEF 5817, DEF 5818

Professores:

Turma 07444A

Kelly Samara da Silva - kelly.samara@ufsc.br

Jucemar Benedet – jucemar.benedet@ufsc.br

Turma 07444B

Cassiano Ricardo Rech - cassiano.rech@ufsc.br

Tânia R. B. Benedetti - tania.benedetti@ufsc.br

** O atendimento ao aluno será realizado de forma on-line com agendamento por e-mail.*

EMENTA:

Estágio de prática profissional em Educação Física, sob orientação e supervisão docente, em instituições e/ou programas de atividades físicas relacionadas à saúde. Planejamento, atuação nas atividades e relatório de estágio.

OBJETIVO GERAL:

Observar, orientar e ministrar atividade física por meio de atividades individualizadas e em grupo, nos diferentes campos de ação do estágio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Acompanhar as atividades síncronas desenvolvidas para a comunidade, com a presença do preceptor, de forma remota ou presencial.
- Acessar e elaborar resenhas de documentos e vídeos que relatam a história da saúde pública no Brasil e a construção do Sistema único de Saúde (SUS);
- Ler e descrever conceitos e princípios de promoção da saúde a partir da Política Nacional de Promoção da Saúde;
- Ler e discutir o Guia de Atividade Física para a população brasileira;
- Compreender como o SUS se organiza e como ocorre a territorialização e o matriciamento;

- Discutir o papel do Profissional de Educação Física na Saúde Pública, a partir de debates com profissionais que atuam no serviço;
- Planejar e ministrar uma aula de atividade física, em conjunto com o supervisor, para a comunidade, de forma remota ou presencial.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

1. História da Saúde Pública no Brasil e no mundo;
2. ABC do SUS: doutrinas e princípios;
3. Política Nacional de Promoção da Saúde;
4. Guia de Atividade Física para a população brasileira;
5. Papel do estagiário e do profissional de Educação Física.

METODOLOGIA DE ENSINO:

- A disciplina será trabalhada via ensino remoto com atividades síncronas e assíncronas (ver cronograma). Além dessa modalidade, o aluno poderá optar em realizar o seu estágio de forma híbrida, ou seja, com um percentual de sua carga horária destinada às atividades presenciais no campo de estágio, com acompanhamento do preceptor.
- Atividades síncronas serão desenvolvidas por meio de ferramentas de web conferência, com interação em tempo real entre professores, alunos e preceptores.
- Atividades assíncronas acontecerão por meio do envio de materiais via Moodle (vídeo-aulas, slides e textos de apoio), para realização de tarefas e trabalhos.
- Atividades presenciais serão realizadas de acordo com a Resolução nº 140 da UFSC, a qual será apresentada previamente aos alunos.

AVALIAÇÃO:

A avaliação será do tipo formativa e somativa, ou seja, ao final de cada atividade haverá uma nota atribuída às tarefas desenvolvidas. A nota final do semestre será resultado da soma das atividades, abaixo descritas:

- Realização da síntese das atividades síncronas (Peso 3,0): consiste na soma das notas de cada atividade dividida pelo número de atividades propostas.
- Tarefas assíncronas disponibilizadas via plataforma *moodle* (Peso 3,0): consiste na soma das notas de cada atividade dividida pelo número de atividades previstas. Para os alunos que optarem em realizar o seu estágio no modelo híbrido, será necessário entregar apenas metade das tarefas assíncronas, as quais estão destacadas em negrito no cronograma abaixo.
- Preparação do plano de aula (Peso 2,0): serão considerados o plano (1,0) e a aula ministrada (1,0).
- Avaliação por parte das preceptoras (Peso 2,0).

FREQUÊNCIA:

Nas aulas assíncronas a frequência será computada a partir da entrega das tarefas e no caso das aulas síncronas com a participação efetiva das atividades on-line com os docentes da UFSC e com o preceptor nos campos de estágio. No ensino híbrido a presença será computada pela presença no campo de estágio e pela entrega das tarefas.

Observações:

- *Todas as atividades pedagógicas serão disponibilizadas na Plataforma Moodle e deverão ser entregues nos prazos determinados no Cronograma.*
- *Os alunos que optarem integralmente pelo ensino remoto, deverão cumprir 10 horas da carga horária de estágio vinculado ao acompanhamento das atividades on-line junto ao preceptor (10 horas) e a entrega das tarefas assíncronas na totalidade (o aluno que deixar de entregar duas ou mais tarefas no prazo estipulado estará reprovado na disciplina).*
- *Os alunos que optarem pelo ensino híbrido, deverão cumprir pelo menos 10 horas da carga horária de estágio vinculado ao acompanhamento das atividades presenciais junto ao preceptor e a entrega de apenas metade das tarefas assíncronas, as quais estão destacadas em negrito no cronograma abaixo.*

BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Diretrizes do NASF: Núcleo de Apoio a Saúde da Família.** (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Cadernos de Atenção Básica n.27). Brasília: Ministério da Saúde, 2009. Versão preliminar. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_atencao_basica_diretrizes_nasf.pdf

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**, 3ª ed. (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Série Pactos pela Saúde 2006; v. 7) Brasília: Ministério da Saúde, 2010. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

CAMPOS, G. W. S.; DOMITTI, A. C. Apoio matricial e equipe de referência: uma metodologia para gestão do trabalho interdisciplinar em saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 2, n. 23, p. 399-407, 2007.

