

## Educação Física II

<b>PLANO DE DISCIPLINA</b>	
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Educação Física II	
<b>CURSO:</b> Técnico em Segurança no Trabalho (Integrado)	
<b>SÉRIE:</b> 2ª	
<b>CARGA HORÁRIA:</b> 100 h (120 aulas)	
<b>DOCENTE:</b>	
<b>EMENTA</b>	
<p>Sistema locomotor humano. Esportes: Voleibol: relação entre a televisão e o estabelecimento de suas regras. Dança. Fazer esporte ou ser usado pelo esporte. Sistema cardiorrespiratório. Sistema endócrino e atividade física. Atletismo. O corpo estereotipado: esporte, mídia, saúde. Jogos de Mesa. A Dança e sua influencia cultural. Os megaeventos esportivos no Brasil.</p>	
<b>OBJETIVOS DE ENSINO</b>	
<p><b>Geral</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer e aplicar os saberes desenvolvidos pela disciplina na sua vida, e na sociedade.</li></ul>	
<p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Transferir os conhecimentos adquiridos para a prática em suas atividades diárias;</li><li>• Identificar as relações entre esporte, mídia e sociedade;</li><li>• Reconhecer as divisões e importâncias dos sistemas que formam o sistema locomotor;</li><li>• Analisar e compreender a relação das danças com a sociedade;</li><li>• Avaliar e identificar a influencia da mídia, relacionadas ao corpo e ao esporte.</li><li>• Conhecer e praticar os jogos de mesa.</li><li>• Discutir e avaliar os benefícios e/ou malefícios trazidos pelos megaeventos esportivos para o Brasil.</li></ul>	
<b>CONTEÚDO PROGRAMÁTICO</b>	
<b>UNIDADE</b>	<b>CONTEÚDO</b>
UNIDADE 1	<p><b>1.1 Esportes: Voleibol e mídia.</b></p> <p>1.1.2 A relação entre a televisão e o voleibol.</p> <p>1.1.3 Mudanças no estabelecimento das regras do voleibol.</p> <p>1.1.4 Fazer esporte ou ser usado pelo esporte.</p> <p>1.1.5 Influencia da mídia nos esportes e na sociedade.</p>

	<p><b>2.1 Sistema Locomotor Humano.</b></p> <p>2.1.1 Nervos</p> <p>2.1.3 Ossos</p> <p>2.1.4 Músculos</p> <p>2.1.5 A contração muscular</p>
UNIDADE 2	<p><b>2.1 A dança e as relações culturais.</b></p> <p>2.1.1 A dança e suas relações com as culturas dos povos.</p> <p>2.1.2 Hip-Hop: movimento de resistência ou de consumo</p> <p>2.1.3 As danças populares das regiões brasileiras.</p> <p>2.1.4 O forró como identidade cultural nordestina.</p> <p><b>2.2 Corpo estereotipado:</b></p> <p>2.2.1 A influencia da mídia no corpo do adolescente.</p> <p>2.2.1 Estereótipos no esporte.</p> <p>2.2.2 Masculinização e femininalização das modalidades esportivas.</p> <p>2.2.3 Quebrando paradigmas: práticas esportivas mistas.</p>
UNIDADE 3	<p><b>3.1 SISTEMA CARDIO RESPIRATÓRIO</b></p> <p>3.1.2 Respiração</p> <p>3.1.3 Circulação</p> <p>3.1.4 As alterações causadas pela atividade física.</p> <p><b>3.2 SISTEMA ENDÓCRINO E ATIVIDADE FÍSICA.</b></p> <p><b>3.3 ATLETISMO</b></p>
UNIDADE 4	<p><b>4. Jogos de Mesa</b></p> <p>4.1 Conhecimento sobre o Xadrez.</p> <p>4.2 Xadrez como jogo de estratégia.</p> <p>4.3 Regras e prática do xadrez.</p> <p>4.3 Variações</p> <p>4.4 O tênis de mesa: relação com a cultura oriental.</p> <p>4.5 Regras e prática.</p> <p>4.6 Outros jogos de mesa.</p> <p><b>5. OS MEGAEVENTOS ESPORTIVOS</b></p> <p>5.1 Impactos positivos e negativos na sociedade brasileira.</p>
<b>METODOLOGIA DE ENSINO</b>	
<p>Utilizar-se-á os seguintes procedimentos metodológicos: aulas expositivas dialogadas, atividades de leitura e escrita acerca dos temas propostos, pesquisas e trabalhos; exibição de filmes, estudos dirigidos; criação de atividades pelos alunos; aulas práticas participativas e inclusivas relacionadas aos temas abordados; tendo o cuidado de estar priorizando os trabalhos em grupos, buscando a criatividade, a cooperação, o relacionamento interpessoal e a criticidade visando a superação da meritocracia, seletividade e do individualismo. Os procedimentos devem ainda ser ações com o intuito de dar</p>	

aos alunos chances de opinar, discutir, participar e transformar a direção social num processo, dinâmico, consciente e contínuo.

