

## EMENTAS DAS DISCIPLINAS

### CURSO DE GRADUAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA LICENCIATURA

1º Período	
Disciplina:	Carga horária:
Introdução à Educação Física	68 horas
Ementa:	
A disciplina visa abordar a história da educação Física, os principais conceitos e definições no campo da Educação Física. Destaca a Educação Física enquanto educação, saúde e lazer. A formação Profissional em Educação Física, o currículo por áreas de atuação e funções sociais, os problemas atuais da Educação Física no Brasil. A diferença de currículos: Licenciatura e Bacharelado.	
Bibliografia básica:	
DA COSTA, L. P. Formação profissional em Educação Física, esporte e lazer no Brasil: memória, diagnóstico e perspectiva. Blumenau: Ed. FURB, 1999.	
DE ROSE Jr., D. Esporte e atividade física na infância e adolescência: uma abordagem multidisciplinar. Porto Alegre: Artmed Editora, 2002.	
FARIAS Jr., A. G. (Org.) Uma introdução à Educação Física. Niterói: Corpus, 1999.	
Disciplina:	Carga horária:
Comunicação e expressão	68 horas
Ementa:	
A leitura como vínculo leitor/texto, através da subjetividade contextual, de atividades de textualização, e da integração com estudos lexicais e gramaticais inerentes às temáticas culturais da língua portuguesa.	
Bibliografia básica:	
COSTA VAL, Maria da Graça. Redação e Textualidade. 2 ed. S. Paulo: Martins Fontes, 2006.	
CUNHA, Sergio Fraga et al. Tecendo textos. Canoas: ULBRA, 2000.	
FÁVERO, Leonor Lopes. Oralidade e escrita: perspectivas para o ensino de língua materna. São Paulo: Cortez, 2005.	
Disciplina:	Carga horária:
Fundamentos da Ginástica	68 horas
Ementa:	
História da Educação Física. Contextualização da Educação Física e da cultura universitária. Aspectos do mercado de trabalho e suas interfaces. Diversidade de abordagens éticas e técnicas. Fundamentos dos esportes coletivos e individuais. Evolução histórica da ginástica, terminologia, conceituação de movimento, descrição de exercício e classificações, valências físicas, atividades com implementos de pequeno e grande porte. Correntes pedagógicas da EFI escolar.	

**Bibliografia básica:**

DA COSTA, L. P. Formação profissional em Educação Física, esporte e lazer no Brasil: memória, diagnóstico e perspectiva. Blumenau: Ed. FURB, 1999.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene C.A. Educação Física na Escola: Implicações para prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

FERREIRA, Vanja. Educação Física Escolar: desenvolvendo habilidades. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.

Disciplina:	Carga horária:
Estudos do movimento humano I	68 horas

**Ementa:**

Organismo humano com ênfase no aparelho locomotor através da abordagem anatômica. Osteoartrologia e miologia. O ser humano em sua composição macroscópica. A anatomia humana como base para a educação física e esportes.

**Bibliografia básica:**

NETTER, F. H. Atlas de anatomia humana. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

SCHÜNKE, M.; SCHULTE, E.; SCHUMACHER, U. et al. Prometheus – Atlas de anatomia – anatomia geral e aparelho locomotor. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

TORTORA, Gerard J. Corpo Humano: Fundamentos de Anatomia e Fisiologia. Porto Alegre: Artmed, 2008.

Disciplina:	Carga horária:
Filosofia da Educação	68 horas

**Ementa:**

A educação na contextualização e perspectiva filosófica socioeducacional, por meio da reflexão das necessidades e desafios na visão do homem, da sociedade, enfatizando os aspectos, antropológicos, epistemológicos e suas implicações no fazer pedagógico e na construção de um novo ethos.

**Bibliografia básica:**

ARANHA, Maria. Lucia DE ARRUDA. Filosofia da Educação. São Paulo: Moderna LTDA, 2009.

CHAUÍ, Marilena. Convite à Filosofia. São Paulo: Ática, 2009.

GHIRALDELLI JR., Paulo. Filosofia da educação. São Paulo: Ática, 2006.

**2º Período**

Disciplina:	Carga horária:
Instrumentalização Científica	68 horas

**Ementa:**

A lógica, seus processos e regras aplicadas à metodologia da pesquisa científica como conhecimento humano através da elaboração de um projeto, utilizando ambientes virtuais e o domínio de tecnologias.

**Bibliografia básica:**

CERVO, Amado L.; BERVIAN, Pedro A. Metodologia Científica. São Paulo: Prentice Hall, 2002.

FURASTÉ, Pedro Augusto. Normas Técnicas. Porto Alegre: [s.n], 2009.

GIL, Antônio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. São Paulo: Atlas, 2007.

Disciplina:	Carga horária:
Políticas e Normas da Educação Básica	68 horas

**Ementa:**

Estudo teórico-reflexivo da legislação da educação brasileira, sua aplicabilidade em ambientes formais e não formais, suas inter-relações com as Políticas Públicas para a educação básica nas perspectivas filosófica, cultural e social.