MALTA D. C., et al. A política nacional de promoção da saúde e a agenda da atividade física no contexto do SUS. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.18, n. 1, p. 79-86, 2009.

MALTA, D. C. et al. A promoção de saúde e da atividade física no Sistema Único de Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.13, n.1, p. 24-27, 2008.

MALTA, D. C. et al. Política Nacional de Promoção da Saúde, descrição da implementação do eixo atividade física e práticas corporais, 2006 a 2014. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.19, n.3, p. 286-299, 2014.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Estratégia global de Organização Mundial de Saúde para alimentação saudável, atividade física e saúde**, 2004. Disponível em: <<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/ebPortugues.pdf>> (tradução não oficial) A versão original está disponível em: <<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/globalDocument.pdf>>.

SIQUEIRA, F. V. et al. Aconselhamento para a prática de atividade física como estratégia de educação à saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 1, p. 203-213, 2009.

CRONOGRAMA ENSINO REMOTO:

Semanas	Período	Estratégia	C/H	Atividades
1	24/10 a 30/10	Atividade Síncrona	12	Reunião geral dos docentes da UFSC com os Preceptores (Data: conforme disponibilidade.) <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
2	31/10 a 06/11	Atividade Síncrona	12	Reunião geral com os estagiários – apresentação do plano da disciplina. Orientações para preenchimento do SIARE. Distribuição dos locais de estágio. (Data: 03/11 – 18h30min.) <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
3	07/11 a 13/11	Atividade Assíncrona	10	Contatar o profissional do campo de estágio. Fazer o SIARE.
4	14/11 a 20/11	Atividade Assíncrona	10	SICKO SOS Saúde https://www.youtube.com/watch?v=VoBleMNAwUg Tarefa 1: Preparar uma síntese do documentário – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 20/11.
5	21/11 a 27/11	Atividade Síncrona	12	Tema: Territorialização na Atenção Primária à Saúde. Encontro: 24/11 (Quarta-feira) Tarefa 2: Sintetizar o tema abordado durante a atividade síncrona – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 27/11. Responsável: Cassiano Rech <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
6	28/11 a 04/12	Atividade Assíncrona	10	Leitura do texto sobre a Política Nacional de Promoção da Saúde. Texto disponível na Plataforma Moodle. Tarefa 3: Preparar uma síntese do documento – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 04/12.
7	05/12 a 11/12	Atividade Síncrona	12	Tema: O papel do Profissional de Educação Física na Saúde Pública. Encontro: 08/12 (Quarta-feira) Tarefa 4: Sintetizar o tema abordado durante a atividade síncrona – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 11/12. Responsável: Jucemar Benedet <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
8	12/12 a 18/12	Atividade Assíncrona	10	Leitura do texto e assistir ao vídeo sobre Matriciamento na Atenção Primária à Saúde. Texto disponível na Plataforma Moodle. Tarefa 5: Preparar uma síntese do texto – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 18/12.
	19/12 a 30/01	Recesso escolar		
9	30/01 a 05/02	Atividade Síncrona	12	Encontro: 02/02 (quarta feira). Organização e recomeço das atividades de estágio. Responsável: Professores do estágio <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
10	06/02 a 12/02	Atividade Síncrona	12	Tema: Guia Brasileiro de Atividade Física. Encontro: 09/02 (Quarta-feira) Tarefa 6: Sintetizar o tema abordado durante a atividade síncrona – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 12/02. Responsável: Kelly Samara <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
11	13/02 a 19/02	Atividade Assíncrona	10	Leitura do texto sobre Ação Global para Atividade Física 2018-2030 da OMS. Texto disponível na Plataforma Moodle. Tarefa 7: Preparar uma síntese do texto – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 19/02.
12	20/02 a 26/02	Atividade Síncrona	12	Tema: Práticas Exitosas em Atividade Física no Sistema Único de Saúde. Encontro: 23/02 (Quarta-feira) Tarefa 8: Sintetizar o tema abordado durante a atividade síncrona – máximo uma lauda. Envio via Moodle até dia 26/02. Responsável: Tânia Benedetti

Semanas	Período	Estratégia	C/H	Atividades
				<i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
13	27/02 a 05/03	Atividade Assíncrona	12	Atividades de Campo de Estágio
14	06/03 a 12/03	Atividade Assíncrona	12	Atividades de Campo de Estágio
15	13/03 a 19/03	Atividade Síncrona	12	Realização de atividade via sistema remoto - Web conferência – avaliação das atividades de estágio. Encontro: 16/03 (Quarta-feira) – 18h30min. <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>
16	20/03 a 26/03	Atividade Assíncrona	10	Período de recuperação, fechamento das notas e atividades pendentes. <i>Via Plataforma Moodle – Web conferência – google meet</i>

A carga horária total do estágio é de 180 horas/aula.

