

## EMENTA

### PLANO DE ENSINO

#### 1. IDENTIFICAÇÃO

Campus: Avançado Quedas do Iguaçu

Eixo tecnológico: Informação e Comunicação

Curso: Técnico em Informática Integrado ao Ensino Médio

Componente curricular: **Educação Física III.**

Docente: **Kleber Augusto Michalichem**

Carga horária: **CH: 67H/80H/A**

Turno: **Matutino**

Número de aulas na semana: 2

Período letivo: **2020**

Turma (s): **4º Ano**

Coordenador do curso: **Odair Moreira de Souza**

#### 2. EMENTA

As Atividades corporais e intelectuais dentro dos conteúdos globais da Educação Física escolar: o esporte, os jogos, a dança, as lutas e as ginásticas, além de bases antropométricas, jogos eletrônicos e educação sexual e uso de drogas ilícitas (temas transversais). Todos com fundamentação teórica e com o intuito de integração da Educação Física com a área técnica utilizando-se de metodologia contextualizada para direcionar os conteúdos para a área da Informática.

#### 3. OBJETIVOS

##### 3.1 Objetivo geral

Entender a fisiologia do exercício envolvida nas modalidades coletivas e individuais, a biomecânica do movimento relacionado ao gesto técnico correto e a musculatura recruta durante o movimento, e esportes adaptados.

### 3.2 Objetivo Específico.

- \* Entender a fisiologia do exercício envolvida com as modalidades esportivas;
- \* Compreender os procedimentos que envolvem os eventos esportivos;
- \* Entender e vivenciar a prática dos Esportes Adaptados.

## 4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Anatomia -
  - \* Sistema Esquelético,
  - \* Sistema muscular.
  
- Esportes Adaptados;
  
- Organização Desportiva.

## 5. METODOLOGIA DE ENSINO E AVALIAÇÃO

Os conteúdos selecionados serão trabalhados utilizando aulas expositivas, priorizando o debate. Pretende-se com o conteúdo de Anatomia 1 traçar uma relação com o gesto motor e as habilidades motoras envolvidas nos esportes coletivos e individuais trabalhados nos anos anteriores, de modo a estimular a construção do conhecimento por meio da elaboração de trabalhos teóricos/práticos sempre sob a supervisão e apoio do professor. Compreender a fisiologia envolvida em cada gesto técnico, bem como a biomecânica do movimento envolvida nas modalidades esportivas propostas. O conteúdo será abordado por meio de:

- Aulas expositivas;
- Elaboração de artigos / exposição oral;
- Discussões, debates e questionamentos através de visitas técnicas e;
- Aulas práticas com convidados.
- 

## RECURSOS DIDÁTICOS

1. Materiais alternativos;
2. Quadro / pincel;
3. Quadra poliesportiva;
4. Multimídia;
5. Materiais esportivos em geral.

## 6. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

A avaliação será realizada seguindo as orientações da Resolução 050/2017, que estabelece as normas de avaliação dos processos de ensino e aprendizagem no IFPR.

Os alunos serão avaliados conforme o seu desempenho durante o ano letivo, por meio de prova teórica, participação produtiva nas aulas, elaboração e apresentação de trabalhos/artigos, participação nos fóruns de discussão de modo que o conceito estará atrelado à sua produtividade na disciplina.

## 7. RECUPERAÇÃO

A recuperação paralela será ofertada de forma contínua durante as aulas e ainda nos momentos de atendimentos ao aluno de forma individualizada.

## 8. BIBLIOGRAFIA

### 8.1 Bibliografia Básica

1. NAHAS, M.V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo**. 3. Ed. Londrina: Midiograf 2003;
2. CHRISTIAEN, Johansen; VERHOFSTADT, Lebut. **Xadrez e Desenvolvimento Cognitivo**. Amsterdam, v. 36, 1981;
3. GRUMBACH, M.; DASSEL, H. **Tênis de Mesa: Ensino Básico para Colégios e Clubes**. Tecnoprint S.A. 1984;
4. ARAUJO, R.; VILANOVA, I. **Atletismo na Escola**. Recife: SecretariadeEducaçãodePernambuco, 1980;
5. BRUHNS, Heloisa Turini. **Esporte e Natureza: A Experiência Sensível**. Motriz, Revista de Educação Física – UNESP. Rio Claro, v. 7, n. 1, p. 93-98, 2001.

### 8.2 Bibliografia Complementar

- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- DARIO, S.C. **Educação Física na Escola**. Questões e Reflexões. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- WEINEEK, J. **Biologia do Esporte**. São Paulo, Ed Manolo LTDA, 1991.
- POWERS, Scott K.; HOWELEY, Edward T. **Fisiologia do Exercício – Teoria e Aplicação ao Condicionamento e ao Desempenho**. 3º Ed. Ed Manole LTDA, 2000.
- MENDONÇA, Debora. **Educação Física Adaptada**. 1º Ed, Ciranda Cultural. 2013.
- ARAUJO, Paulo F.; GORLA, Jose Irineu.; CALEGAR, Decio Roberto. **Handebol em Cadeiras de Rodas –Regras e Treinamento**. 1º Ed, São Paulo, Editora Phorte, 2010.

## 9. OBSERVAÇÕES.

Quedas do Iguaçu, 16 de março de 2020.

---

**Kleber Augusto Michalichem**



Documento assinado eletronicamente por **KLEBER AUGUSTO MICHALICHEM, DIRETOR(a)**, em 08/05/2020, às 17:26, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://sei.ifpr.edu.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://sei.ifpr.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **0707242** e o código CRC **BC5F2BE5**.

---

Referência: Processo nº 23411.004439/2020-27

SEI nº 0707242

INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ | QUEDAS/SENS/QUEDAS/DG/IFPR/QUEDAS/IFPR/CASCADEL-SENS/QUEDAS  
Rua Emilio Bertolini, nº 54, Curitiba - PR | CEP CEP 82920-030 - Brasil