

		COORDENADORIA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA PLANO DE ENSINO		
Código EF02218029	Unidade Curricular: Metodologia do Ensino dos Esportes de Lutas	Ano/semestre: 2022-2	Currículo: 2018	
Docentes (qualificação e situação funcional): Prof. Cláudio Manoel Ferreira Leite; Dr; Adjunto 4			Unidade Acadêmica: DCEFS	
Pré-requisito: Não há		Co-requisito: Não há		
C.H. Total: 82h (90ha)	C.H. Teórica: 27h (30ha)	C. H. Prática: 55h (60ha)	Carga horária remota: 7h (8ha)	Grau: Licenciatura
Tipo de oferecimento: EDP (Educação Presencial)		Turno: Integral		
EMENTA				
Lutas sistematizadas e Esportes de Luta; Esportes de luta e Educação Física; Aspectos técnicos, táticos e metodológicos (ênfase em Caratê); aspectos motores dos esportes de lutas (ênfase em Caratê)				
OBJETIVOS				
Proporcionar ao aluno: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Compreender e explicar o percurso geral das lutas no ocidente bem como a relação entre Lutas sistematizadas/Esportes de luta e Educação Física. ✓ Identificar e compreender aspectos motores fundamentais dos Esportes de Luta (capacidades físicas e coordenativas) ✓ Aprender a execução de elementos técnicos básicos das lutas (ênfase em Caratê) ✓ Experimentar, compreender e aplicar aspectos metodológicos do ensino das lutas. 				
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E CRONOGRAMA				
Data da aula	Atividade prevista		Professor(a)	
23 ago	Apresentação da disciplina		Cláudio Leite	
24 e 30 ago	Lutas sistematizadas e Esportes de Luta: Definições e aspecto histórico (visão geral); Lutas nas olimpíadas (histórico); Esportes de luta olímpicos e não-olímpicos.		Cláudio Leite	
31 ago e 06 set	Esportes de luta e Educação Física: Influências de conhecimentos em Educação Física nos Esportes de Luta; Esportes de Luta como componentes curriculares.		Cláudio Leite	
13 e 14 set	Aspectos motores dos esportes de lutas (ênfase Caratê e Judô); Classificação das tarefas, Capacidades físicas e coordenativas.		Cláudio Leite	
20 set	Apresentação Caratê		Cláudio Leite	
21 Set	A definir		Cláudio Leite	

21 set	Filme Kuro Obi	Cláudio Leite
27 e 28 set 04 out	Apresentação dos Trabalhos teórico-práticos I	Cláudio Leite
05 out	Filme capoeira (Bimba ou Pastinha)	Cláudio Leite
18, 19, 25 e 26 out 1, 8, 9, 16 e 22 Nov	Práticas: Caratê - técnica	Cláudio Leite
23 e 29 nov	Práticas: Jogos e brincadeiras de lutas	Cláudio Leite
30 Nov 06, 7 e 13 Dez	Apresentação dos Trabalhos teórico-práticos II	Cláudio Leite
14 dez	Avaliação substitutiva e ajuste de notas	Cláudio Leite

METODOLOGIA DE ENSINO

Aulas presenciais:

Teóricas – Aulas expositivas e práticas, bem como, discussão e análises de textos.

Práticas – Prática da modalidade Caratê (ensino técnica e algumas apropriações), trabalhos em grupo e visitas técnicas em grupos. Obs. Para as aulas práticas é necessário o uso de dojo-gi (Quimono) de Caratê, Judô, J. Jitsu ou Tkd que suporte agarres e puxadas.

Aulas remotas:

Exposições em vídeo, produções de mídia (texto, áudios e vídeos), fóruns de debate e encontros virtuais por vídeo chamada. Meios/ferramentas: Portal didático-UFSJ, *Youtube* e *Google meet* ou similar.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO E FREQUÊNCIA

O conceito final será o resultado do somatório das notas alcançadas em atividades assim pontuadas:

- *Avaliação teórica escrita* (4,0pts): conceitos e aplicações
- *Trabalho teórico-prático I* (2,0pts): Apresentação de características e regras de esportes de luta olímpicos
- *Trabalho teórico-prático II* (4,0pts): Elaboração de plano de ensino (2pts) e aplicação do plano (2pts)

A nota final será computada pela soma aritmética das atividades avaliativas.

- ✓ Em cumprimento às resoluções em vigência será considerado reprovado o discente que não alcançar média final maior ou igual a 6,0 e/ou obtiver mais que 18 ausências nas aulas determinadas pelo calendário divulgado pela COEFI.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

ANTUNES, M. M.; ALMEIDA, J. J. G **Artes marciais, lutas e esportes de combate na perspectiva da educação física**: reflexões e possibilidades. Curitiba: CRV. 2016.

KANO, J. **Judô Kodokan**. São Paulo: Cultrix, 2008. 271 p.

NAKAYAMA, M. **O melhor do Karatê**: visão abrangente - práticas. São Paulo: Cultrix, 1996. V.1. 144p.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BAPTISTA, C.F.S. **Judô**: da escola à competição. 2 ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 97p.

FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F. B. Preparação física para atletas do judô. São Paulo: Phorte, 2008.

FRANCHINI, E. **Judô**: desempenho competitivo. São Paulo: Manole, 2010.

MAGALHÃES, F. Treinamento de força para esportes de combate. São Paulo: ICONE. 2017.

SOARES, C.E.L. A capoeira escrava e outras tradições rebeldes no Rio de Janeiro (1808-1850). 2ed. Campinas: UNICAMP, 2011/2012. 608p.

Aprovado pelo Colegiado em 2022/2



Emitido em 2022

PLANO DE ENSINO Nº 1796/2022 - COEFI (12.45)

(Nº do Protocolo: NÃO PROTOCOLADO)

(Assinado digitalmente em 23/11/2022 10:16)

ALVARO CESAR DE OLIVEIRA PENONI

COORDENADOR DE CURSO - TITULAR

COEFI (12.45)

Matrícula: 2362132

(Assinado digitalmente em 23/11/2022 13:14)

CLAUDIO MANOEL FERREIRA LEITE

PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR

DCEFS (12.03)

Matrícula: 1741425

Para verificar a autenticidade deste documento entre em <https://sipac.ufsj.edu.br/public/documentos/> informando seu número: **1796**, ano: **2022**, tipo: **PLANO DE ENSINO**, data de emissão: **23/11/2022** e o código de verificação: **9e5a02ee7a**