O Cronograma do ensino híbrido será organizado no início do semestre e disponibilizado previamente aos alunos.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campus Univ. - Trindade 88.040-900 – Fpolis/SC - Brasil
Fone: 48.3721-9462 - Fax: 48.3721-9368 / E-mail: def@cds.ufsc



Curso: Bacharelado em Educação Física

PLANO DE ENSINO - DEF 5807 - Bach. 2021/2

Código: DEF 5807 – Turma 03444 - Bach.

Disciplina: FUNDAMENTOS SÓCIO-ANTROPOLÓGICOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Carga Horária: 54 h/aula - 3 créditos teóricos - **Pré-requisito(s):** sem pré-requisitos

Professor[a]: Paulo Ricardo do Canto Capela - E-mail: pcapelasc@gmail.com

Educação Física e humanidades. Concepções antropológicas na cultura do movimento humano. Constituição e significado da Educação Física: dimensão socioantropológica do Esporte. Dimensão política da socialização na Educação Física e nos Esportes.

2. OBJETIVO GERAL

Oferecer aos estudantes a oportunidade de estudar e analisar criticamente alguns pressupostos teóricos das ciências humanas e sociais, relacionando-os aos conhecimentos teórico-práticos da Educação Física e Esportes.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 3.1. Conhecer as aproximações com a história da evolução do conhecimento com relação às questões humanas e sociais;
- 3.2. Distinguir abordagens/conceitos sócio-antropológicos relativos à existência humana;
- 3.3. Perceber o paralelo entre ciências da natureza e ciências humanas e sociais;
- 3.4. Conhecer as ciências humanas e sociais na Educação Física e Esporte com especial atenção às temáticas do Corpo e Movimento Humano;

4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

4.1. UNIDADE I – Conhecimento do conceito de cultura e as intervenções na Educação Física: interações, interfaces, tensões.

4.2. UNIDADE II – Métodos de ensino em Educação Física nos diversos campos de atuação profissional: concepção de Movimento Humano, corporeidade, ciência, práticas pedagógicas e possibilidades de sínteses superadoras (pensar o ensino da Educação Física a partir das ciências Sociais e Humanas- Fundamentos Sócio-antropológicos da Educação Física-).

4.3. UNIDADE III – Os diversos campos de atuação profissional do bacharel como produtor e transmissor de cultura: normas, rotinas e o cotidiano de ambientes educacionais de atuação do bacharel.

4.4. UNIDADE IV - (re)conhecendo os campos de atuação do bacharel em Educação Física: observações de campo (se já for possível) e/ou análise de relatórios de estágio Supervisionado.

5- METODOLOGIA:

Aulas serão expositivo-dialogadas por meio de **sistema remoto**; pesquisas sobre temáticas dos textos e artigos serão realizadas pelos estudantes via **internet em plataformas de busca**; estudo e discussão de textos por meio de **sistema remoto**; trabalhos individuais e/ou coletivos enviados via **sistema remoto**; e seminário final de apresentação de módulos de intervenção e/ou resenhas por meio de **sistema remoto**.

6. AVALIAÇÃO

- Apresentação individual de breve pesquisa temática [**c/multimídia**] (forma assíncrona) por meio de **sistema remoto**;
- Busca de artigos científicos [1//2], com apresentação oral (formas síncrona e assíncrona) por meio de **vídeo-conferência**;
- Tarefas escritas e avaliações com consulta - consulta aos textos enviados, com questões objetivas e discursivas (forma assíncrona), por meio do **sistema remoto**;
- Presença às **vídeo-conferências (forma síncrona)**; e
- Seminário de apresentação de trabalho final da disciplina (forma síncrona) por meio de **vídeo-aulas**.

Procedimento	condição	valor
Participação, frequência e interesse.	Individual	30% da avaliação final
Entrega dos trabalhos parciais em dia e com qualidade.	Individual e coletivo	30% da avaliação final
Trabalho final (proposta de intervenção); autoavaliação e avaliação final do semestre	Individual e em pequenos grupos	40% da avaliação final

7- CRONOGRAMA:

ATIVIDADE	CONTEÚDO	Nº H/A
UNIDADE I	Conceito de ciência, cultura, senso comum, sabedoria e as inter-relações, interações, interfaces, tensões na Educação Física	12
UNIDADE II	Estudo do Movimento humano e da corporeidade em suas várias concepções científicas	12
UNIDADE III	Os campos de atuação profissional do bacharel em Educação Física e esportes e a produção e transmissão de cultura: normas, rotinas e comportamentos socioantropológicos. Seminário dos Estudos socioantropológicos de temas específicos dos acadêmicos	24
UNIDADE IV	Seminário dos trabalhos finais da disciplina	06

8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA: OBS.: O professor fornecerá aos estudantes os capítulos/artigos digitalizados via sistema moodle.

Gadotti, Moacir. **Pedagogia da práxis**. São Paulo Cortez: Instituto Paulo freire, 1995.