#### Bibliografia básica:

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. Artigos 205 a 214. Brasília, 1988. Disponível em:

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constitui%C3%A7ao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constitui%C3%A7ao.htm).

BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Lei nº 9394, Brasília, 1996. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm).

BRUEL, Ana Lorena de Oliveira. Políticas e legislação da educação básica no Brasil. Curitiba: IBPEX, 2010. Disponível no site da Ulbra - biblioteca virtual

Pearson: <http://ulbra.bvirtual.com.br/editions/2470-politicas-e-legislacao-da-educacao-basica-no-brasil.dp>

Disciplina:	Carga horária:
Psicologia do Desenvolvimento e da Aprendizagem	68 horas

#### Ementa:

Estudos históricos e sociais da constituição da Psicologia como ciência e seus pressupostos teóricos. Pesquisa, análise e configurações conceituais acerca do desenvolvimento humano em seu ciclo vital de base biopsicossocial, cognitiva e cultural. As teorias de aprendizagem propondo reflexões contextualizadas sobre a temática.

#### Bibliografia básica:

EIZIRIK, Cláudio Laks, KAPCZINSKI, Flávio, BASSOLS, Ana Margareth. (orgs) O ciclo da vida humana: uma perspectiva psicodinâmica. Porto Alegre, Artmed, 2001 (Disponível na Biblioteca Virtual)

PAPALIA, Diane E. OLDS, Sally Wendkos. Desenvolvimento humano. 8ª ed. Porto Alegre : Artes Médicas Sul, 2006. (Disponível na Biblioteca Virtual Pearson)

TIERNO, Barnabé A Psicologia da Criança e seu Desenvolvimento – de 0 a 8 anos. São Paulo: Paulus, 2007

Disciplina:	Carga horária:
Recreação e lazer	68 horas

#### Ementa:

Caracterização e concepção do lazer, da recreação e cultura na educação básica. Vivências de lazer e recreação, funções e classificações dos jogos, atividades recreativas, mecanismo de promoção da saúde e da qualidade de vida em ambientes escolares.

#### Bibliografia básica:

ANTUNES, Celso. Jogos para estimulação das múltiplas inteligências. Petrópolis: Vozes, 2002.

FREIRE, J.B. O Jogo: entre o riso e o choro. São Paulo: Autores Associados, 2005.

MURCIA, J.A.M. Aprendizagem através do jogo. Porto Alegre: Artmed, 2005.

### 3º Período

Disciplina:	Carga horária:
Escola e Currículo	68 horas

#### Ementa:

---

Estudo do currículo como espaço de relações e dinâmicas no qual interagem conhecimentos e valores inspirados em concepções filosóficas, sócio-históricas, políticas e culturais. Contextualização e inter-relação com as políticas para a Educação Básica e seu compromisso com a gestão democrática participativa e sustentável da escola e do ensino, considerando-o como um fluxo em constante construção e reconstrução no qual estão implicados sujeitos.

**Bibliografia básica:**

BRASIL. Ministério da Educação, Conselho Nacional de Educação. Resolução nº 4 de 13 de julho de 2010 (Define Diretrizes Curriculares Nacionais gerais para a Educação Básica). Brasília: MEC, 2010. Disponível em:

[http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=12992:diretrizes-para-a-educacao-basica&catid=323:orgaos-vinculados](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=12992:diretrizes-para-a-educacao-basica&catid=323:orgaos-vinculados)

SACRISTÁN, J. Gimeno. O currículo: uma reflexão sobre a prática. Porto Alegre: Artmed, 2008. Disponível no site da Ulbra - biblioteca virtual Pearson:

<http://ulbra.bvirtual.com.br/editions/1279-o-curriculo-uma-reflexao-sobre-a-pratica>

SILVA, Tomaz Tadeu. Documento de identidade: uma introdução às teorias do currículo. Belo Horizonte: Autêntica, 2009.

Disciplina:	Carga horária:
Didática – Org. do Trabalho Pedagógico	68 horas

**Ementa:**

Organização e contextualização do trabalho pedagógico nos processos de ensino e de aprendizagem através da análise crítica e reflexiva das abordagens sociais e históricas das tendências e teorias educacionais. Pesquisa da ação educacional articulada aos diferentes níveis de planejamento e à avaliação institucional educativa, a partir de metodologias constitutivas de redes de conhecimento.

**Bibliografia básica:**

BOTH, Ivo José. Avaliação planejada, aprendizagem consentida: é ensinando que se avalia, é avaliando que ensina. Curitiba: IBPEX, 2008.

CERVI, Rejane de Medeiros. Planejamento e avaliação educacional. Curitiba: IBPEX, 2008.

ZABALA, Antoni. A prática educativa: como ensinar. Porto Alegre: Artmed, 1998.

