

**PROGRAMA DE UNIDADE DIDÁTICA – PUD**

(continua)

|  |   |
|--|---|
| <b>DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA</b>   |   |
| <b>Código:</b>   |   |
| <b>Carga horária (CH) total:</b> 40h   | <b>CH teórica:</b> 40h <b>CH prática:</b> 00h<br><b>CH presencial:</b> 08h <b>CH a distância:</b> 32h |
| <b>CH PCC do ensino:</b> –   | <b>CH prática profissional:</b> –   |
| <b>Número de créditos:</b> 02  |   |
| <b>Pré-requisitos:</b> –   |   |
| <b>Semestre:</b> OPTATIVA  | <b>Nível:</b> MÉDIO/TÉCNICO   |
| <b>EMENTA</b>  |   |
| Promoção da saúde; Esporte; Esportes Adaptados. Corpo e mídia.   |   |
| <b>OBJETIVO</b>  |   |
| Refletir, criticamente, sobre as relações entre a realização das práticas corporais e os processos de saúde/doença, inclusive no contexto das atividades laborais. Compreender e refletir sobre como as tecnologias contribuem para a manutenção da saúde e qualidade de vida. Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática. Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes. Experimentar e fruir esportes de invasão, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.  |   |
| <b>PROGRAMA</b>  |   |
| <p>UNIDADE I – Promoção da saúde</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Objetos de conhecimento: práticas corporais, exercício físico e atividade física.</li> <li>• Exercício aeróbio e anaeróbio.</li> <li>• Qualidade de vida e saúde coletiva.</li> <li>• Obesidade, diabetes, hipertensão e sedentarismo.</li> <li>• Noções básicas de primeiros socorros.</li> </ul> <p>UNIDADE II – Tecnologias e saúde</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Objetos de conhecimento: tecnologia e saúde.</li> <li>• Aplicativos de exercício físico.</li> <li>• Influência da mídia e saúde.</li> </ul> <p>UNIDADE III – Esporte de invasão</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Objetos de conhecimento: regras básicas.</li> <li>• Fundamentos técnicos.</li> <li>• Concepções táticas.</li> <li>• Histórico e evolução do esporte.</li> </ul> |   |

(continuação)

|  |
|--|
| <b>PROGRAMA (cont.)</b>  |
| UNIDADE IV – Esportes adaptados <ul style="list-style-type: none"><li>• Objetos de conhecimento: regras básicas.</li><li>• Fundamentos técnicos.</li><li>• Concepções táticas.</li><li>• Histórico e evolução do esporte adaptado.</li></ul>   |
| <b>METODOLOGIA DE ENSINO</b>   |
| Na tematização teórica dos conteúdos o enfoque será na exposição dialogada. Na tematização prática dos conteúdos, o centro das ações será na metodologia ativa, valorizando as experimentações e a reflexão sobre ação no desejo de produzir materiais voltados para o conhecimento dos conteúdos.   |
| <b>RECURSOS</b>  |
| Acesso ao Ambiente Virtual de Aprendizagem – Moodle do IFCE<br>Ferramentas interativas como fóruns, chats, dentre outros.<br>Notebook e internet.<br>Recursos audiovisuais.  |
| <b>AVALIAÇÃO</b>   |
| Avaliação conceitual, por meio de avaliação escrita dos conteúdos do semestre;<br>Avaliação atitudinal dos estudantes, amparados na observação das aulas, valorizando a participação efetiva e ativa dos estudantes;<br>Avaliação procedimental dos estudantes, avaliando a participação em atividades sugeridas durante as aulas podendo ser comprovadas por fotos ou vídeos. |
| <b>REFERÊNCIA BÁSICA</b>   |
| COLETIVO DE AUTORES. <b>Metodologia do ensino da educação física</b> . 2ª ed. Revisada, São Paulo: Cortez, 2009.<br>BRACHT, Valter. <b>Educação física e aprendizagem social</b> . 2004.<br>DARIDO, Suraya Cristina; ANDRADE, Irene Conceição. <b>Educação Física na Escola: implicações para a prática pedagógica</b> . Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.               |
| <b>REFERÊNCIA COMPLEMENTAR</b>   |
| STIGGER, Marco Paulo. <b>Educação Física, Esporte e Diversidade</b> . Campinas, SP: Autores Associados, 2005.<br>FERREIRA, Vanja. <b>Educação Física, Interdisciplinaridade, Aprendizagem e Inclusão</b> . Rio de Janeiro: Sprint, 2006.<br>TEIXEIRA, H. V. <b>Educação Física e Desportos</b> . São Paulo: Saraiva, 2013.   |

(conclusão)

**REFERÊNCIA COMPLEMENTAR (cont.)**

VOSER, Rogério da Cunha; GIUSTI, João Gilberto. **O Futsal e a Escola: uma perspectiva pedagógica**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

BARBANTI, Valdir J. **Treinamento Físico: bases científicas**. 3ª ed. São Paulo: CLR Balieiros, 2001

---

**Coordenador do Curso**

---

**Setor Pedagógico**