Coletivo de Autores. **Metodologia de ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

Kunz, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí:Unijuí, 1994.

Hildebrandt-Stramann, Reiner. **Textos pedagógicos sobre o ensino da educação física**. Ijuí:Unijuí, 2001.

Nahas, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. Londrina: Midiograf, 2003.

8.1. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR: OBS.: O professor fornecerá aos estudantes os capítulos/artigos digitalizados via sistema moodle.

ALVES, Rubem. Educação dos sentidos e mais..Campinas/SP: Venus Editora, 2011.

ALVES, Rubem. O amor que acende a lua. Campinas/SP: Papírus, 2011. 11 edição

ALVES, Rubem. Filosofia da ciência: introdução ao jogo e as sua regras. São Paulo: Loyola, 2000.

ASSMANN, Hugo. Paradigmas educacionais e corporeidade. Piracicaba: UNIMEP, 1993.

BERTAZZO, Ivaldo. Corpo cidadão: identidade, autonomia do Movimento. São Paulo: SESI, 1996.

BRACHT, Valter. Sociologia do esporte: uma introdução. Ijuí:Unijuí, 2005.

BRACHT, Valter. Educação Física, ciência: cenas de um casamento (in) feliz. Ijuí:Unijuí, 1999.

BRACHT, Valter. Pesquisa em ação: educação física na escola. Ijuí:Unijuí, 2003.

BRANDÃO, Maria Regina Ferreira, et all (ORGs). Coleção psicologia do esporte e do exercício: futebol, psicologia e a produção de conhecimento. São Paulo: Editora Atheneu, 2008. Vol. 3

CARDOSO, Sérgio et all. Os sentidos da paixão. São Paulo: Companhia da Letras, 19997.

CARRANO, Paulo Cesar R.. Futebol paixão e política. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.

CASTRO, Celso. Textos básicos de sociologia: de Karl Marx a Zygmunt Bauman. Rio de Janeiro: Zahar, 2014.

CAVALCANTE, Ruth. et all. (orgs.). Educação biocêntrica: um movimento de construção dialógica. Fortaleza: Edições CDH, 2001.

COIMBRA, Edu Antunes. Método sensorial no futebol: da infância à fase adulta. Rio de Janeiro: Mauad, 2001.

COLETIVO DE AUTORES (2009). Metodologia do ensino da educação física. São Paulo: Cortez, 2009.

COSTA, Maria Regina da et all (ORGs). Futebol espetáculo do século. São Paulo: Musa Editora, 1999.

DAMATTA, Roberto et all . Universo do futebol. Rio de Janeiro: Pinakotheke, 1982.

- DEMO, Pedro. *Pesquisa e construção do conhecimento*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1994.**
- DEMO, Pedro. *Argumento de autoridade X autoridade do argumento: interfaces da cidadania e da epistemologia*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 2005.**
- DEMO, Pedro. *Pesquisa e construção de conhecimento: metodologia científica no caminho de Habermas*. Rio de Janeiro: tempo Brasileiro, 2009.**
- DEMO, Pedro. *Educação conhecimento: relações necessárias, insuficientes e controversas*. São Paulo: Editora Vozes, 2001.**
- DEMO, Pedro. *Pobreza política: a pobreza mais intensa da pobreza brasileira*. Campinas/SP: Armazém do Ipê, 2006.**
- FALCÃO, José Luiz *et all*. *O acadêmico e o popular nas praticas corporais: diálogos entre saberes*. Florianópolis: Tribo da Ilha, 2010.**
- FREIRE, Madalena. *Educador, educa-dor*. São Paulo: Paz e Terra, 2008.**
- FREIRE, Paulo. *Pedagogia do Oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1982.**
- _____, ***Pedagogia da esperança um reencontro com a pedagogia do oprimido***. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1992.
- _____, ***Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa***. São Paulo Paz e Terra, 1996.
- _____, ***Ação cultural para a liberdade e outros escritos***. 4 ed., Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1979.
- _____, ***Professor sim tia não cartas a quem ousa ensinar***. 3ed., São Paulo: Olho D'água, 1993.
- FRITJOF, Capra. *A teia da vida: uma nova compreensão científica dos sistemas vivos*. São Paulo: Cultrix, 1996.**
- GADOTTI, Moacir. *convite a leitura de Paulo Freire*. São Paulo: Scipione, 1989. (Coleção Pensamento e Ação no Magistério).**
- GRUPO DE TRABALHO PEDAGÓGICO UFPE-UFSM. *Visão didática da educação física: análises críticas e exemplos práticos de aulas*. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1991.**
- GRUPO DE ESTUDOS AMPLIADOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA. *Diretrizes curriculares para a educação física no ensino fundamental e na educação infantil da rede municipal de Florianópolis SC*. Florianópolis: O Grupo, 1996.**
- HERNÁNDEZ, Fernando. *A organização do currículo por projetos de trabalho*. 5 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.**
- HEERDT, Mauri Luiz. *Construindo ética e cidadania todos os dias: reflexões sobre temas filosóficos, sociais, políticos, econômicos e históricos*. Florianópolis/SC: Sophos, 2005.**
- HEYDEBRAND, Caroline Von. *A natureza anímica da criança*. São Paulo: Antroposófica, 2011.**

HILDEBRANDT- STRAMANN, R. & LAGING, R. *Concepções Abertas no Ensino da Educação Física*. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1986.

