

AÇÕES DE ENSINO APRENDIZAGEM INTEGRADAS
Energia eólica e biomassa - Processamento da biomassa (formas de processamento) Biocombustíveis

AVALIAÇÃO DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM (INSTRUMENTOS E CRITÉRIOS)
Avaliação contínua do conteúdo ministrado; Exercícios propostos em sala; Relatórios de aula prática e de campo; Avaliação das pesquisas propostas; Avaliação dos seminários; Serão realizadas três avaliações formais por bimestre, além da recuperação de aprendizagem.

ESTUDOS DE RECUPERAÇÃO PARALELA
Núcleos de aprendizagem, e recuperação bimestral e para estudantes em regime de progressão parcial.

PRÉ-REQUISITOS
Sem pré-requisito

BIBLIOGRAFIA
Básica
AMABIS, J. M.; MARTHO, G. R. Biologia moderna . 1ª Ed. Vol. 2. São Paulo: Moderna, 2016.
LOPES, S.; ROSSO, S. BIO . 3ª Edição. Vol. 2. São Paulo: Saraiva, 2014.
Complementar
AMABIS, J. M.; MARTHO, G. R. Biologia. Moderna Plus . 4ª Edição. Vol. 2. São Paulo: Moderna, 2015.
LINHARES, S.; GEWANDSZNAJDER, F. Biologia – Projeto Múltiplo . Ensino Médio. Vol. 2. São Paulo: Ática, 2014.
SILVA JÚNIOR, C.; SASSON, S.; CALDINI JÚNIOR, N. Biologia . 8ª Edição. Vol. 2. São Paulo: Editora Saraiva, 2011.

DADOS DO COMPONENTE CURRICULAR

Nome do Componente Curricular: Educação Física II
Curso: Técnico em Sistemas de Energia Renovável integrado ao Ensino Médio
Série/Período: 2º ano
Carga Horária: 2 a/s - 80 h/a - 67 h/r
Docente Responsável: Josikleio da Costa Silva

EMENTA
Qualidade de vida e nutrição. Cultura corporal do movimento humano, corpo e estética, saúde e qualidade de vida. Definições acerca de atividade física, saúde, exercício físico. Jogos, esportes coletivos, noções básicas de danças, ginásticas e lutas.

OBJETIVO GERAL DO CURSO
Contribuir para a formação de cidadãos com saberes técnico-profissionais em sistemas de energia renovável, integrando estes conhecimentos àqueles pertinentes ao nível médio da Educação Básica, com qualidade e excelência no âmbito social, das ciências e da cultura, bem como preparados a desenvolver as funções a si concernentes no mundo do trabalho, promovendo perspectivas de empregabilidade e criatividade em seu segmento, com reconhecidas habilidades técnicas, políticas e éticas, firmados a se tornarem disseminadores de uma cultura de sustentabilidade justa e equilibrada dos recursos naturais, tanto às gerações do presente como as do futuro, em todos os ambientes possíveis, desde o produtivo industrial até aqueles cuja reprodução da existência dependa do discernimento e prudência socioambiental do ser humano.

OBJETIVOS DO COMPONENTE CURRICULAR
Geral
Fomentar a prática regular de atividade física incluindo o aluno independentemente do nível de desenvolvimento motor no qual ele se encontre, e estimular a adoção de um estilo de vida saudável pelo corpo discente.
Específicos
Desenvolver espírito cooperativo e evoluído em seu desempenho motor e no relacionamento com os outros colegas, além de conhecimento básico acerca do conteúdo sobre qualidade de vida e alimentação balanceada;
Evoluir em suas capacidades motoras e sociais, além de conhecimento acerca da imagem corporal e transtornos alimentares;
Ter conhecimento básico acerca do conteúdo sobre corpo e estética;
Evoluir em suas capacidades motoras e sociais, além de conhecimento sobre musculação e recursos ergogênicos (suplementação e anabolizantes).

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I

1. Qualidade de vida e nutrição
 - 1.1 alimentação balanceada
 - 1.2 principais nutrientes
 - 1.3 níveis de atividade física e necessidades nutricionais
2. Esportes coletivos, jogos, ginásticas, lutas e danças

UNIDADE II

3. Imagem corporal
 - 3.1 corpo real x corpo ideal x corpo saudável
 - 3.2 distúrbios da imagem corporal e transtornos alimentares
 - 3.3 escalas de avaliação da imagem corporal
4. Esportes coletivos, jogos, ginásticas, lutas e danças

UNIDADE III

5. Corpo e estética
 - 5.1 construção histórico-social do corpo
 - 5.2 mídia e corpo
6. Esportes coletivos, jogos, ginásticas, lutas e danças

UNIDADE IV

7. Musculação
8. Recursos ergogênicos
 - 8.1 suplementos
 - 8.2 anabolizantes
9. Esportes coletivos, jogos, ginásticas, lutas e danças

METODOLOGIA DE ENSINO

As aulas teóricas serão desenvolvidas através de aulas expositivas, participativas e práticas com o auxílio de vídeos, *data show* e textos. Durante as aulas teóricas, haverá estímulo à pesquisa usando como ferramenta a pesquisa analítica, através de revisões de literatura; além de utilizar também como ferramenta de avaliação pesquisas de cunho experimental e qualitativo.

As aulas práticas serão desenvolvidas em turmas mistas respeitando a individualidade biológica dos alunos.

RECURSOS NECESSÁRIOS

Quadra poliesportiva e auditório;
Bolas, cones, elásticos, rede para trave de futsal, rede de vôlei, bambolês,
Quadro branco, computador com internet, vídeos, jornais, revistas, livros didáticos,
textos e recursos áudio visuais (*data show*, projetor multimídia e som) e outros que,
porventura, se tornem necessários para o alcance dos objetivos almejados.
Recursos humanos: palestrantes e professores convidados.

AÇÕES DE ENSINO APRENDIZAGEM INTEGRADAS
Não previstas.

AVALIAÇÃO DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM (INSTRUMENTOS E CRITÉRIOS)
<p>A avaliação do conteúdo teórico se dará através de seminários, testes objetivos ou subjetivos e relatórios;</p> <p>A avaliação prática será feita de forma somativa, na qual o desempenho do aluno será feito de acordo com sua evolução durante a disciplina, respeitando o princípio da individualidade biológica. Durante a avaliação serão levados em consideração os aspectos afetivo-social e cognitivo;</p> <p>Autoavaliação.</p>

ESTUDOS DE RECUPERAÇÃO PARALELA
<p>A recuperação será contínua e, portanto, apoiar-se-á no núcleo de aprendizagem ofertado semanalmente, bem como na realização das provas de recuperação bimestral para aqueles que, não alcançarem a média (sete) no fim do bimestre. Registra-se ainda a possibilidade de aulas para compor o regime de progressão parcial aos que, porventura, demandem este recurso.</p>

PRÉ-REQUISITOS
Sem pré-requisito

BIBLIOGRAFIA
Básica
<p>NAHAS, Markus Vinicius. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 6. ed. Londrina: Midiograf, 2013. (335p.)</p> <p>SOARES, C. L. et al. Metodologia do ensino de Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.</p>
Complementar
<p>TEIXEIRA, L. Atividade física adaptada e saúde: da teoria à prática. 1 ed. São Paulo: Phorte, 2008. (446p.)</p> <p>HASSENPFUG, Walderez Nose. Educação pelo Esporte. Educação para o Desenvolvimento Humano pelo Esporte. Editora Saraiva. 2004.</p> <p>MARCELLINO, N. C. (org). Repertório de atividades de recreação e lazer.Campinas/SP: Editora Papirus, 2002.</p>