

 Universidade Federal de São João del-Rei		COORDENADORIA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA PLANO DE ENSINO			
Disciplina: Metodologia do Ensino das Atividades Aquáticas I			Período: 2º	Currículo: 2018	
Docentes (qualificação e situação funcional): Andrea Carmen Guimarães (D.Sc. Associado I)			Unidade Acadêmica: DCEFS		
Pré-requisito: não há			Co-requisito: não há		
C.H. Total: 90h	C.H. Teórica: 18ha	C. H. Prática: 57+15h=72h	Grau: Bacharelado	Ano: 2022	Semestre: 1º
EMENTA					
<p>Serão abordados nesta disciplina os aspectos inerentes às origens, às práticas sistematizadas das atividades aquáticas no campo do ensino. Propiciando aos alunos experiências pedagógicas no conhecimento teórico e prático de atividades no meio líquido suas relações e contradições, de forma a praticá-lo na sua amplitude no contexto educacional e profissional. O conhecimento do profissional referente movimentos básicos dos nados crawl, costas peito e borboleta e posteriores correções para as técnicas dos nados e dos estilos olímpicos com saídas chegadas e viradas dos nados. Conceitos sobre aptidão física, desempenho atlético correções e competições. Visitas em clubes e competições para vivenciar experiências de ensino aprendizagem.</p>					
OBJETIVOS					
<p>Estimular a capacidade de compreensão dos diversos campos de atuação através da evolução histórica.</p> <p>Proporcionar aos futuros professores de educação física recurso didático pedagógico para o aprendizado e o ensino das atividades aquáticas.</p> <p>Facilitar a vivência e a experimentação no campo do desempenho esportivo referente às atividades aquáticas.</p> <p>Estimular a realização de pesquisas e projetos na área.</p>					
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO					
História da Natação					
1.1 Piscina e modalidades Olímpicas Iniciação às atividades aquáticas:					
2.1 Métodos de ensino: global, parcial e misto.					
<ul style="list-style-type: none"> - Exibição de vídeos didáticos relacionado aos processos pedagógicos para o ensino da natação. - Adaptação ao meio líquido; - Atividades aquáticas recreativas; 					
3) Componentes básicos do ensino da Natação:					
<ul style="list-style-type: none"> 3.1 Respirações (Frontal, lateral, bilateral) 3.2 Flutuações (Decúbito Ventral, Dorsal) 3.3 Impulsão 					
Propulsões (Braços e pernas).					
4) Noções Básicas das Regras da Natação.					
<ul style="list-style-type: none"> 4.1 Crawl, costas, peito, borboleta 					
5) Técnicas do ensino dos estilos olímpicos:					
<ul style="list-style-type: none"> 5.1 Crawl, costas, peito, borboleta, medley 					
6) Saídas, chegadas e viradas					
<ul style="list-style-type: none"> 6.1 Crawl, costas, peito, borboleta. 					
7) Educativos e treinamentos de competição					
8) Participação em eventos aquáticos.					

METODOLOGIA DE ENSINO

Aulas teórico e práticas expositivas, dialogadas, abordando o conteúdo da disciplina, com uso de metodologias ativas de ensino, bem como o conhecimento de outras abordagens metodológicas. Práticas de leitura de textos, científicos, análise vídeos relacionada aos nados, bem como demais produções da área e/ou atividades de ensino.

Atividades programadas com abordagem teórico-prático de forma reflexiva, relacionadas aos temas a serem abordados nas aulas.

Serão utilizados os recursos tecnológicos de projeção de imagens e àqueles disponíveis no Portal didático, assim como as ferramentas do Google, como o Meeting, Forms e Drive.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

- Apresentação de trabalhos práticos 2,0 pts.
- Avaliação teórica 2,0 pts.
- Participação nas aulas e em eventos aquáticos 2,0 pts.
- Prova Prática- 2,5 pts.
- Observações/Intervenções: 1,5 pts.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

MAGLISCHO, Ernest W. Nadando o mais rápido possível. 3. São Paulo Manole 2010 1 recurso online ISBN 9788520444153.

MONTGOMERY, Jim. Nadando com perfeição o guia de condicionamento físico, treinamento e competição para nadadores masters. São Paulo Manole 2013 1 recurso online ISBN 9788520444771.

LIMA, William Urizzi de. Ensinando natação. 2. ed. São Paulo: Phorte 2006 183 p.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

MCLEOD, Ian. Anatomia da natação. São Paulo Manole 2010 1 recurso online ISBN 9788520447628.

SALO, Dave. Condicionamento físico para natação. São Paulo Manole 2011 1 recurso online ISBN 9788520443736.

WHITE, Martha D. Exercícios na água. Barueri: Manole 1998 175 p

MONTGOMERY, Jim. Nadando com perfeição o guia de condicionamento físico, treinamento e competição para nadadores masters. São Paulo Manole 2013 1 recurso online ISBN 9788520444771.

ROCHA, Júlio Cezar C. Hidroginástica: teoria e prática. 4.ed. [S. l.]: Sprint 2001 102 p.

Prof^a. Andrea Carmen Guimarães
Responsável

Aprovado pelo Colegiado em 10/12/2021

Prof. Álvaro César de Oliveira Penoni
Coordenador do Curso



Emitido em 13/12/2021

PLANO DE ENSINO Nº Plano de Ensino/2021 - COEFI (12.45)

(Nº do Documento: 1916)

(Nº do Protocolo: NÃO PROTOCOLADO)

(Assinado digitalmente em 13/12/2021 16:07)

ALVARO CESAR DE OLIVEIRA PENONI

COORDENADOR DE CURSO - TITULAR

COEFI (12.45)

Matrícula: 2362132

(Assinado digitalmente em 14/12/2021 11:22)

ANDRÉA CARMEN GUIMARAES

PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR

DCEFS (12.03)

Matrícula: 2565014

Para verificar a autenticidade deste documento entre em <https://sipac.ufsj.edu.br/public/documentos/> informando seu número: **1916**, ano: **2021**, tipo: **PLANO DE ENSINO**, data de emissão: **13/12/2021** e o código de verificação:

4dd1f87366