Disciplina:	Carga horária:
Desenvolvimento e aprendizagem motora	68 horas

**Ementa:**

Mudanças desenvolvimentais que ocorrem no comportamento motor ao longo da vida, referenciado nas características e princípios do crescimento, envelhecimento e fases do desenvolvimento motor. Características e princípios que norteiam a aquisição de habilidades motoras e as mudanças comportamentais decorrentes do processo ensino – aprendizagem de atividade física e do esporte escolar. Relação das mudanças desenvolvimentais com a aprendizagem motora.

**Bibliografia básica:**

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 3ª. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

SCHMIDT, R. A.; WRISBERG C. A. Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema. Porto Alegre: Artmed, 2001.

---

TEIXEIRA, L. A. Controle Motor. São Paulo: Manole, 2006.

Disciplina:	Carga horária:
Estudo do movimento humano II	68 horas

**Ementa:**

História da Cinesiologia e relações entre as demais ciências. Estudo da Cinesiologia e sua aplicação na Educação Física. Cinesiologia de membros superiores, tronco e membros inferiores. Análise e avaliação do desempenho do movimento humano. Cinesiologia da Vida diária.

**Bibliografia básica:**

FLOYD, D.T.; THOMPSON, C. W. Manual de Cinesiologia Estrutural. São Paulo: Manole, 2002.

KENDALL, F. P.; McCREARY, E. K.; PROVANCE, P. G. Músculos: Provas e Funções. 4ª. ed. São Paulo: Manole, 1995.

RASCH, P. J. & BURKE, R. K. Cinesiologia e Anatomia Aplicada. 7ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

**4º Período**

Disciplina:	Carga horária:
Estágio em educação física I	68 horas

**Ementa:**

Observação, coatuação e atuação no contexto escolar da Educação Física infantil; organização e elaboração de planos de ensino e planos de aula, que orientam as atividades docentes correlatas em escolas infantis, compreensão da importância do projeto pedagógico escolar para prática didática.

**Bibliografia básica:**

BORGES, Célio Jose. Educação física para o pré-escolar. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.

FERREIRA, Vanja. Educação Física escolar: desenvolvendo habilidades. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.

NEGRINE, A. O corpo na educação infantil. Caxias do Sul: EDUCS, 2002.

Disciplina:	Carga horária:
Movimento e Aprendizagem	68 horas

**Ementa:**

Organização e contextualização do trabalho pedagógico nos processos de ensino e de aprendizagem através da análise crítica e reflexiva das abordagens sociais e históricas das tendências e teorias educacionais. Pesquisa da ação educacional articulada ao planejamento e à avaliação institucional e educativa, a partir de metodologias constitutivas de redes de conhecimento. Reflexão, organização e gestão de possibilidades interdisciplinares no âmbito de ações docentes contextualizadas.

**Bibliografia básica:**

BECKER, Fernando. Educação e construção do conhecimento. Porto Alegre: Artmed, 2001.

LIBÂNEO, J.C. Didática. São Paulo: Cortez, 1994.

ZABALA, Antoni. Enfoque globalizador e pensamento complexo: uma proposta para o currículo escolar. Porto Alegre: Artmed, 2002.

Disciplina:	Carga horária:
Ritmo e expressão corporal	68 horas

**Ementa:**

Conhecimento sobre concepções do corpo produzidas na história da humanidade. Planejamento, organização e construção das diferentes manifestações da corporeidade e do movimento rítmico no contexto da educação física na educação básica e implicações nos processos de aprendizagem e na formação pessoal do sujeito. Conhecimento sobre as possibilidades cognitivas e expressivas do corpo.

**Bibliografia básica:**

ARTAXO, Inês; MONTEIRO, Gisele. Ritmo e movimento. São Paulo: Phorte, 2000.  
BERTAZZO, Ivaldo. Cidadão corpo: identidade e autonomia do movimento. 4 ed. São Paulo: Summus, 1998.  
SANTOS, Gustavo Gonçalves dos. Psicomotricidade relacional: um outro olhar sobre a motricidade humana. São Paulo: All Print, 2008.

Disciplina:

Projetos Interdisciplinares

Carga horária:

68 horas

**Ementa:**

Contextualização de processos de ensino e aprendizagem através da análise de paradigmas transformadores, em espaços formais e não formais, com elaboração, aplicação e avaliação de projetos educativos interdisciplinares.

**Bibliografia básica:**

CONSALTER, Maria Alice Soares. Elaboração de projetos: da introdução à conclusão. Curitiba: IBPEX, 2009. PEARSON  
HERNÁNDEZ, Fernando e VENTURA, Montserrat. A organização do currículo por projetos de trabalho. O conhecimento é um caleidoscópio. Porto Alegre: Artmed, 1998. PEARSON E PRESENCIAL/CANOAS  
ZABALA, Antoni. Enfoque globalizador e pensamento complexo: uma proposta para o currículo escolar. Porto Alegre: Artmed, 2002. . PEARSON E PRESENCIAL/CANOAS

Disciplina:

Sociedade e contemporaneidade

Carga horária:

68 horas

**Ementa:**

Fundamentação teórica, filosófica e conceitual das Ciências Sociais (Antropologia, Ciência Política e Sociologia), bem como sua aplicabilidade como recurso analítico ao contexto nacional e internacional para a compreensão dos fenômenos sociais, políticos e culturais das sociedades contemporâneas, em especial da sociedade brasileira.

