



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ACRE
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO
COORDENADORIA DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO DO ENSINO

PLANO DE ENSINO

Centro:	Centro de Ciências da Saúde e do Desporto - CCSD				
Curso:	Educação Física - Licenciatura				
Disciplina:	Metodologia do Atletismo Escolar II				
Código:	CCSD130	Carga Horária:	60 h/a	Créditos:	
Pré-requisito:				Semestre Letivo/Ano:	2º Sem/2023
Professor (a):	Dr. Mauro José de Deus Moraes e João Carlos				

1 Ementa

1. Saltos horizontais e verticais: Distância, triplo, Altura e Salto com Vara. Regulamento e organização de competições. Os lançamentos e arremessos: disco, dardo, martelo e peso. Reflexões sobre a participação do atletismo dentro do contexto sociocultural nas práticas esportivas. Estudos dos conteúdos e procedimentos técnicos e pedagógicos que levam a uma vivência e aprendizagem do atletismo para o ensino nos diferentes níveis escolares.

2. 2 Objetivo(s) Geral(is):

Propiciar ao aluno de Educação Física uma base de conceitos educacionais que lhe permita observar, compreender e analisar conscientemente o processo formador do atletismo e sua influência no contexto sociocultural.

3. Objetivos Específicos:

Conhecer os regulamentos do atletismo.

- Conhecer as atividades naturais que compõem o atletismo.
- Identificar e compreender os processos técnicos pedagógicos que serão usados no atletismo.
- Manusear adequadamente os materiais pedagógicos para a prática do atletismo.
- Atuar com desenvoltura nas diversas atividades práticas.
- Conhecer o referencial bibliográfico na modalidade de atletismo.

3. Conteúdo Programático

Classificação geral dos Saltos; saltos Horizontais. Classificação dos saltos verticais; saltos verticais. Classificação dos arremessos e lançamentos. Arremesso do peso. Lançamentos de Dardo, Martelo e Disco; confecção de material pedagógico.

Unidades Temáticas	C/H
Unidade I - Classificação geral dos Saltos; saltos Horizontais.	18 h/a
Unidade II - Classificação dos saltos verticais; saltos verticais	18 h/a
Unidade III - Classificação dos arremessos e lançamentos. Arremesso do peso.	18 h/a
Unidade IV - Lançamentos de Dardo, Martelo e Disco; confecção de material pedagógico.	18 h/a
Total	72 h/a

4. Procedimentos Metodológicos:

A disciplina será ofertada mediante ensino presencial. As aulas consideradas práticas na disciplina de metodologia do atletismo escolar II será feito em forma de aulas expositivas em sala de aula. As aulas de caráter prático serão realizadas na pista de atletismo, bem como em aulas de vídeos.

Aulas expositivas.

- Debates em grupo.
- Trabalhos individuais (escrito).
- Leitura de textos, revistas especializadas, periódicas etc.

5. Recursos Didáticos

Exposições de vídeos, filme, Data-show, equipamentos de atletismo, utilização dos colchões gordo para saltos e círculos e corredores para os arremessos e lançamentos.

6. Avaliação

Participação nos trabalhos individuais (escrito).

-Participação nos debates (observação).

-Provas dissertativas e/ou objetivas.

-Provas práticas.

-Competição (arbitragem).

8 Bibliografia

Bibliografia Básica

1. ATLETISMO: regras de competição 2004-2005. SP. Phorte editora. 2005.
2. CAMARGO, Roberto Junqueira, Atletismo-Corridas. Ediouro-grupo coquetel, 1978.
3. COICEIRO, Geovana Alves. Atletismo, 1000 exercícios e jogos. Rio de Janeiro, Sprint, 2005.
4. CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO: regras oficiais de atletismo. SP. Phorte Editora, 2003.
5. FERNANDES, José Luis, Atletismo: saltos e lançamentos. São Paulo: EPU.Ed. da Universidade de São Paulo, 1978.
6. FERNANDES, José Luis, Atletismo: Corridas. São Paulo: EPU.Ed. da Universidade de São Paulo, 1978.
7. FORTEZA de la rosa, Armando. Treinamento desportivo: carga, estrutura e planejamento. SP. Phorte editora, 2001.
8. FORTEZA de la rosa, Armando. Entrenar para Ganar. Madrid. Ed. Pila Teleña. 1997.
9. GUIA DE ARBITRAGEM DE ATLETISMO, João Scortecci Editora, São Paulo, 1989.
10. KIRSCH, Augusto, Atletismo: metodologia para iniciação em escolas e clubes/ August Kirsch, Ubirajara Oro; tradução de Gabriela Annerl Silveira.- Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1983.
11. MANUAL DE ATLETISMO: LEME – Empresa Editorial Ltda. Vol. I II e III. Araçatuba - S. P.1984.
12. PERNISA, Hamlet, Atletismo Desporto Base, Graf-set Ltda, Minas gerais, 1979.
13. REGRAS OFICIAIS DE ATLETISMO, Editora SPRINT Ltda. Rio de Janeiro, 1994.

Bibliografia Complementar

1. ROMERO Frómata, Edgardo. Guia Metodológico de Exercícios em atletismo: formação, técnica e treinamento. Porto Alegre: Artmed, 2004.
2. OLIVEIRA, Maria Cecília Mariano de. Atletismo escolar: uma proposta de ensino na educação infantil. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.
3. SUSLOV, Felix Pavilovith, Atletismo: preparação dos melhores corredores do mundo nas provas de velocidade e barreira. Londrina: Midiograf, 1998.- 100p.

Observações:

7. Cronograma da disciplina

Início 09-10-2023 e término dia 15-03-2023.

Aulas nas quarta-feira das 9h20min as 11h e na quinta-feira das 7h30min as 9h.

Unidades Temáticas

Unidade I: Unidade I - Classificação geral dos Saltos; saltos Horizontais. Início 09-10-2023 e término 10-11-2023;

Unidade II - Classificação dos saltos verticais; saltos verticais. Início 13-11-2023 e término 15-12-2023;

Unidade III - Classificação dos arremessos e lançamentos. Arremesso do peso. Início 18-12-2023 e término 09-02-2024;

Unidade IV - Lançamentos de Dardo, Martelo e Disco; confecção de material pedagógico. Início 16-02-2024 e término 04-03-2024.

Avaliação da Aprendizagem

Avaliação 1 - N1 – Avaliação escrita em grupo presencial. Data: 10-11-2023;

Avaliação 2 - N1 – Avaliação escrita do conteúdo em sala de aula. Data: 15-12-2023;

Avaliação 1 – N2 – Trabalho escrito individual em sala de aula. Data: 09-02-2024;

Avaliação 2 – N2 – Avaliação escrita do conteúdo em sala de aula. Data: 04-03-2024.

Aprovação no Colegiado de Curso (Regimento Geral da Ufac, Art. 70, inciso II).

Data: 06-10-2023

Mauro José de Deus Moraes:

João Carlos

Assinatura do(a) Professor(a)