

**DIRETORIA DE ENSINO**  
**DEPARTAMENTO DA ÁREA DE QUÍMICA E MEIO AMBIENTE**  
**COORDENAÇÃO DO CURSO TÉCNICO INTEGRADO EM QUÍMICA**  
**PROGRAMA DE UNIDADE DIDÁTICA – PUD**

<b>DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA - ESPORTES INDIVIDUAIS E DE AVENTURA</b>	
<b>Código:</b> 01.103.29	
<b>Carga Horária Total:</b> 40	<b>CH Teórica:</b> 10 <b>CH Prática:</b> 30
<b>CH-Prática como Componente Curricular do ensino:</b>	0
<b>Número de Créditos:</b>	2
<b>Pré-requisitos:</b>	0
<b>Semestre:</b>	3º
<b>Nível:</b>	Ensino Médio
<b>EMENTA</b>	
<p>Estudos dos aspectos históricos e conceituais da Natação, do Atletismo e das práticas de aventura. Os estilos de nado e suas sequências pedagógicas. Os métodos educativos do Atletismo. Marcha, corridas, saltos, lançamentos e provas combinadas. Análise dos princípios de classificação das práticas de aventura. Práticas de aventura em ambiente urbanos e na natureza, no Ar, na Terra e na Água. As práticas de aventura na perspectiva da Educação Ambiental.</p>	
<b>OBJETIVO</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreender os processos de produção e consumo dos esportes individuais (Natação e Atletismo) e das práticas de aventura, levando em conta os conflitos inerentes a sua configuração social, os sentidos atribuídos às suas práticas e os valores que demarcam sua diversidade cultural.</li> <li>- Reconhecer os estilos de nado: peito, costas, borboleta e crawl.</li> <li>- Reconhecer a marcha, as corridas, os saltos, os lançamentos e as provas combinadas que compõe o universo do Atletismo.</li> <li>- Reconhecer as práticas de aventura em ambientes urbanos e na natureza, no Ar, na Terra e na Água.</li> <li>- Experimentar os esportes individuais e as práticas de aventura, estabelecendo a equidade como princípio para o reconhecimento, o acesso e a distribuição dessas práticas entre os diferentes grupos da sociedade.</li> <li>- Reconhecer a gestão de riscos como princípio inerente ao desenvolvimento das práticas de aventura.</li> <li>- Desenvolver os esportes individuais (Natação e Atletismo) estabelecendo a competição, o lazer e a promoção da saúde como os princípios inerentes à sua diversidade cultural.</li> <li>- Desenvolver práticas de aventura na perspectiva da Educação Ambiental estabelecendo a sustentabilidade ambiental e as relações alteritárias com a natureza como princípio de sua distinção.</li> </ul>	
<b>PROGRAMA</b>	
<p>UNIDADE I – Natação</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- História da Natação.</li> <li>- Sequências pedagógicas e aperfeiçoamento dos estilos de nado.</li> </ul> <p>UNIDADE II – Atletismo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- História do Atletismo.</li> <li>- Métodos educativos do Atletismo.</li> <li>- Marcha e Corrida.</li> <li>- Saltos.</li> <li>- Lançamentos.</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Provas combinadas.</li> </ul> <p>UNIDADE III – Práticas de aventura.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aventura, risco e vertigem.</li> <li>- Práticas de aventura urbanas e na natureza, no ar, na terra e na água.</li> <li>- Educação ambiental.</li> </ul>
--

<b>METODOLOGIA DE ENSINO</b>
------------------------------

<p>As aulas serão desenvolvidas através de metodologias diversas que tomem por princípio o movimentar-se. Ainda, aulas expositivas, de campo, visitas técnicas, seminários temáticos e dramatizações de situações-problema deverão ocorrer. Ressalta-se que todas as metodologias selecionadas prezam pela participação direta do educando, entendido como sujeito ativo no processo de ensino-aprendizagem.</p>
--

<b>RECURSOS</b>
-----------------

<p>Avaliação será realizada de forma constante, levando em consideração o potencial, o envolvimento e o desenvolvimento de cada aluno na dinâmica do processo educacional, para isso utilizaremos alguns instrumentos como: participação do aluno no processo pedagógico; seminários; trabalhos em grupo e/ ou individual; autoavaliação; produção de textos; relatórios de aulas; construção de eventos; provas e outros.</p>
--

<b>AVALIAÇÃO</b>
------------------

<p>Avaliação será realizada de forma constante, levando em consideração o potencial, o envolvimento e o desenvolvimento de cada aluno na dinâmica do processo educacional, para isso utilizaremos alguns instrumentos como: participação do aluno no processo pedagógico; seminários; trabalhos em grupo e/ ou individual; autoavaliação; produção de textos; relatórios de aulas; construção de eventos; provas e outros.</p>
--

<b>BIBLIOGRAFIA BÁSICA</b>
----------------------------

<p>FERNANDES, José Luís. <b>Atletismo: corridas</b>. São Paulo: EPU, 2003.</p> <p>GONZALÉZ, Fernando Jaime; DARIDO, Suraya Cristina; OLIVEIRA, Amauri Aparecido Básoli de (org.). <b>Lutas, capoeira e práticas corporais de aventura</b>. 2.ed. Maringá, PR: Eduem, 2017. 192 p. (Práticas corporais e a organização do conhecimento, 4). ISBN 9788576287124.</p> <p>LOTUFO, João Nogueira. <b>Ensinando a nadar</b>. 8. Ed. São Paulo: Companhia Brasil, s/d.</p> <p>MACHADO, David C. <b>Metodologia da natação</b>. São Paulo: EPU, 2004.</p> <p>SCHWARTZ, Gisele Maria (org.). <b>Aventuras na natureza: consolidando significados</b>. Jundiaí: Fontoura, 2006. 262 p. ISBN 9788587114334.</p>
--

<b>BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR</b>
----------------------------------

<p>CAILLOIS, Roger. <b>Os jogos e os homens: a máscara e a vertigem</b>. Trad. José Garcez Palha. Lisboa, Portugal: Editora Cotovia, 1990.</p> <p>FERNANDES, José Luís. <b>Atletismo: corridas</b>. São Paulo: EPU, 2003.</p> <p>FERNANDES, José Luís. <b>Atletismo: os saltos</b>. São Paulo: EPU, 2003.</p> <p>MASSAUD, Marcelo. <b>Regras oficiais de natação</b>. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.</p> <p>UVINHA, Ricardo Ricci (org.). <b>Turismo de aventura: reflexões e tendências</b>. São Paulo: Aleph, 2005. 300 p. (Turismo). ISBN 8576570157.</p>
---

<p><b>Coordenador do Curso</b></p> <p>_____</p>	<p><b>Setor Pedagógico</b></p> <p>_____</p>
---	---