HILDEBRANDT- STRAMANN, Reiner. *Educação física aberta à experiência: uma concepção didática em discussão*. Rio de Janeiro: Imperial Novo Milênio, 2009.

HILDEBRANDT- STRAMANN, Reiner. *Textos pedagógicos sobre o ensino da educação física*. Ijuí: Unijuí, 2001.

HILDEBRANDT- STRAMANN, Reiner. *Concepções abertas do ensino da educação física*. Rio de Janeiro: Imperial Novo Milênio, 2011.

HILDEBRANDT- STRAMANN, Reiner. *Histórias de movimentos com crianças*. Rio de Janeiro: Imperial Novo Milênio, 2010.

HELAL, Ronaldo *et all*. *A invenção do país do futebol: mídia, raça e idolatria*. Rio de Janeiro: Mauad, 2001.

IASI, Mauro. *Ensaio sobre consciência e emancipação*. São Paulo: Expressão Popular, 2001.

LANZ, Rudolf. *A pedagogia Wardorf: caminho para um ensino mais humano*. São Paulo: Antroposófica, 1998.

LEAL, Ondina Fachel (Org.). *Corpo e significados: ensaios de antropologia social*. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 1995.

LELOUP, Jean-Yves. *O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial*. São Paulo: Vozes, 1999.

LUCENA, Ricardo de Figueiredo. *O esporte e a cidade*. Campinas/SP: Autores Associados, 2001.

MARTINS, Jorge Santos. *O trabalho com projeto de pesquisa: do ensino fundamental ao ensino médio*. São Paulo: Papyrus, 2002.

MATIELLO JUNIOR, Edgard & CAPELA, Paulo *et all*. *Ensaio alternativo Latino-Americanos de Educação Física esporte e saúde*. Florianópolis: Copiart, 2010.

MATURANA, Humberto & VERDEN-ZÖLLER, Gerda. *Amar e brincar: dimensões esquecidas do humano*. São Paulo: Palas Athenas, 2004.

MCLAREN, Peter & FARAHMANDPUR, Ramin. *Pedagogia revolucionária na globalização*. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.

MCLAREN, Peter. *Multiculturalismos crítico*. São Paulo: Cortez, 1997.

MOLINA NETO, Vicente & TRIVIÑOS, Augusto N.S.. *A pesquisa qualitativa na educação física: alternativas metodológicas*. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2004.

MOREIRA, Wagner Wey (Org.). *Educação física & esportes: perspectivas para o século XXI*. São Paulo: Papyrus, 1992.

MORIN, Edgar. *A cabeça bem feita: repensar a reforma, reformar o pensamento*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001.

MURAD, Mauricio. *Sociologia e educação física: diálogos, linguagem do corpo, esporte*. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2009.

KUNZ, Elenor. **Educação física: ensino & mudança**. Ijuí: INIJUÍ, 1991.

KUNZ, Elenor & TREBELS, Andreas H.. **Educação física crítico-emancipatória: com uma perspectiva da pedagogia alemã do esporte**. Ijuí: Unijuí, 2006.

RIBEIRO, Darcy. **Utopia Brasil**. São Paulo: Hedra, 2008.

SALGADO, Mauro Ivan & FREIRE, Gilson. **Saúde e espiritualidade: uma nova visão da medicina**. Belo Horizonte: Editora INEDE, 2008.

SANTIN, Silvino. **Educação física: ética, estética e saúde**. Porto Alegre: Edições

SHOR, Ira e FREIRE, Paulo. **Medo e ousadia: o cotidiano do professor**. Rio de Janeiro: Paz Terra, 1986.

EST, 1995.

STRECK, Danilo R. (ORG.). **Fontes da pedagogia Latino-Americana: uma antologia**. BH: Autêntica, 2010.

SANTIN, Silvino. **Educação física: outros caminhos**. Porto Alegre: Edições EST, 1990.

SANTIN, Silvino. **Educação física: uma abordagem filosófica da corporeidade**. Ijuí: UNIJUÍ, 1987.

SERRES, Michel. **Os cinco sentidos: filosofia dos corpos misturados**. Rio de Janeiro, 2001.

SOARES, Antônio Jorge. **Futebol, malandragem e identidade**. Vitória: SPDC/UFES, 1994.

SHAFER, Karl- Hermann & SCHALLER, Klaus. **Ciência educadora crítica e didática comunicativa**. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1982.

STEINER, Rudolf. **A educação da Criança segundo s ciência espiritual**. São Paulo: Antroposófica, 1996.

STEINER, Rudolf. **O ser humano como sinfonia das forças universais**. São Paulo: Antroposófica, 2009.

