Universidade Federal de São João del-Rei	**COORDENADORIA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA** **PLANO DE ENSINO**			
Código **EF02518140**	**Unidade Curricular:** Metodologia do Ensino dos Esportes de Lutas	**Ano/semestre:** 2025-2	**Currículo:** 2018	
Docentes (qualificação e situação funcional): Prof. Dr. Cláudio Manoel Ferreira Leite			**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:

- Compreender o percurso geral das lutas no ocidente bem como a relação entre Lutas sistematizadas, Esportes de luta e Educação Física.
- 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)
19 ago	Apresentação da disciplina	**Cláudio Leite**
20 e 26 ago	Exposição de Lutas sistematizadas e Esportes de Luta: Definições e aspecto histórico (visão geral); Lutas nas olimpíadas (histórico); Esportes de luta.	**Cláudio Leite**
27 ago **02 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**
03 set	Apresentação Caratê	**Cláudio Leite**
23 e 24 set	Pedagogia das lutas sob a perspectiva do *Backward design* (Design Invertido)	**Cláudio Leite**
10, 16 e 17 set	Apresentação dos Trabalhos teórico-práticos I: Judô/Jujitsu, TKD, Boxe, Esgrima, Lua olímpica, Capoeira (Breve histórico, proposta de intervenção e organização do processo – materiais e contatos)	**Cláudio Leite**
30 set **01, 07, 14, 15, 21, e 22 Out**	Práticas: Caratê e Judô – técnica	**Cláudio Leite**
28, 29 out **04, 05 nov**	1ª Apresentação dos Trabalhos teórico-práticos II A	**Cláudio Leite**
11, 12, 18, 19 Nov	2ª Apresentação dos Trabalhos teórico-práticos II B	**Cláudio Leite**
25, 26, Nov **02 e 03 dez**	3ª Apresentação dos Trabalhos teórico-práticos II C	**Cláudio Leite**

09 e 10 dez	Revisão de processo	
16 e 17	Ajustes finais de avaliações e notas, e encerramento da disciplina	**Cláudio Leite**

METODOLOGIA DE ENSINO

Aulas:
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.

Atividades 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:

1. Avaliação teórica escrita (ATE 2,0pts): conceitos e aplicações
2. Trabalho teórico-práticoI (TTPI 2,0pts): Apresentação de características e regras de esportes de luta olímpicos
3. Trabalho teórico-prático II (TTPIIa, TTPIIb e TTPIIc 6,0pts): Elaboração de plano de ensino e aplicação do plano (2pts cada TTP)
4. Avaliação substitutiva (Sub – 10,0pts): avaliação teórica escrita contemplando o conteúdo ministrado

A nota final (NF) será atribuída por meio da equação:

$$NF = ATE + TTPI + TTPIIa + TTPIIb$$

- ✓ 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.

Documento assinado digitalmente CLAUDIO MANOEL FERREIRA LEITE Data: 10/09/2025 14:31:33-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br Prof. Claudio M. F. Leite Matrícula UFSJ: 1573 *Assinatura digital do docente responsável pela unidade curricular.*	Aprovado pelo Colegiado em 2025/2 Documento assinado digitalmente DIEGO DE SOUSA MENDES Data: 28/08/2025 09:25:10-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br *Assinatura digital* *Coordenador do Curso*