



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA

DADOS DO COMPONENTE CURRICULAR	
Nome:	Educação Física I
Curso:	Técnico em Edificações Integrado ao Ensino Médio
Ano/Semestre:	2024.2
Carga Horária:	100h/r / 120h/a Carga Horária EaD:
Docente Responsável – G1:	Prof. Me. Abdallah Salomão Arcoverde
Docente Responsável – G2:	Prof. Me. Abdallah Salomão Arcoverde

EMENTA
<p>Estudo da abordagem integrada à cultura corporal de movimento na área de Linguagens e suas Tecnologias, com aprofundamento e ampliação dos conhecimentos acerca dos Esportes para a Vida (Esportes com Raquetes; Handebol e Atletismo) e das Práticas Corporais de Aventura (Atividades de Aventura). Tais conhecimentos serão abordados conforme a compreensão da realidade social, dos direitos e responsabilidades em relação à vida pessoal, coletiva e ambiental.</p>

OBJETIVOS DE ENSINO
<p>Geral: Estudar de forma ampliada os Esportes para a Vida (Esportes com Raquetes; Handebol e Atletismo) e às Práticas Corporais de Aventura (Atividades de Aventura).</p>
<p>Específico(s):</p> <p>Esportes para a Vida (Esportes com Raquetes):</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Conhecer as definições e regras simplificadas do Badminton;✓ Estudar os Fundamentos Básicos do Badminton;✓ Conhecer as definições e regras simplificadas Tênis de Mesa; e✓ Estudar os Fundamentos Básicos do Tênis de Mesa. <p>Esportes para a Vida (Handebol):</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Possibilitar vivências dos fundamentos básicos do Handebol, sua origem, estratégias, táticas e manifestações culturais;✓ Estudar as definições e regras simplificadas do Handebol;✓ Conhecer os Fundamentos Básicos do Handebol;✓ Verificar as definições e regras simplificadas do Handebol de Praia; e✓ Conhecer a Prática do Handebol de Praia. <p>Esportes para a Vida (Atletismo):</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Verificar a necessidade e restrições da caminhada e corrida;✓ Contextualizar as bases históricas do atletismo e sua importância na escola;✓ Conhecer as bases fundamentais para a corrida de velocidade;

- ✓ Apresentar a os aspectos das modalidades do atletismo: marcha atlética e Cross Country;
- ✓ Apresentar a biomecânica dos diversos tipos de saltos, arremessos e lançamentos no atletismo;
- ✓ Estudar os aspectos da Provas Combinadas; e
- ✓ Apresentar as principais provas do Atletismo que marcaram as Olimpíadas.

Práticas Corporais de Aventura (Atividades de Aventura):

- ✓ Verificar a contribuição e inovações advindas desse esporte no âmbito da natureza e da segurança no trabalho;
- ✓ Estudar as diferentes práticas e modalidades de esportes radicais ou não radicais, praticados nos espaços urbanos ou rurais e suas definições;
- ✓ Vivenciar o mundo dos esportes de aventura (radicais ou não radicais) como inovação tecnológica e mercado de trabalho;
- ✓ Conhecer o Esporte Orientação, seus aspectos históricos, conceitos e técnicas; e
- ✓ Conhecer as regras e formas de competição do Esporte Orientação.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO				
Bim.	Conteúdos - Esportes para a Vida: Esportes com Raquetes	Carga Horária		
		CHT	CHP	Total
1º Bimestre	Acolhimento dos alunos e orientação sobre o Componente Curricular da Educação Física.	1		1
	Aplicação da 1ª Etapa do Protocolo de Avaliação Física do IFPB (PAF/IFPB-Campus João Pessoa), ou seja: Orientação sobre o preenchimento do Formulário Eletrônico “Triagem Pré Participação da Avaliação Física – CEF”. - Objetivos: Verificar a presença de sinais e sintomas de doenças cardiovasculares, pulmonares, metabólicas, psicológica – comportamental e músculo esqueléticas; Identificar o nível da atividade física com o IPAQ; Avaliar a Qualidade de Vida com questões relacionadas às dez dimensões do KIDSCREEN 52 (Saúde e Atividade Física; Sentimentos, Estado Emocional, Autopercepção, Autonomia e Tempo Livre, Família/Ambiente Familiar, Aspecto Financeiro, Amigos e Apoio Social, Ambiente Escolar, Provocação/Bullying); Verificar a presença de distúrbio de imagem com o <i>Body Shape Questionnaire</i> – BSQ e Identificar o Nível de Estresse com a Escala de Estresse Percebido PSS-14.	1		1
	Aplicação da 2ª Etapa do Protocolo de Avaliação Física do IFPB , ou seja: Orientação sobre a Avaliação do Desempenho Físico dos Estudantes do IFPB”. - Objetivos: Medir as Variáveis Antropométricas; Determinar o Pico de Velocidade de Crescimento e Estatura-alvo; Avaliar a Composição Corporal; Classificar o IMC, Estado Nutricional e Gasto Metabólico; Identificar o Biotipo-físico através do Somatotipo; Medir o Desempenho Anaeróbico e Aeróbico.		2	2
	Definições e regras simplificadas do Badminton.		1	1
	Fundamentos Básicos do Badminton (Identificar o jogo de pernas, a ocupação do espaço, a defesa e de ataque).		4	4
	Fundamentos Básicos do Badminton (Verificar as características de jogos de simples e de duplas).		4	4
	Fundamentos Básicos do Badminton (Compreender a Empunhadura, o Saque ou Serviço, o Clear, o Drop ou Drop-Shot).		5	5
	Fundamentos Básicos do Badminton (Conhecer o Smash, o Drive, o Lob e o Net-Shot ou Net-Drop).		4	4
	Definições e regras simplificadas do Tênis de Mesa.		4	4
	Fundamentos Básicos do Tênis de Mesa (Compreender o Saque)		2	2
	Fundamentos Básicos do Tênis de Mesa (Conhecer a Recepção e a Batida).		2	2
Subtotal – 1º Bimestre		1	29	30