STEINER, Rudolf. **A fisiologia oculta: aspectos supra-sensíveis do organismo humano, elementos para uma medicina ampliada**. São Paulo: Antroposófica, 1995.

STIGGER, Marco Paulo & LOVISOLO, Hugo (ORGs.). **Esporte de rendimento e esporte na escola**. São Paulo: Autores Associados, 2009.

TAFFAREL, Celi & HILDEBRANDT- STRAMANN, Reiner (ORGs). **Currículo e educação física: formação de professores e pedagogias nas escolas**. Ijuí: Unijuí, 2007.

TOLEDO, Luiz Henrique de, & COSTA, Carlos Eduardo (Orgs). **Visão de jogo: antropologias das práticas esportivas**. São Paulo: Editora Terceiro Nome, 2009.

WEIL, Pierre. **A mudança de sentido e o sentido da mudança**. Rio de Janeiro: Editora Rosa dos Tempos, 2000.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO CIÊNCIAS BIOLÓGICAS,
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS FISIOLÓGICAS
PLANO DE ENSINO

SEMESTRE 2021-2

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 544, de 16 de junho de 2020, à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020 e ao Ofício Circular Conjunto No 003/2021/PROGRAD/SEAI, 20/04/21

Plano a ser considerado equivalente, em caráter excepcional e transitório na vigência da pandemia COVID-19, ao conteúdo de Fisiologia Humana para o Curso de Educação Física - Bacharelado

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA SEMANAIS		TOTAL DE HORAS-AULA SEMESTRAIS
		Síncronas	Assíncronas	
CFS5148	Fisiologia Humana (bacharelado)	2,0	2,0	60

I.1. HORÁRIO

Atividade Síncrona	Atividade Assíncrona
Quarta-feira, 10h10min- 11h50min	Sexta-feira, 10h10min- 11h50min

II. PROFESSOR RESPONSÁVEL: Flaviano Lorenzon

II. PROFESSORES MINISTRANTES: Flaviano Lorenzon e Morgana Duarte da Silva

III. PRÉ-REQUISITO (S)

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
MOR5219	Anatomia aplicada à Educação Física (PPCC 18h)

IV CURSO (S) PARA O QUAL(IS) A DISCIPLINA É OFERECIDA

Educação Física – Bacharelado 2444

V. EMENTA

Homeostase e potenciais de membrana, fisiologia do sistema nervoso e neuromuscular, fisiologia endócrina, fisiologia digestória, fisiologia cardiovascular, fisiologia respiratória e fisiologia renal.

VI. OBJETIVOS

Objetivos Gerais:

Capacitar o aluno a compreender o funcionamento dos diferentes órgãos e sistemas do corpo humano assim como as inter-relações e interdependências dos sistemas fisiológicos.

Objetivos Específicos:

Ao término do curso o aluno deverá ser capaz de:

1. Descrever os aspectos funcionais e os mecanismos dos principais sistemas fisiológicos abordados;
- 2- Demonstrar, através de conhecimentos práticos, a validade dos aspectos teóricos abordados;
- 3- Adquirir noções básicas dos assuntos abordados, devendo compreender, de forma integrada, as relações dos sistemas fisiológicos.

VII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Conteúdo Síncrono/Assíncrono:

- Homeostase: Compartimentos líquidos corporais, dinâmica capilar e homeostase.

- Sistema Nervoso: Bioeletrogênese, Sinapses, Contração Muscular, Sistema Somatossensorial, Sistema Somatomotor e Sistema Nervoso Autônomo.

- Fisiologia Endócrina: Hormônios Hipofisários e seu controle hipotalâmico; Hormônios da Tireóide; Hormônios Adrenocorticais (Glicocorticóides e Mineralocorticóides); Pâncreas e metabolismo energético (Insulina e Glucagon); Metabolismo do cálcio (Paratormônio, Vitamina D e Calcitonina), Hormônios sexuais (gônadas masculina e feminina)

- Sistema Digestório: Motilidade, regulação, digestão e absorção no trato gastrointestinal

Sistema Cardiovascular: Propriedades elétricas do coração; Ciclo cardíaco e Débito cardíaco; Hemodinâmica e Controle da pressão arterial.

- Sistema Respiratório: Organização das vias aéreas superiores e inferiores; Mecânica respiratória; Trocas e transporte de gases; Circulação pulmonar e relação ventilação perfusão; Regulação da respiração.

- Sistema Renal: Filtração glomerular. Reabsorção e secreção tubular e sua regulação; Controle da osmolaridade dos líquidos corporais; Controle do volume de líquido extracelular.

VIII. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA

Os alunos receberão o cronograma de ensino no primeiro dia de aula para o estudo antecipado do conteúdo e um melhor aproveitamento e participação nas aulas. Estão programadas atividades síncronas, por meio de videoconferência (BigBlueButton – Moodle ou Conferência Web/RNP – CAFE) e assíncronas, por meio de vídeo aulas, estudos dirigidos com exercícios de fixação, material de apoio como textos complementares, links de sites, etc.