**Bibliografia básica:**

BECKER, Fernando. Educação e construção do conhecimento. Porto Alegre: Artmed, 2001.  
BERGER, Peter. Luckmann, Thomas. A construção social realidade: tratado de sociologia do conhecimento. Petrópolis: Vozes, 2001.  
IANNI, Octavio. A era do globalismo. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2002.

**5º Período**

Disciplina:

Educação Inclusiva

Carga Horária

68

**Ementa:**

Pressupostos teóricos e metodológicos da Educação Inclusiva. Análise histórica da Educação Especial e das tendências atuais, no âmbito nacional e internacional. Questões políticas, ideológicas e éticas da Educação Inclusiva. Os sujeitos do processo

educacional especial: portadores de necessidades educacionais especiais. Perspectivas da Educação Inclusiva no sistema escolar: currículo, avaliação e didática. Perspectivas para a construção de uma Sociedade Inclusiva: sujeito, família, escola e sociedade.

#### **Bibliografia básica:**

COLL, César; PALACIOS, Jesús; MARCHESI, Álvaro (Orgs.) Desenvolvimento psicológico e educação. Porto Alegre: Artmed, 1995. (v. 3: Transtornos de desenvolvimento e necessidades educativas especiais)

MITTLER, Peter. Educação Inclusiva: com textos sociais. Porto Alegre: Artmed, 2003.

STAINBACK, Susan; STAINBACK, William. Inclusão: um guia para educadores. Porto Alegre: Artmed, 1999.

Disciplina:	Carga horária:
Estágio em educação física II	68 horas

#### **Ementa:**

Observação, coatuação e atuação no contexto escolar, na Educação Física nos anos iniciais do ensino fundamental; organização e elaboração de planos de ensino e planos de aula, que orientam as atividades docentes correlatas em escolas de ensino fundamental, compreensão da importância do projeto pedagógico escolar, para efetivação da prática docente.

#### **Bibliografia básica:**

ANTUNES, Celso. Jogos para estimulação das múltiplas inteligências. Petrópolis: Vozes, 2002.

BATISTA, Luiz. Educação física no ensino fundamental. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

Disciplina:	Carga horária:
Fisiologia do Exercício I	68 horas

#### **Ementa:**

Aplicação da fisiologia humana na educação física a partir do estudo anatomo-morfológico. Funções das células, tecidos, órgãos e sistemas em um todo funcional.

#### **Bibliografia básica:**

GUYTON, Arthur C; HALL, John E. Fundamentos de Guyton: Tratado de Fisiologia Médica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

GUYTON, Arthur C; HALL, John E. Tratado de fisiologia médica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1996.

TORTORA, Jerard J. Corpo humano: fundamentos de anatomia e fisiologia. Porto Alegre: Artmed, 2008.

Disciplina:	Carga horária:
Cultura religiosa	68 horas

#### **Ementa:**

Visão global da importância do fenômeno religioso e suas implicações na formação do ser humano e da sociedade, através do conhecimento, análise e pesquisa das principais religiões universais e pela reflexão crítica dos valores humanos, sociais, éticos e espirituais, legados pelo cristianismo à civilização ocidental.

#### **Bibliografia básica:**

GAARDER, Jostein; HELLERN, Victor; NOTAKER, Henry. O livro das religiões. São Paulo:

---

Companhia das Letras, 2004.

KUCHENBECKER, Valter. (Coord.). O Homem e o sagrado. Canoas: ULBRA, 1998.

WARTH, M.C. Fé Existencial no Mundo Secular: Um estudo comparativo entre Franz Pieper e Gerhard Ebeling sobre a natureza e função da fé. Canoas: ULBRA, 2003.

Disciplina:	Carga horária:
Medidas e Avaliação	68 horas

#### Ementa:

Princípios teóricos e práticos do treinamento físico, em relação às capacidades condicionantes e coordenativas e sua aplicabilidade no exercício físico direcionado à aptidão relacionada à saúde e desporto escolar; Formas de avaliação física utilizadas na Educação Física Escolar; Prescrição de exercícios voltados para a Educação Básica.

#### Bibliografia básica:

FLECK, S.; KRAEMER, W.J. Fundamentos do Treinamento de Força Muscular. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

GOMES, A C. Treinamento Desportivo. Estruturação e Periodização. Porto Alegre: Artmed, 2002.

MORROW Jr., JAMES et al. Medida e avaliação do desempenho humano. Porto Alegre: Artmed, 2003.

#### 6º Período

Disciplina:	Carga horária:
Estágio em educação física III	136 horas

#### Ementa:

Observação, coatuação e atuação no contexto escolar, na Educação Física nos anos finais do ensino fundamental; organização e elaboração de planos de ensino e planos de aula, que orientam as atividades docentes correlatas em escolas de ensino fundamental, compreensão da importância do projeto pedagógico escolar, para efetivação da prática docente.