Legenda: BIM = Bimestre; CHT = Carga Horária Teórica; CHP = Carga Horária Prática.

Bim.	Conteúdos - Esportes para a Vida: Handebol	Carga Horária		
		CHT	CHP	Total
2º Bimestre	Conhecimento Teórico-prático do Handebol. Definições e Regras Simplificadas do Handebol.	1		1
	Fundamentos Básicos do Handebol I (Empunhadura, Domínio de Bola, Passe Frontal, Passe por Cima do Ombro, Passe em Pronação, Passe por Trás da Cabeça, Passe por Trás do Corpo, Passe Quicado).		5	5
	Fundamentos Básicos do Handebol II (Tipos de Arremesso: Com Apoio, Parado; em Suspensão, com Queda, com Rolamento, com Giro e Dribles).		4	4
	Fundamentos Básicos do Handebol III (Finta de deslocamento, com saída para direita; Finta de deslocamento, com saída para esquerda; Finta de passe; Finta de arremesso e Finta de Giro)		4	4
	Fundamentos Táticos do Handebol I (Sistemas Defensivos no Handebol).		4	4
	Fundamentos Táticos do Handebol II (Sistemas Ofensivos no Handebol).		4	4
	Definições e Regras Simplificadas do Handebol de Praia.		4	4
	Conhecer a Prática do Handebol de Praia.		4	4
Subtotal – 2º Bimestre		1	29	30

Legenda: BIM = Bimestre; CHT = Carga Horária Teórica; CHP = Carga Horária Prática.

Bim.	Conteúdos - Esportes para a Vida: Atletismo	Carga Horária		
		CHT	CHP	Total
3º Bimestre	Contextualização histórica do atletismo e sua importância na escola.	1		1
	Bases fundamentais para realizar uma caminhada e uma corrida.		5	5
	Aspectos da Marcha atlética e Cross Country (marcha atlética e Cross Country)		4	4
	Aspectos nutricionais das provas de corrida no atletismo (macronutrientes e o desempenho nas provas de corrida)		4	4
	Contextualização histórica dos saltos no atletismo. Biomecânica e fundamentos dos saltos.		4	4
	Contextualização histórica das Provas de Campo no atletismo.		4	4
	Biomecânica e fundamentos das Provas de Campo no Atletismo (arremessos e lançamentos). Aspectos das Provas Combinadas.		4	4
	Principais provas do Atletismo que marcaram as Olimpíadas.		4	4
Subtotal – 3º Bimestre		1	29	30

Legenda: BIM = Bimestre; CHT = Carga Horária Teórica; CHP = Carga Horária Prática.

Bim.	Conteúdos - Esportes para a Vida: Esportes com Raquetes	Carga Horária		
		CHT	CHP	Total
4º Bimestre	Aplicação da 3ª Etapa do Protocolo de Avaliação Física do IFPB (PAF/IFPB-Campus João Pessoa), ou seja: Reavaliação do Desempenho Físico dos Estudantes do IFPB”.		5	5
	Excursionismo como fator interdisciplinar.		1	1
	Contribuição e inovações advindas desse esporte no âmbito da natureza e da segurança no trabalho.		4	4
	Diferentes práticas e modalidades de esportes radicais ou não radicais, praticados nos espaços urbanos ou rurais e suas definições.		4	4
	Esportes Radicais - O mundo dos esportes de aventura (radicais ou não radicais) como inovação tecnológica e mercado de trabalho.		4	4
	Esporte na Natureza - Esporte Orientação, seus aspectos históricos, conceitos e técnicas.		4	4
	Esporte na Natureza - Conhecendo o Esporte Orientação e suas regras.		4	4
	Esporte na Natureza - Formas de competição.		2	2
	Treinamento Experimental ao Ar Livre.		2	2
Subtotal – 4º Bimestre		1	29	30
Total da Carga Horária		4	116	120

Legenda: BIM = Bimestre; CHT = Carga Horária Teórica; CHP = Carga Horária Prática.

