

CURSO: EDUCACAO FISICA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS																																																																							
SEMESTRE: 2	ANO: 2022	C/H: 67	AULAS: 80																																																																						
DISCIPLINA: AVALIACAO DA APTIDAO FISICA																																																																									
<b>PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM</b>																																																																									
<b>OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:</b> - Proporcionar experiências em testes de campo e de laboratório, aliando os mesmos a pesquisas existentes na área, na busca do melhor aproveitamento dos testes e medidas na Educação Física. - Despertar nos alunos a importância da avaliação na prescrição de exercícios e conseqüentemente facilitar o controle das cargas nas atividades físicas. - Promover junto aos alunos uma fundamentação teórico-prática das medidas biométricas somáticas e funcionais do indivíduo. - Analisar as atitudes e movimentos das mais diversas modalidades na mobilidade humana, testando, medindo e avaliando.																																																																									
<b>EMENTA:</b> Apresentação do programa, conhecimento dos equipamentos. Conceitos Básicos e enfoque histórico. Avaliação Antropométrica (estatura, peso, diâmetros e circunferências corporais). Frequência Cardíaca - Máxima, Repouso e de Trabalho. Testes Físicos (valências físicas). Elaboração de uma avaliação investigativa (Anamnese. Somatotipo - aplicação e utilização da Somatocarta. Bateria de testes.																																																																									
<b>METODOLOGIA:</b> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">Exposição Dialogada:</td> <td style="width: 10%;">SIM</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td style="width: 10%;">NÃO</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td style="width: 50%;">Estudo de caso:</td> <td style="width: 10%;">SIM</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td style="width: 10%;">NÃO</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Trabalho de grupo:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>Seminário:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Debate:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>Painel:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>TBL:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>Fórum/Chat:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>PBL:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>PBLe:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Aula invertida:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>Tempestade Cerebral (Brainstorming)</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Mapa Conceitual:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>Dramatização/ Role Play</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> </table>				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 type="checkbox"/>	NÃO	<input checked="" type="checkbox"/>	TBL:	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input checked="" type="checkbox"/>	Fórum/Chat:	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input checked="" 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"/>
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 type="checkbox"/>	NÃO	<input checked="" type="checkbox"/>																																																																
TBL:	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input checked="" type="checkbox"/>	Fórum/Chat:	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input checked="" 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"/>																																																																
<b>RECURSOS AUXILIARES:</b> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">Computador:</td> <td style="width: 10%;">SIM</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td style="width: 10%;">NÃO</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td style="width: 50%;">AVA*:</td> <td style="width: 10%;">SIM</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td style="width: 10%;">NÃO</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Vídeos:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>Atividades clínicas:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Projeto Multimídia :</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>Lousa:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Álbuns Seriados:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>Internet:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Slides:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>Laboratório:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Manequins:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>Vídeo conferência:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Lousa Eletrônica:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>Prancheta Digitalizadora:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> </tr> </table>				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 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"/>
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 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																																																																									
<b>AVALIAÇÃO:</b> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">Discursiva:</td> <td style="width: 10%;">SIM</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td style="width: 10%;">NÃO</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td style="width: 50%;">Prática:</td> <td style="width: 10%;">SIM</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td style="width: 10%;">NÃO</td> <td style="width: 10%; text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Múltipla escolha:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td>Trabalhos de pesquisa:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Oral:</td> <td>SIM</td> <td style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/></td> <td>NÃO</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				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"/>																																													
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"/>																																																																					
<b>BIBLIOGRAFIA BÁSICA:</b> Heyward, Vivian H.. <b>Avaliação física e prescrição</b> . 6. ed. Porto Alegre - RS - Brasil: Artmed, 2013. Lancha Junior, Antônio Herbert. <b>Avaliação e prescrição de exer</b> . Barueri - SP - Brasil: Manole, 2016. Riebe, Deborah. <b>Diretrizes do ACSM para os tes</b> . 10. ed. Belo Horizonte - MG - Brasil: Guanabara Koogan, 2018.																																																																									
<b>BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:</b> ACSM. <b>Diretrizes do ACSM para os tes</b> . 9. ed. Belo Horizonte - MG - Brasil: Guanabara Koogan, 2014. McArdle, William D.. <b>Fisiologia do exercício</b> . 8. ed. Belo Horizonte - MG - Brasil: Guanabara Koogan, 2016. Williams, Len. <b>Treinamento de força</b> . Barueri - SP - Brasil: Manole, 2010. Sharkey, Brian J.. <b>Aptidão física ilustrada</b> . Porto Alegre - RS - Brasil: Artmed, 2012. Virgilio, Stephen J.. <b>Educando crianças para a aptid</b> . 2. ed. Barueri - SP - Brasil: Manole, 2015.																																																																									

SEMESTRE: 2	ANO: 2022	C/H: 67	AULAS: 80
CURSO: EDUCACAO FISICA		CAMPUS: DIVINÓPOLIS	
DISCIPLINA: AVALIACAO DA APTIDAO FISICA			
<b>PLANO DE ENSINO-APRENDIZAGEM</b>			
CONTEÚDOS			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Apresentação do programa, conhecimento dos equipamentos</li><li>2. Conceitos Básicos e enfoque histórico.</li><li>3. Avaliação Antropométrica (estatura, peso, diâmetros e circunferências corporais).</li><li>4. Frequência Cardíaca - Máxima, Repouso e de Trabalho. e Pressão Arterial</li><li>5. Testes Físicos (valências físicas).</li><li>6. Elaboração de uma avaliação investigativa</li><li>7. Somatotipo - aplicação e utilização da Somatocarta.</li><li>8. Bateria de testes.</li></ol>			