#### Bibliografia básica:

BATISTA, Luiz. Educação física no ensino fundamental. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.

FERREIRA, Vanja. Educação Física Escolar: desenvolvendo habilidades. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.

MELHEM, Alfredo. A prática da Educação Física na Escola. Rio de Janeiro: Sprint, 2009.

Disciplina:	Carga horária:
Fisiologia do exercício II	68 horas

#### Ementa:

Aplicação da fisiologia na educação física escolar a partir do estudo das respostas agudas e crônicas, e das adaptações ao exercício físico nas diferentes células, órgãos e sistemas em um todo funcional. Quando em situação de estresse físico. A partir dessa contextualização o profissional terá condições de identificar e perspectivar seu papel na relação entre o indivíduo, o ambiente escolar e as alterações fisiológicas decorrentes da prática da educação física.

#### Bibliografia básica:

MCARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. Fisiologia do exercício, energia, nutrição e desempenho humano. Rio de Janeiro: Guanabara & Koogan. 2003.

POWERS, S.; HOWLEY, E. Fisiologia do exercício. São Paulo: Manole, 2000.

---

WILMORE, J. Costill, D. Fisiologia do esporte e do exercício. São Paulo: Manole, 2001.

Disciplina:	Carga horária:
Atividade motora adaptada	68 horas

**Ementa:**

Conhecimento da atividade motora adaptada (educação física adaptada e desporto adaptado) para pessoas com deficiência mental, física, visual e auditiva. Inclusão dos alunos com necessidades especiais nas diferentes atividades desenvolvidas na educação física escolar. Estruturas adequadas para o desenvolvimento de atividades físicas e esportivas no ambiente escolar.

**Bibliografia básica:**

DIEHL, Rosilene Moraes. Jogando com as diferenças. São Paulo: Phorte, 2008.  
LOPES, M.C; DAL'IGNA, C. In/exclusão: nas tramas da escola. Canoas: ULBRA, 2007.  
WINNICK, Joseph. Educação física e esportes adaptados. Barueri: Manole, 2004.

Disciplina:	Carga horária:
LIBRAS	68 horas

**Ementa:**

Estudo da Língua Brasileira de Sinais – LIBRAS, em caráter presencial e semipresencial, com a apresentação do sujeito surdo, sua cultura, sua língua e gramática. Referencial teórico interativo como paradigma teórico/metodológico alternativo prático para entendimento da cultura surda e suas especificidades.

**Bibliografia básica:**

LACERDA, Cristina B. Feitosa de. Intérprete de libras: em atuação na educação infantil e no ensino fundamental. Porto Alegre: Mediação, 2009.  
SKLIAR, C. (Org). A surdez: um olhar sobre as diferenças. Porto Alegre: Mediação, 2001.  
SKLIAR, C. (Org). Atualidade da educação 9d9BRA9a para Surdos. Porto Alegre: Mediação, 1999.

**7º Período**

Disciplina:	Carga horária:
Estágio em Educação Física IV	136 horas

**Ementa:**

Observação, coatuação e atuação no contexto escolar, no Ensino Médio, educação especial e educação de jovens e adultos; organização e elaboração de planos de ensino e planos de aula, que orientam as atividades docentes correlatas em escolas, compreensão da importância do projeto pedagógico escolar, para efetivação da prática docente.

**Bibliografia básica:**

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. Guanabara Koogan: Rio de Janeiro, 2005.  
FERREIRA, Vanja. Educação Física na escola. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.  
KROGER, Christian; ROTH, Klaus. Escola da Bola: um ABC para iniciantes nos jogos esportivos. São Paulo: Phorte, 2006.

Disciplina:	Carga horária:
Atividade física e saúde	68 horas

**Ementa:**

Noções contextualizadas acerca dos significados de saúde, doença, estilo de vida, risco e derivações afins no ambiente escolar. Análise sobre a tríade atividade

---

física/corpo/saúde na educação física. Programas de promoção à saúde e as possíveis intervenções da Educação Física Escolar sobre as doenças crônico-degenerativas.

**Bibliografia básica:**

AGUINALDO, G. Conhecendo e discutindo Saúde Coletiva e Atividade Física. 1. 10d. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.

NIEMAN, D.C. Exercício e saúde. São Paulo: Manole, 1999.

PITANGA, Francisco J.G. Epidemiologia da Atividade Física, Exercícios Físicos e Saúde. Rio de Janeiro: Phorte, 2004.

Disciplina:	Carga horária:
Teoria do treinamento físico	68 horas

**Ementa:**

A disciplina estuda os princípios teórico e prático do treinamento físico, em relação às capacidades condicionantes e coordenativas e sua aplicabilidade nos exercícios direcionados à saúde e desempenho esportivo.

**Bibliografia básica:**

FLECK, S.; KRAEMER, W.J. Fundamentos do Treinamento de Força Muscular. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

GOMES, A C. Treinamento Desportivo. Estruturação e Periodização. Porto Alegre: Artmed, 2002.

MORROW Jr., JAMES et al. Medida e avaliação do desempenho humano. Porto Alegre: Artmed, 2003.