METODOLOGIA DE ENSINO

- ✓ A oferta do Componente Curricular Educação Física no IFPB – Campus João Pessoa será desenvolvida com a separação da Turma em dois Grupos (**G1 e G2**).
- ✓ Aula expositiva dialogada; estudo individual e em grupo de textos científicos: resumos, comentários; seminários, participação em grupos, aulas práticas em laboratórios esportivos do IFPB.
- ✓ Serão utilizados recursos do Ambiente Virtual de Aprendizagem no Classroom (Arquivos, Livros, Páginas URL (link), Base de Dados, Chat, Fórum, Questionários e Tarefa), como também, equipamentos didáticos pedagógicos disponíveis na Educação Física do IFPB Campus João Pessoa.
- ✓ Serão realizadas visitas técnicas no intuito de vivenciar as práticas da Educação Física em ambientes urbanos, rurais e parques ecológicos.

AVALIAÇÃO DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM

- ✓ Contínua através de: Provas escritas objetivas/subjetivas - Provas práticas - Trabalhos teóricos/práticos orientados em sala de aula.
- ✓ Serão realizadas 02 (duas) avaliações de aprendizagem ao longo de cada bimestre (1ª Atividade Avaliativa – A1 e 2ª Atividade Avaliativa – A2).
- ✓ Ao longo do período letivo, o professor poderá aplicar diversos instrumentos de avaliação formativa, **sendo obrigatória** a realização de, pelo menos, **uma avaliação somativa**: teórica, escrita e contextualizada.
- ✓ Segue abaixo o Quadro de Planejamento dos Períodos das Atividades Avaliativas com as suas respectivas pontuações.

PLANEJAMENTO DAS ATIVIDADES DE AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM					RECUPERAÇÃO	
BIM.	ATIVIDADES AVALIATIVAS	PERÍODO	PONTOS	NOTA	PERÍODO	NOTA
1º	1ª Atividade Avaliativa – A1	19/03/2024	0 - 100	Média = (A1 + A2) / 2	25/04/2024	0 - 100
	2ª Atividade Avaliativa – A2	23/04/2024	0 - 100			
2º	1ª Atividade Avaliativa – A1	06/06/2024	0 - 100	Média = (A1 + A2) / 2	16/07/2024	0 - 100
	2ª Atividade Avaliativa – A2	11/07/2024	0 - 100			
3º	1ª Atividade Avaliativa – A1	27/08/2024	0 - 100	Média = (A1 + A2) / 2	03/10/2024	0 - 100
	2ª Atividade Avaliativa – A2	01/10/2024	0 - 100			
4º	1ª Atividade Avaliativa – A1	12/11/2024	0 - 100	Média = (A1 + A2) / 2	17/12/2024	0 - 100
	2ª Atividade Avaliativa – A2	10/12/2024	0 - 100			

OBSERVAÇÕES:

1. Ao final de cada bimestre, será realizada avaliação dos conteúdos, elaborada e aplicada exclusivamente pelo docente da respectiva disciplina, destinada aos discentes que não atingiram a média bimestral 70 (setenta).
2. Para registro, prevalecerá o melhor resultado entre a média do bimestre e a nota obtida na avaliação de recuperação (Parecer CNE/CEB nº 12/97), com comunicação imediata ao discente.
3. Não terá direito à avaliação de recuperação o discente que, sem justificativa, faltar a qualquer uma das avaliações previstas no bimestre.

IMPORTANTE: Os três pontos supracitados correspondem ao art. 64 (Capítulo VII - dos estudos de recuperação) do Regimento dos Cursos Técnicos Integrados do IFPB. Disponível em: <https://www.ifpb.edu.br/santarita/ensino/documentos/docs/regimento-didatico-dos-cursos-tecnicosintegrados.pdf/view>. Acesso em 26 ago. 2020.

RECURSOS DIDÁTICOS NECESSÁRIOS

- ✓ Quadro branco, lápis marcador, Data show, Computador, Laboratório de Informática com acesso à internet.
- ✓ Serão utilizados os equipamentos didáticos pedagógicos disponíveis na Educação Física do IFPB Campus João Pessoa.

BIBLIOGRAFIA*

Básicas:

- ✓ BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.
- ✓ BRASIL. Plano Nacional de Educação (PNE). Lei Federal n.º 10.172, de 9/01/2001. Brasília: MEC, 201c.
- ✓ COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

Complementares:

- ✓ BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional Lei Número 9.394, 20 de dezembro de 1996.
- ✓ CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Carta Brasileira de Educação Física**. CONFED, Rio Janeiro, 2000.
- ✓ GUEDES, DP. **Manual prático para avaliação em Educação Física**. São Paulo: Manole, 2006.
- ✓ MARINS, JCB; GIANNICHI, RS. **Avaliação & prescrição de atividade física: guia prático**. 3. Ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.
- ✓ THOMAS, JR; NELSON, JK; SILVERMAN, SJ. **Métodos de pesquisa em Atividade Física**. 6. ed. Porto Alegre. Artmed, 2012.