### **AVALIAÇÃO DO PROCESSO DE ENSINO APRENDIZAGEM**

Dentro de uma nova perspectiva de Educação Física onde, a ênfase do ensino está embasada na teoria Crítico Superadora, opta-se por uma avaliação contínua e cumulativa, que leve em consideração os aspectos qualitativos da Cultura Corporal, bem como considerar alguns critérios que possam nortear uma melhor organização do trabalho pedagógico, como por exemplo, a participação (entendida como interesse e compromisso do aluno de fazer a aula, valores atitudinais como cooperação, solidariedade e outros), pontualidade, a produção e o desenvolvimento intelectual e físico. Sendo consideradas todas as atividades (formais ou não) realizadas pelos alunos durante as aulas: Atividades práticas e teóricas realizadas; bem como a participação nos debates e discussões sobre os temas abordados; realização de trabalhos individuais e em grupo; avaliações escritas, estudos dirigidos e apresentação de seminários teóricos e práticos, envolvimento, participação, desenvolvimento de capacidades cognitivas, relacionamento interpessoal.

### **Materiais**

Bolas (oficiais de cada esporte, de iniciação, e de malabarismo), pinos, fitas, maçãs, colchonetes, cones, arcos, cordas, jogos de estratégia, jogos de salão, tatame, caixa de som, microfone, redes (vôlei, traves e aro) Quadro de pincel; Notebook, Data Show, Textos; periódicos; Ambientes como quadra, campo, pátio e salas de aula.

### **BIBLIOGRAFIA**

#### **Bibliografia Básica**

COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do ensino de educação física. São Paulo: Cortez, 1992.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A.(orgs). Educação Física na escola. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara, p. 141, 2005.

Educação Física / vários autores. – Curitiba: SEED-PR, 2006. –248 p. ISBN: 85-85380-32-2

MACIEIRA, J.A. CUNHA, F.J.P. XAVIER NETO, L.P. Livro didático público: educação física. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB, 2012. 95p.: il.

#### **Bibliografia Complementar**

AVILA, A. B.; OLIVEIRA, P. D. L. de; PEREIRA, L. G. Hip Hop e cultura: revelando algumas ambigüidades. In.: DAMIANI I. R. e SILVA, A. M. Práticas Corporais: experiências em Educação Física para outra formação humana. Volume 3. Florianópolis: Nauemblu Ciência & Arte, 2005, p. 47-67.

BRASIL, Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. FIOCRUZ. Vice Presidência de Serviços de Referência e Ambiente. Núcleo de Biossegurança. NUBio. Manual de Primeiros Socorros. Rio de Janeiro. Fundação Oswaldo Cruz, 2003. 170p.

Cadernos de Referência do Esporte. Brasília: Fundação Vale, Unesco, 2013.

CAMINADA, E. História da dança: evolução cultural. Rio de Janeiro: Sprint, 1999.

CARVALHO, Y. M. A Relação Saúde/Atividade Física: Subsídios para sua Desmistificação. In.: Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, set./1992.

DAOLIO, J. Educação física e o conceito de cultura. Campinas: Autores Associados, 2004.

FERREIRA, M. S. Aptidão Física e Saúde na Educação Física Escolar: Ampliando o Enfoque. In.: Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, jan./2001. MARCELLINO, N. C. (org ). Repertório de atividades de recreação e lazer. Campinas/SP: Editora Papirus, 2002.

LOVISOLO, H. Atividade Física, educação e saúde. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

RAMOS, J. J. Os exercícios físicos na história e na arte: do homem primitivo aos nossos dias. São Paulo: Ibrasa, 1982.

SILVA, P. C. da C. Capoeira e Educação Física: uma história que dá jogo...primeiros apontamentos sobre suas inter-relações. In.: Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 23, n. 1, p. 131-145, Set. 2001.

SOARES, Carmen Lúcia. Educação Física: Raízes Europeias e Brasil. Autores e Associados, Campinas-SP, 1994.

\_\_\_\_\_. Imagens da retidão: a ginástica e a educação do corpo. In: CARVALHO, Y. M. de; RÚBIO, K. (org.). Educação física e ciências humanas. São Paulo: Hucitec, 2001. p. 53-74.