**Optativas e esportes**

Disciplina:	Carga horária:
Atletismo	68 horas

**Ementa:**

Histórico do Atletismo. Fundamentos técnicos e táticos das corridas, saltos, arremesso e lançamentos. Processos pedagógicos para o aprendizado das diferentes modalidades do atletismo. Regras do atletismo. O atletismo no ambiente escolar.

**Bibliografia básica:**

COICEIRO, Geovana A. 1000 Exercícios e jogos para o atletismo. Rio de Janeiro: Sprint, 2008.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Atletismo: Regras Oficiais 2005-2006. Guarulhos: Phorte, 2007.

FROMETA, Edgard Romero; Takahamashi, Kiyoshi. Guia Metodológico de Exercícios em Atletismo: formação, técnica e treinamento. Porto Alegre: Artmed, 2004.

Disciplina:	Carga horária:
Basquetebol	68 horas

**Ementa:**

História do Basquete. Iniciação, aspectos estruturais e funcionais do minibasquete e basquete, fundamentos, regras e procedimentos de ensino. Conhecimento dos diferentes sistemas que envolvem o jogo e a sua aplicação. Metodologias aplicadas para o ensino na escola. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

ALMEIDA, Marcos Bezerra D. Basquetebol: Iniciação. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

CARVALHO NETO, Walter Pereira. Basquetebol: sistemas de ataque e defesa. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

---

GUARIZE, Mario Roberto. Basquetebol: da iniciação ao jogo. Jundiaí: Fontoura, 2007.

Disciplina:	Carga horária:
Futebol de campo	68 horas

**Ementa:**

História do Futebol. Iniciação, aspectos estruturais e funcionais do minifutebol e futebol, fundamentos, regras e procedimentos de ensino. Conhecimento dos diferentes sistemas que envolvem o jogo e a sua aplicação. Metodologias aplicadas para o ensino na escola. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

DIENSTMANN, Claudio; DERNARDIN, Pedro Ernesto. Um Século de Futebol no Brasil, do Sport Club Rio Grande ao Clube dos Treze. Porto Alegre: APLUB Ltda., 1999.  
FRISSELLI, A. MANTOVANI, M. Futebol – Teoria e prática. Londrina, Phorte, 1999.  
LEAL, Júlio César: Futebol: arte e ofício. Rio de Janeiro, Sprint, 2001.

Disciplina:	Carga horária:
Futebol de Salão	68 horas

**Ementa:**

História do Futsal. Iniciação, aspectos estruturais e funcionais do minifutsal e futsal, fundamentos, regras e procedimentos de ensino. Conhecimento dos diferentes sistemas que envolvem o jogo e a sua aplicação. Ações técnicas do goleiro. Metodologias aplicadas para o ensino na escola. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

APOLO, Alexandre. Futsal: metodologia e didática na aprendizagem. Rio de Janeiro: Phorte, 2008.  
TENROLLER, Carlos Alberto. Futsal: ensino e prática. Canoas: ULBRA, 2004.  
VOSER, Rogério da Cunha. Futsal: princípios técnicos e táticos. Canoas: ULBRA, 2003.

Disciplina:	Carga horária:
Natação	68 horas

**Ementa:**

Histórico da natação, conhecimento teórico-prático dos fundamentos e das técnicas do nado, de viradas e saídas dos quatro estilos da natação. Apresentação de métodos de ensino em diferentes estágios de aprendizagem e das regras e sua aplicação na escola.

**Bibliografia básica:**

COLWIN, Cecil. Nadando para o século XXI. São Paulo: Manole, 2000.  
GOMES, Wagner D. Natação, erros e correções. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.  
LIMA, William Urezzi de. Ensinando Natação. São Paulo: Phorte, 2007.

Disciplina:	Carga horária:
Handebol	68 horas

**Ementa:**

História do handebol. Iniciação, aspectos estruturais e funcionais do mini-handebol e handebol, fundamentos, regras e procedimentos de ensino. Conhecimento dos diferentes sistemas que envolvem o jogo e a sua aplicação. Ações técnicas do goleiro. Metodologias aplicadas para o ensino na escola. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

SANTOS, R. Handebol 1000 Exercícios. Rio de Janeiro: Sprint, 2007.

SIMÕES, Antonio Carlos. Handebol defensivo. São Paulo: Phorte, 2002.

TENROLLER, C. A. Handebol: teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.

Disciplina:	Carga horária:
Voleibol	68 horas

**Ementa:**

História do Voleibol. Iniciação, aspectos estruturais e funcionais do minivoleibol e voleibol, fundamentos, regras e procedimentos de ensino. Conhecimento dos diferentes sistemas que envolvem o jogo e a sua aplicação. Metodologias aplicadas para o ensino na escola. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

BOJIKIAN, João Marcondes. Ensinando Voleibol. São Paulo: Phorte, 2008.

BORSARI, JOSÉ ROBERTO. Voleibol: aprendizagem e treinamento; um desafio constante; variações do voleibol; vôlei de praia; futevôlei; vôlei em quartetos. 3ª. ed. São Paulo: EPU, 2001.