Se o professor achar pertinente, poderá substituir as atividades assíncronas por síncronas. Neste caso o professor avisará a turma com antecedência (via Moodle) disponibilizando o link para a plataforma de conferência.

OBS: O material disponibilizado na Plataforma Moodle da disciplina Fisiologia Humana será para uso exclusivo dos alunos regularmente matriculados no semestre 2021.2

IX. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

Serão realizadas 3 avaliações, com conteúdo não cumulativo, compostas por questões dissertativas ou testes de múltipla escolha em datas e horários previstas no cronograma (item XII). As avaliações poderão ser síncronas, ou assíncronas com tempo limitado pelo professor para a entrega da atividade avaliativa. A forma de avaliação será informada previamente via Moodle. Seminários e/ou trabalhos também poderão servir como avaliação complementar.

Segunda chamada de avaliações perdidas:

O aluno que, por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar as avaliações previstas no Plano de Ensino, deverá apresentar justificativa ao professor da disciplina dentro do prazo de 3 (três) dias úteis após a data da avaliação prevista no cronograma. Se devidamente justificado, o professor irá permitir a realização de avaliação em segunda chamada em data definida pelo professor.

MÉDIA FINAL:

As 3 notas das avaliações integrarão o cálculo da média final em Fisiologia da seguinte forma: $(P1 + P2 + P3) / 3$. O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações em 6,0 (seis vírgula zero) será aprovado (Resolução Nº 017/CUn/97). A frequência será registrada nos encontros síncronos mediante chamada e/ou registro de participantes na videoconferência e/ou entrega de atividades assíncronas.

X. NOVA AVALIAÇÃO

O aluno com frequência suficiente (FS) e média entre 3,0 (três) e 5,5 (cinco vírgula cinco) terá direito a uma nova avaliação (cumulativa) no final do semestre como *Recuperação*. A nota final será calculada através da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais e a nota obtida na nova avaliação.

XI. LEGISLAÇÃO

Não será permitido gravar, fotografar ou copiar as aulas disponibilizadas. O uso não autorizado de material original retirado das aulas constitui contrafação – violação de direitos autorais – conforme a Lei nº 9.610/98 – Lei de Direitos Autorais.

XII – CRONOGRAMA

ED. FÍSICA/BACHARELADO CFS 5148

Dias	AULA SÍNCRONA QUARTAS-FEIRAS 10H10MIN -11H50	AULA ASSÍNCRONA SEXTAS-FEIRAS 10H10MIN -11H50
27 e 29/10/21	Homeostase, potenciais de membrana e Sinapses	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
3 e 5/11/21	Contração Muscular e Sistema Somatossensorial	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
10 e 12/11/21	Sistema Somatomotor e Sistema Nervoso Autônomo	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
17 e 19/11/21	17/11/2021- PROVA 1 (NEURO)	
24 e 26/11/21	Introdução ao Sistema Endócrino e Eixo Hipotálamo-Hipófise	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
01 e 03/12/21	Controle do Metabolismo e Crescimento: Pâncreas endócrino, GH, PTH/Calcitonina/Vit D; T3/T4 e Cortisol	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
08 e 10/12/21	Gônadas Feminina e Masculina	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
15 e 17/12/21	Introdução ao Sistema Digestório. Motilidade e Regulação Digestão e Absorção de nutrientes	17/12/2021- PROVA 2 (ENDÓCRINO E DIGESTÓRIO)
	RECESSO DE FIM DE ANO	RECESSO DE FIM DE ANO
02 e 04/02/22	Ciclo Cardíaco e Débito Cardíaco Propriedades elétricas do coração.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
09 e 11/02/22	Hemodinâmica e Regulação da pressão arterial.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
16 e 18/02/22	Introdução ao Sistema Respiratório. Mecânica Respiratória.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
23 e 25/02/22	Trocas gasosas e transporte de gases. Regulação da Respiração.	Esclarecer dúvidas e discutir respostas do Estudo Dirigido
02 e 04/03/22	FERIADO	Plantão de dúvidas
09 e 11/03/22	Filtração Glomerular e Mecanismos Tubulares. Regulação hormonal da função renal. Regulação renal do pH.	
16 e 18/03/22	PROVA 3 (CARDIO, RESPIRATÓRIO E RENAL)	
23 e 25/03/22	RECUPERAÇÃO	

XIII. BIBLIOGRAFIA

BÁSICA:

1. COSTANZO, L. S. (2011). **Fisiologia**. 4ª Ed., Elsevier, Rio de Janeiro.
2. GUYTON, A. C. & HALL, J. E. (2012) **Tratado de Fisiologia Médica**. 12ª ed., Elsevier, Rio de Janeiro.
3. BERNE, R.M.; LEVY, M.N.; KOEPPEN, B.M.; STANTON, B.A. (2004). **Fisiologia**. 5ª. Ed, Elsevier, Rio de Janeiro.
4. SILVERTHORN_D.U. (2010). **Fisiologia Humana**. 5ª Ed. Artmed, Porto Alegre-RS.

