

		COORDENADORIA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA PLANO DE ENSINO			
Código EF01418022	Unidade Curricular: Metodologia do Ensino das Atividades Aquáticas II		Ano/semestre: 2026-1º	Currículo: 2018	
Docentes (qualificação e situação funcional): Thiago Detomi Nascimento, Mestre, Professor Substituto				Unidade Acadêmica: DCEFS	
Pré-requisito:			Co-requisito:		
C.H. Total: 33h (36ha)	C.H. Teórica: 5,5h (6ha)	C. H. Prática: 27,5h (30ha)	Carga horária remota:	Grau	Bacharelado
Tipo de oferecimento: EDP (Educação Presencial)			Turno: Integral		
EMENTA					
Aspectos inerentes às práticas sistematizadas das atividades aquáticas no campo do ensino, saúde e reabilitação. Estudo teórico e prático dos exercícios aquáticos, seus benefícios e fatores de risco. O conhecimento do profissional por meio do ensino da natação para gestantes, bebês, populações especiais (terceira idade e deficientes), treinamento em natação e hidroginástica.					
OBJETIVOS					
• Compreender as diferentes formas de ensinos aprendizagem direcionado ao objetivo do aluno; • Vivenciar experiências em suas mais diversas complexidades para entender as possibilidades de ensino aprendizagem para sua realização; • Proporcionar o conhecimento teórico e prático do processo de reabilitação através de experiências didático pedagógico em suas diversas metodologias para populações especiais, através das atividades aquáticas; • Vivenciar experiências através de visitas técnicas em espaços com aberturas para esse público que possam dar oportunidades aos discentes de aliar o conhecimento teórico/prático; • Estimular a realização de pesquisas e projetos na área.					
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E CRONOGRAMA					
Data da aula	Atividade prevista				Professor(a)
10/03	Apresentação da disciplina				Thiago Detomi
17/03	Reconhecimento dos saberes e das experiências aquáticas dos acadêmicos				Thiago Detomi
24/03	Atividades de Hidroginástica				Thiago Detomi
31/03	Atividades de Hidroginástica				Thiago Detomi
07/04	Seminário 1 - Hidroginástica para gestantes				Thiago Detomi

14/04	Estimulação Aquática e Natação para Bebês	Thiago Detomi
28/04	Seminário 2 - Estimulação Aquática e Natação para Bebês	Thiago Detomi
05/05	Natação para Crianças (2 a 5 anos)	Thiago Detomi
12/05	Seminários 3 - Natação para crianças (2 a 5 anos)	Thiago Detomi
19/05	Ensinar a nadar pelo Polo Aquático - convidado (híbrida)	Thiago Detomi
26/05	Seminários 4 - Aula Polo aquático	Thiago Detomi
02/06	Treinamento em natação	Thiago Detomi
09/06	Treinamento em natação	Thiago Detomi
16/06	Treinamento em natação	Thiago Detomi
23/06	Entrega e apresentação do relatório de observações	Thiago Detomi
30/06	Apresentação do relatório de observações	Thiago Detomi
07/07	Encerramento da disciplina	Thiago Detomi
14/07	Revisão de notas e Fechamento de diário	Thiago Detomi
METODOLOGIA DE ENSINO		
Aulas práticas com vivência na piscina e espaços voltados às atividades aquáticas ou a estimulação terrestre para atividades aquáticas, visando maior conhecimento sobre processos de estimulação aquática e natação formativa, com foco em grupos especiais; Aulas e seminários sobre temas específicos do conteúdo programático, utilizando de recursos tecnológicos de áudio e vídeo, além de videoaulas e palestras com profissionais que atuam com natação e atividades aquáticas. Atividades remotas assíncronas - Uso de recursos de formulários e textos para leituras, aulas e ou palestra online.		
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO E FREQUÊNCIA		
a) Seminário (SE): elaboração e apresentação de seminários com temas pertinentes à disciplina com valor de 30 pontos; b) Prova didática: 01 avaliação prática com valor de 30 pontos; c) Trabalho Final (TB): entrega do relatório de observações com valor de 30 pontos; d) Participação (PA): participação nas aulas práticas e teóricas, além do cumprimento dos prazos nas entregas dos trabalhos e documentos com valor de 10 pontos; Desta forma o conceito final será atribuído por meio da equação: $NF = \underline{SE + PD + TB + PA}$ Onde: SE: seminário PD: Prova didática TB: trabalho final PA: participação NF: nota final ✓ 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 8 ausências (4 aulas) nas aulas determinadas pelo calendário da UFSJ.

- ✓ Avaliação Substitutiva: Um trabalho referente à algum tema específico da disciplina ao final do semestre, correspondendo à nota parcial parcial da unidade curricular, com intuito de alcançar a pontuação mínima para aprovação.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

MONTGOMERY, Jim. **Nadando com perfeição** o guia de condicionamento físico, treinamento e competição para nadadores masters. São Paulo: Manole, 2013.

GREGUOL, Márcia **Natação Adaptada** - Em Busca Do Movimento Com Autonomia. 1. ed. São Paulo: Manole, 2010.

MAGLISCHO, Ernest W. **Nadando o mais rápido possível**. 3. ed. São Paulo: Manole, 2010.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

COSTA, Paula Hentschel Lobo da. **Natação e atividades aquáticas**: subsídios para o ensino. São Paulo Manole 2010. *E-book*.

ROCHA, Júlio Cezar C. **Hidroginástica**: teoria e prática. 4. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

SOUZA, Wagner Alves de. **100 Treinos especiais para natação**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint 2000. WHITE, Martha D. **Exercícios na água**. São Paulo: Manole 1998.

PALMER, Mervyn L. **A ciência do ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1990.



Documento assinado digitalmente
THIAGO DETOMI NASCIMENTO
Data: 01/02/2026 12:03:54-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

*Assinatura digital do docente responsável pela
unidade curricular.*

Aprovado pelo Colegiado em 2026/1



Documento assinado digitalmente
DIEGO DE SOUSA MENDES
Data: 09/02/2026 11:20:30-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

*Assinatura digital
Coordenador do Curso*