SANTINI, JOAREZ. Voleibol escolar: da iniciação ao treinamento. Canoas: ULBRA, 2008.

Disciplina:	Carga horária:
Lutas	68 horas

**Ementa:**

Histórico das lutas. Luta enquanto manifestação da cultura corporal do movimento humano. Aspectos pedagógicos e técnicos no ambiente escolar. A luta como jogo e esporte e suas implicações no contexto educacional. Organização e desenvolvimento das modalidades de lutas no Brasil e no mundo. Estudos dos gestos próprios e dos elementos fundamentais das diversas modalidades de lutas.

**Bibliografia básica:**

BREDA, Mauro et al. Pedagogia do esporte aplicado as Lutas. São Paulo: Phorte, 2010.

FRANCHINE, Emerson. Judô: desempenho competitivo. Barueri: Manole, 2001.

SILVA, Gladson de Oliveira; HEINE, Vinícius. Capoeira: um instrumento psicomotor para cidadania. São Paulo: Phorte, 2008.

Disciplina:	Carga horária:
Esportes da natureza	68 horas

**Ementa:**

Planejamento, organização e prática de esportes na natureza. Interação com o meio ambiente. Desenvolvimento de uma consciência ecológica. Identificação de métodos de ensino e aprendizagem das técnicas específicas e sua aplicação na escola. Biodiversidade, proteção de ecossistemas, poluição, lixo e reciclagem, atitudes e responsabilidades coletivas.

**Bibliografia básica:**

ASHCROFT, F. A Vida no Limite: A ciência da sobrevivência. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

MARINHO, Alcyane; BRUHNS, Heloisa Turini. Viagens, Lazer e esporte: o espaço da o espaço da natureza. São Paulo: Manole, 2006.

SCHWARTZ, Gisele Maria (Org.). Aventuras na natureza: consolidando significados. São Paulo: Fontoura, 2006.

Disciplina:	Carga horária:
Esportes de Raquete	68 horas

**Ementa:**

---

História do Tênis. Iniciação, aspectos estruturais e funcionais do minitênis e tênis, fundamentos, regras e procedimentos de ensino. Metodologias aplicadas para o ensino na escola. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

BALBINOTTI, Carlos. O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem. Porto Alegre: Artmed, 2009.

FONTOURA, F. Tênis para todos. Canoas: ULBRA, 2003.

ISHIZAKI, Márcio T.; CASTRO, Mara. Tênis: aprendizagem e treinamento. Rio de Janeiro: Phorte, 2006.

Disciplina:	Carga horária:
Atividades aquáticas	68 horas

**Ementa:**

Histórico das atividades aquáticas. Iniciação, aspectos estruturais e funcionais das atividades, regras e procedimentos de ensino. Metodologias aplicadas para o ensino na escola. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

BATES, Andréa; HANSOR, Norm. Exercícios aquáticos terapêuticos. São Paulo: Manole, 1998.

BETTI, Irene R. Manual de ginástica respiratória e natação. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.

COSTA, Paula H. Lobo da. Natação e atividades aquáticas: subsídios para o ensino. São Paulo: Manole, 2010.

Disciplina:	Carga horária:
Atividade Física para Terceira Idade	68 horas

**Ementa:**

Estudo do processo de envelhecimento a partir da identificação das características sociais, físicas e psicológicas das pessoas na fase da terceira idade; investigando o papel da Educação Física quanto aos seus objetivos e metodologias para indivíduos com idade superior aos 60 anos.

**Bibliografia básica:**

OKUMA, S.S. O idoso e a atividade física. Campinas: Papyrus, 2008.

SHEPHARD, RoyJ. Envelhecimento, atividade física e saúde. São Paulo: Phorte, 2003.

SPIRDUSO, W. Dimensões físicas do envelhecimento. Porto Alegre: ArtMed, 2005.

Disciplina:	Carga horária:
Ginástica Postural e Laboral	68 horas

**Ementa:**

Considerações anátomo-funcionais do aparelho locomotor, identificação e consequências dos maus hábitos posturais, postura corporal nas atividades diárias, fundamentos para a avaliação postural, fundamentos da postura dinâmica e sua relação com a ergonomia, contextualização da atividade física na empresa, ginástica laboral seus princípios e aplicações.

**Bibliografia básica:**

ADLER, S, A.; BUCK, M.; BECKERS, D. PNF: Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva. 1.a. ed. São Paulo: ed. Manole, 1999.

GRANDJEAN, E. Manual de ergonomia: adaptando o trabalho ao homem. Porto Alegre: Ed. Bookman, 1998.

VERDERI, E. Programa de reeducação postural. São Paulo: Phorte, 2001

---

<b>Disciplina:</b>	<b>Carga horária:</b>
Musculação	68 horas

**Ementa:**

Importância do estudo da musculação e sua aplicação na Educação Física, tanto para performance em esportes, como para saúde e qualidade de vida em indivíduos não atletas. Análise de exercícios e aparelhos de musculação, bem como a metodologia do seu treinamento no que tange a carga utilizada, intervalo entre exercícios, número de repetições e séries, além de frequência semanal de treinamentos.

