

SEMESTRE: 2	ANO: 2020	C/H: 33	AULAS: 40
CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA		CAMPUS: ALFENAS	
DISCIPLINA: ESPORTE DE AVENTURA (T/P)			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:			
<ul style="list-style-type: none"> - Conhecer os esportes de aventura, suas aplicações e formas de realizações; - Proporcionar possibilidades de adaptações destes esportes, a realidade local; - Integrar os princípios dos esportes de aventura, com as demais disciplinas de graduação; - Conscientizar quanto a importância dos esportes de aventura, na busca da socialização e integração homem-natureza. 			
EMENTA: Iniciação aos esportes de aventura, compreendendo suas realizações, históricos, maneiras de execução e aplicabilidades.			
Ambientes para aprendizagem. Organização e adaptação das tarefas motoras para atividades radicais.			
METODOLOGIA:	Exposição Dialogada: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Trabalho de grupo: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Debate: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	TBL: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	PBL: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Aula invertida: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Mapa Conceitual: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Estudo de caso: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Seminário: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
		Painel: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Fórum/Chat: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
		PBLe: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Tempestade Cerebral (Brainstorming): SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
		Dramatização/ Role Play: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
RECURSOS AUXILIARES:	Computador: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Vídeos: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Projetor Multimídia: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Álbuns Seriados: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Slides: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Manequins: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Lousa Eletrônica: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	AVA*: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Atividades clínicas: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
		Lousa: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Internet: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
		Laboratório: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Vídeo conferência: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
		Prancheta Digitalizadora: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
*Ambiente Virtual de Aprendizagem			
AVALIAÇÃO:	Discursiva: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Múltipla escolha: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Oral: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
		Prática: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Trabalhos de pesquisa: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
BIBLIOGRAFIA BÁSICA:			
Uvinha, Ricardo Ricci. Juventude: lazer e esportes ra . Barueri - SP - Brasil: Manole, 2001.			
Weineck, Jurgen. Anatomia aplicada ao esporte . 18. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2013.			
Ackland, Timothy R.. Anatomia e biomecânica aplicada . 2. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2011.			
BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:			
Robles Júnior, Antônio. Gestão da qualidade e do meio - enfoque econômico financeiro e patrimonial . São Paulo - SP - Brasil: Atlas, 2010.			
Pinotti, Rafael. Educação ambiental para o século - no Brasil e no mundo . 2. ed. São Paulo - SP - Brasil: Edgard Blucher, 2016.			
Rohen, Johannes W.. Anatomia humana - atlas fotográfico de anatomia sistêmica e regional . 8. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2016.			
Berg, Kristian. Indicações de alongamento - eliminando a dor e prevenindo as lesões . Porto Alegre - RS - Brasil: Artmed, 2015.			
Freitas, Jodrian. Gestão de risco para turismo d . Barueri - SP - Brasil: Manole, 2018.			

SEMESTRE: 2	ANO: 2020	C/H: 33	AULAS: 40
CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA		CAMPUS: ALFENAS	
DISCIPLINA: ESPORTE DE AVENTURA (T/P)			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
CONTEÚDOS			
<p>1 – Introdução:</p> <p>1.1. Ambientes para aprendizagem.</p> <p>1.2. Equipamentos para modalidades alternativas e radicais.</p> <p>1.3. Organização e adaptação das tarefas motoras para atividades radicais.</p> <p>1.4. A utilização dos recursos naturais, na prática dos esportes de aventura</p> <p>2 – Pedagogia dos esportes de aventura:</p> <p>2.1. Rappel</p> <p>2.2. Escalada</p> <p>2.3. Canionismo</p> <p>2.4. Trakking</p> <p>2.5. Arborismo</p> <p>2.6. Corrida de Aventura</p> <p>3 – Esportes de Aventura:</p> <p>3.1. Paintball</p> <p>3.2. Rappel, Escalada e Montanhismo</p> <p>3.3. Trakking e Corrida de Aventura</p> <p>3.4. Arborismo</p> <p>3.5. Mountain bike</p> <p>4 – Esportes de Aventura na promoção da saúde :</p> <p>4.1. Utilização de programas de exercícios radicais para promoção da saúde.</p> <p>4.2. Demandas fisiológicas de cada modalidade</p> <p>4.3. Princípios do treinamento e avaliação, aplicados aos esportes de aventura.</p>			