

CURSO: EDUCACAO FISICA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS	
SEMESTRE: 2	ANO: 2022	C/H: 33	AULAS: 40
DISCIPLINA: GINASTICA ESPORTIVA			
PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM			
OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:			
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar os processos de construção do conceito de ginastica de competição na história. - Identificar as classificações das modalidades de ginástica de competição e suas finalidades; - Compreender e identificar os processos metodológicos de ensino das ginásticas de competição; - Planejar, prescrever, ensinar os fundamentos básicos das ginásticas de competição para os profissionais da Educação Física. 			
EMENTA: Ginástica: origem, características e suas possibilidades. Classificação das modalidades de ginásticas de competição. Processos metodológicos ensino-aprendizagem da ginástica de competição. Elaboração de programas adequados às diferentes modalidades.			
METODOLOGIA:	Exposição Dialogada:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Estudo de caso: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" 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 type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	TBL:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Fórum/Chat: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	PBL:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	PBL: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Aula invertida:	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Tempestade Cerebral (Brainstorming): SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input 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 checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Vídeos:	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Atividades clínicas: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>
	Projeter Multimídia :	SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>	Lousa: SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> NÃO <input 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 type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Prática: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Múltipla escolha:	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	Trabalhos de pesquisa: SIM <input checked="" type="checkbox"/> NÃO <input type="checkbox"/>
	Oral:	SIM <input type="checkbox"/> NÃO <input checked="" type="checkbox"/>	
BIBLIOGRAFIA BÁSICA:			
Brochado, Fernando Augusto. Educação física no ensino superior - 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: 23 de Agosto de 2022.			
Rosa, Luis Henrique Telles da. Modalidades esportivas de ginástica . : SER - SAGAH, 2018. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788595027466 Disponível em: . Acesso em: 23 de Agosto de 2022.			
Possamai, Vanessa Dias. Metodologia da ginástica . : SER - SAGAH, 2018. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788595027015 Disponível em: . Acesso em: 23 de Agosto de 2022.			
REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE . BRASIL: REVISTA USP, 2018-2018. ISSN 1981-4690. <i>versão online</i> . Disponível em: https://www.revistas.usp.br/rbefe . Acesso em: 4 ago. 2022.			
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: 23 de Agosto de 2022.			
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: 23 de Agosto de 2022.			
Tani, Go. Aprendizagem motora e o ensino do esporte . São Paulo - SP - Brasil: Blucher, 2016. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788521210221 Disponível em: . Acesso em: 23 de Agosto de 2022.			
Werner, Peter H.. Ensinando ginástica para crianças . 3. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2015. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520449967 Disponível em: . Acesso em: 23 de Agosto de 2022.			
Dantas, Estélio H. M.. Alongamento e flexionamento . 6. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2018. Ebook. (1 recurso online). ISBN 9788520462249 Disponível em: . Acesso em: 23 de Agosto de 2022.			

SEMESTRE: 2	ANO: 2022	C/H: 33	AULAS: 40
-------------	-----------	---------	-----------

CURSO: EDUCACAO FISICA	CAMPUS: DIVINÓPOLIS
------------------------	---------------------

DISCIPLINA: **GINASTICA ESPORTIVA**

PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM

CONTEÚDOS

CONTEÚDOS

1. GINÁSTICA: ORIGEM, CARACTERÍSTICAS E SUAS POSSIBILIDADES.

- 1.1 Processo histórico da ginástica e suas áreas de atuação
- 1.2 Considerações gerais sobre as ginásticas de competição.
- 1.3 Fundamentos básicos e elementos corporais da ginástica de competição.
- 1.4 Escolas e modelos ginásticos: Método Francês, Alemão, Sueco e Inglês.

2. CLASSIFICAÇÃO DAS MODALIDADES DE GINÁSTICAS DE COMPETIÇÃO

- 2.1 Ginásticas Artística.
- 2.2 Ginástica Rítmica.
- 2.3 Ginástica Acrobática.
- 2.4 Ginástica Aeróbica Esportiva
- 2.5 Ginástica de Trampolim
- 2.6 Ginástica de Demonstração: Ginástica Geral.

3. PROCESSOS METODOLÓGICOS ENSINO-APRENDIZAGEM DA GINÁSTICA DE COMPETIÇÃO.

- 3.1 Regras básicas das modalidades Ginásticas Rítmicas e Artísticas.
- 3.2 Aparelhos oficiais e suas peculiaridades.
- 3.3 Estrutura Metodológica de um plano de aula
- 3.4 Preparação física para atletas de ginástica de competição.
- 3.5 Fabricação de materiais alternativos

4. ELABORAÇÃO DE PROGRAMAS ADEQUADOS ÀS DIFERENTES MODALIDADES E SUA APLICABILIDADE

- 4.1 Organização e composição de sessões de ensino.
- 4.2 Análise dos métodos e técnicas adequados ao desenvolvimento da ginástica.
- 4.2 Benefícios e perigos dos diferentes tipos de exercícios;
- 2.5 Variações de exercícios para os diferentes níveis de alunos.
- 2.6 Indicações e contraindicações dos exercícios ginásticos.
- 2.7 Vivência prática dos elementos das ginásticas de competição.