

CURSO: EDUCACAO FISICA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS	
SEMESTRE: 2	ANO: 2020	C/H: 33	AULAS: 40
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 ginastica rítmica desportiva: maça, bola, arco e fita. Regras básicas.			
METODOLOGIA:	Exposição Dialogada: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Trabalho de grupo: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Estudo de caso: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Debate: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Seminário: 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"/>	PBLe: 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"/>	
	Projeto Multimídia: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Lousa: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	
	Álbuns Seriadados: 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: Possamai, Vanessa Dias. Metodologia da ginástica . : SER - SAGAH, 2018. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788595027015 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. 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. REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE . Brasil: , 2018-. ISSN 1981-4690. <i>versão online</i> . Disponível em: https://www.revistas.usp.br/rbef . Acesso em: 4 ago. 2020.			
BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR: 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. 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. 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. Tani, Go. Aprendizagem motora e o ensino . São Paulo - SP - Brasil: Blucher, 2016. Ebook. (1 recurso online). ISBN			

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 aparelhos 2. 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 exercícos. 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 Rítmica 11. 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. 			