

SEMESTRE: 2	ANO: 2020	C/H: 33	AULAS: 40
CURSO: EDUCACAO FISICA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS	
DISCIPLINA: GINASTICA ESPORTIVA			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:			
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:			
- Introduzir a teoria e metodologia no processo de ensino-aprendizagem da ginástica olímpica.			
- Identificar os fundamentos básicos e as capacidades físicas dos movimentos ginásticos para os profissionais da Educação Física.			
- Pontuar e entender o processo de construção do conceito de ginástica na história.			
- Desenvolver as classificações das modalidades de ginástica rítmica e desportiva.			
- Observar, elaborar e vivenciar as diferentes atividades gímnicas.			
EMENTA: Histórico e evolução. Qualidades físicas dos ginastas. Aparelhos oficiais para ginastica olímpica e ginástica rítmica desportiva: normas e técnicas. Fundamentos básicos da ginastica olímpica: solo, salto sobre o cavalo e barras. Fundamentos básicos de ginástica rítmica desportiva: maça, bola, arco e fita. Regras básicas.			
METODOLOGIA:	Exposição Dialogada:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Estudo de caso: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Trabalho de grupo:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Seminário: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Debate:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Painel: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	TBL:	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Fórum/Chat: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	PBL:	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	PBLs: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Aula invertida:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Tempestade Cerebral (Brainstorming): SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Mapa Conceitual:	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"/>	AVA*: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Vídeos:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Atividades clínicas: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Projeter Multimídia:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Lousa: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Álbuns Seriados:	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Internet: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Slides:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Laboratório: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Manequins:	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Vídeo conferência: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Lousa Eletrônica:	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"/>	Prática: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Múltipla escolha:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Trabalhos de pesquisa: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Oral:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
BIBLIOGRAFIA BÁSICA:			
Brochado, Fernando Augusto. Educação física no ensino supe - fundamentos da ginástica artística e de trampolins . 2. ed. Belo Horizonte - MG - Brasil: Guanabara Koogan, 2016. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788527729130 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			
Rosa, Luis Henrique Telles da. Modalidades esportivas de giná. : SER - SAGAH, 2018. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788595027466 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			
Possamai, Vanessa Dias. Metodologia da ginástica. : SER - SAGAH, 2018. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788595027015 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			
REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE . Brasil: , 2018-. ISSN 1981-4690. <i>versão online</i> . Disponível em: https://www.revistas.usp.br/rbefe . Acesso em: 4 ago. 2020.			
BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:			
Hoffman, Jay R.. Guia de condicionamento físico - diretrizes para elaboração de programas . Barueri - SP - Brasil: Manole, 2015. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520448533 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			
Radcliffe, James C.. Treinamento funcional para atl - séries para agilidade, velocidade e força . Porto Alegre - RS - Brasil: Artmed, 2017. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788582713716 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			
Staugaard-Jones, Jo Ann. Exercício e movimento - abordagem anatômica: guia para o estudo de dança, Pilates, esportes e yoga . Barueri - SP - Brasil: Manole, 2015. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520449288 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			
Tani, Go. Aprendizagem motora e o ensino . São Paulo - SP - Brasil: Blucher, 2016. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788521210221 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			
Werner, Peter H.. Ensinando ginástica para crian. 3. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2015. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520449967 Disponível em: . Acesso em: 04 de Agosto de 2020.			

SEMESTRE: 2	ANO: 2020	C/H: 33	AULAS: 40
CURSO: EDUCACAO FISICA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS	
DISCIPLINA: GINASTICA ESPORTIVA			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
CONTEÚDOS			
<ol style="list-style-type: none">1. Histórico da Ginastica Olímpica e dos aparelhos2. A vivencia prática dos elementos da ginástica olímpica.<ol style="list-style-type: none">2.1 Aquecimento e alongamentos.2.2 Critérios, finalidades, tipos e terminologias básicas dos exercícius.3. A segurança nos elementos e equipamentos.4. Regras gerais da Ginastica Olímpica;5. Os materiais de Ginástica Olímpica;6. Arbitragem;7. Composição coreográfica para as competições;8. Histórico da ginastica rítmica desportiva e dos aparelhos;9. Medidas, pesos e densidade dos aparelhos;10. A vivência pratica dos elementos de ginástica Rítmica11. Preparação física para atletas de ginastica olímpica, força, resistência, velocidade, flexibilidade, coordenação, ritmo, equilíbrio, agilidade, descontração.12. Regras, fundamentos e normas da Ginastica Desportiva;13. Montagem das coreografias de Ginastica Ritmica;14. Fabricação de materiais alternativos.			