**Bibliografia básica:**

BEAN, Anita. O Guia Completo de Treinamento de Força. Ed. Manole, 1999.  
 BACURAU F. Reury, Navarro Francisco, Marco A. Uchida, Rosa C. P. B. Luis. Hipertrofia – Hiperplasia. Ed. Phorte, 2001.  
 KRAEMER, Willian e FLECK, Steven. Fundamentos do Treinamento de Força Muscular. Ed. Artmed, 2 edição, 1999.

<b>Disciplina:</b>	<b>Carga horária:</b>
Nutrição aplicada à Educação Física	68 horas

**Ementa:**

Alimentação e nutrição; Função dos alimentos e suas necessidades no dia a dia; Importância de alimentos adequados no crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes e na prevenção de doenças crônicas, como obesidade, bulimia, anorexia, diabetes e hipertensão arterial. As relações entre nutrição e exercícios físicos.

**Bibliografia básica:**

CLARK, Nancy. Guia de nutrição desportiva: alimentação para uma vida ativa. 3ª. 14d. Porto Alegre: Artmed, 2002.  
 McARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. Nutrição: para o esporte e o exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.  
 McARDLE. Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano. 5ª. 14d. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

<b>Disciplina:</b>	<b>Carga horária:</b>
Psicologia da atividade física e do esporte	68 horas

**Ementa:**

Psicologia do esporte e do exercício no âmbito escolar. Influência dos aspectos psicológicos nos jogos e competições escolares. Efeitos do esporte e do exercício na promoção da saúde desde a infância. Desenvolvimento do comportamento humano: cognitivo, afetivo-social e psicomotor. Inclusão de alunos com necessidades especiais.

**Bibliografia básica:**

BECKER JUNIOR, B. Psicologia aplicada à criança no esporte. Novo Hamburgo: Feevale, 2001.  
 BECKER, JUNIOR, B. Manual de psicologia do esporte e exercício. Porto Alegre: Novaprova, 2000.  
 BECKER, JUNIOR, B.; SAMULSKI, D. Manual de treinamento psicológico para o esporte. Porto Alegre: Edelbra, 2002.

<b>Disciplina:</b>	<b>Carga horária:</b>
Processos Investigativos em Educação Física	68 horas

**Ementa:**

Método científico e pesquisa em Educação Física Escolar. Metodologia e análises

---

utilizadas. Elaboração de projeto de pesquisa. Utilização de programas de análise de dados. Construção de bancos de dados e iniciação a estatística aplicada à Educação Física.

#### **Bibliografia básica:**

DEMO, Pedro. Metodologia científica em Ciências Sociais. 2ª. 15d. São Paulo: Atlas, 1995.

GAYA, A.C.; GARLIPP, D.C.; SILVA, M.F.; MOREIRA, R.B. Ciências do movimento humano: introdução à metodologia da pesquisa. Porto Alegre: Artmed, 2008.

THOMAS, Jerry; NELSON, Jack. Métodos de pesquisa em atividade física. 3ª. 15d. Porto Alegre: Artmed, 2002.

<b>Disciplina:</b>	<b>Carga horária:</b>
Ginástica de Academia	68 horas

#### **Ementa:**

Historicidade e contextualização da Educação de Jovens e Adultos no Brasil e no mundo, através das perspectivas didático-metodológicas multiculturais, sócio-interacionistas e das subjetividades, considerando as linguagens, a corporeidade, a vertente laboral e a construção da autonomia na formação para a cidadania.

Perspectivas na Educação Física na Educação de Jovens e Adultos.

#### **Bibliografia básica:**

CORRÊA, Luis Oscar Ramos. Fundamentos metodológicos em EJA I. Curitiba: IESDE, 2008.

MOLL, Jaqueline (Org). Educação de Jovens e Adultos. Porto Alegre: Mediação, 2008.

PICONEZ, Stela. Educação Escolar de Jovens e Adultos: das competências sociais dos conteúdos aos desafios da cidadania. Campinas: Papirus, 2004.

<b>Disciplina:</b>	<b>Carga horária:</b>
Gestão em Educação Física	68 horas

#### **Ementa:**

A disciplina discute e analisa a natureza e funções da gestão, planejamento estratégico, conceitos e estratégias de marketing em Educação Física; aborda o empreendedorismo e plano de negócios; discute os aspectos éticos e legais da Educação Física; analisa e identifica as entidades nacionais e internacionais de gestão da Educação Física e do esporte; instrumentaliza o aluno no planejamento e organização de eventos esportivos e de lazer.

#### **Bibliografia básica:**

WATT, David C. Gestão de eventos em lazer e turismo. Porto Alegre: Bookman, 2007.

ROCHE, Fernando Paris. Gestão desportiva. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

KOTLER, Philip. Administração de marketing. 10. ed. São Paulo : Prentice Hall, 2005.

---