5. LEVY, M.N.; KOEPPEN, B.M.; STANTON, B.A. (2006). **Fundamentos de Fisiologia**. 4ª. Ed, Elsevier, Rio de Janeiro.

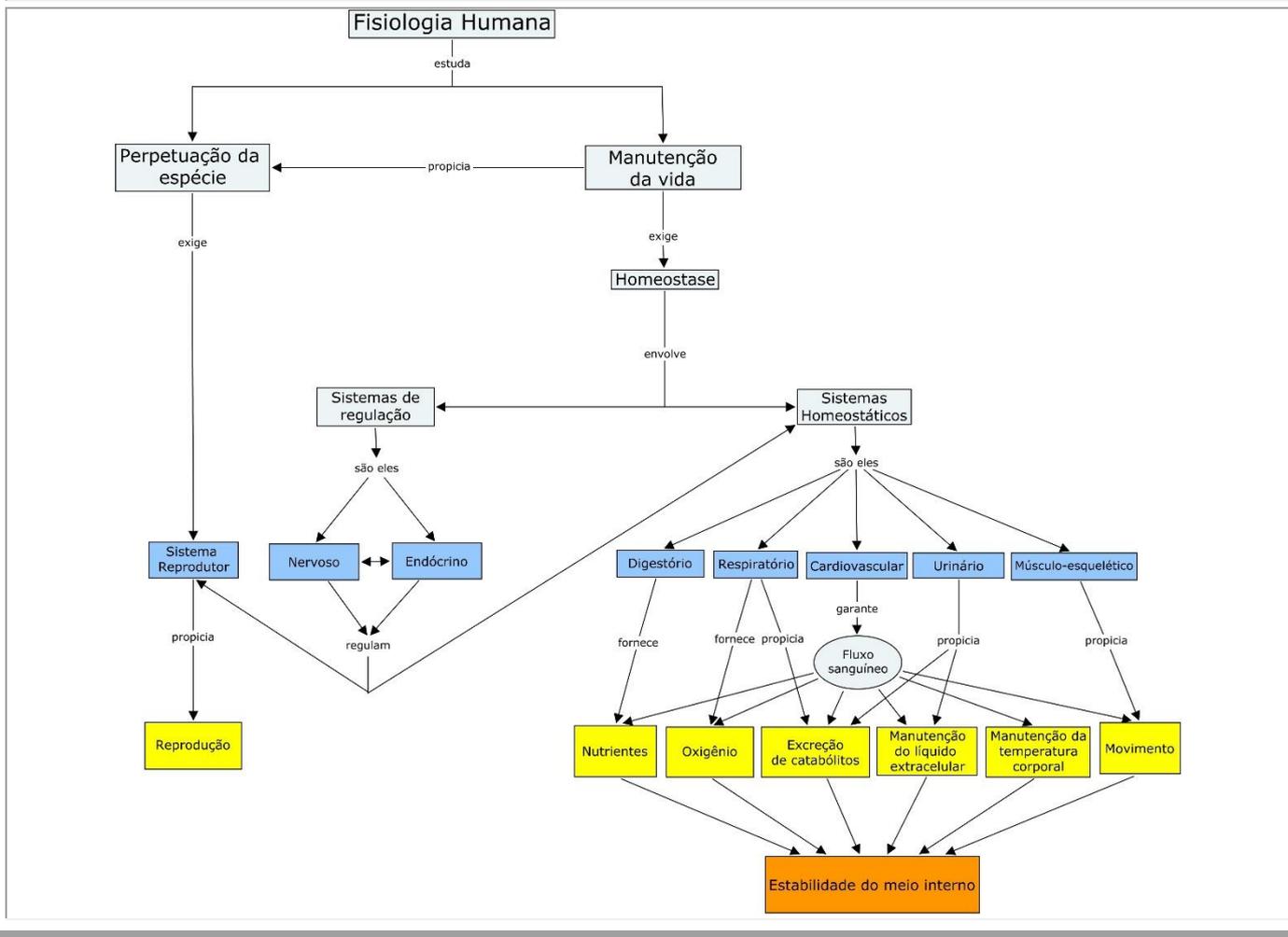
COMPLEMENTAR:

1. JOHNSON, L.R. (2003). Fundamentos de Fisiologia Médica. 2ª edição, Guanabara-Koogan, Rio de Janeiro.
2. SIBERNAGL, S.; DESPOPOULOS, A. (2009). Fisiologia. 7ª edição. Artmed, Porto Alegre.
3. AIRES, M.M., (2008). Fisiologia. 3ª edição. Guanabara-Koogan, Rio de Janeiro

INTERNET:

www.periodicos.capes.gov.br – Acesso a informações mais especializadas em diversas áreas da educação e ciência.
Acervo digital da Biblioteca Universitária-UFSC

XIV. MAPA CONCEITUAL DA DISCIPLINA



PLANO APROVADO
Colegiado do CFS/CCB/UFSC
Em: 22/09/2021

Prof. Vander Baptista
Chefe de Departamento – CFS/CCB/UFSC
Portaria N° 2697/2019/GR de 10 de dezembro de 2019.