



PLANO DE APRENDIZAGEM

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO:

Curso: Bacharelado em Educação Física

Disciplina: Medidas e Avaliação em Educação Física e Esporte

Professor: Jorge Paulo Gomes de Carvalho

Código:

Carga Horária: 80 H

Créditos: 04

Pré-requisito (s): -----

Período: 5º Período

Ano: 2018.2

2. EMENTA:

Teste, medida e avaliação em Educação Física: conceitos e princípios básicos. Tipos de testes utilizados em Educação Física. Características dos testes: validade, fidedignidade e objetividade. Escalas de medidas. Áreas de avaliação na Educação Física: cineantropométrica, neuromotora, metabólica, cognitiva e afetiva. Princípios da avaliação de habilidades esportivas. Construção e uso de baterias de testes. Medidas da atividade física.

3. COMPETÊNCIAS:

- Diagnosticar os interesses, as expectativas e as necessidades dos indivíduos de diferentes populações de modo a planejar, prescrever, ensinar, orientar, assessorar, supervisionar, controlar e avaliar projetos e programas de atividades físicas, exercícios físicos, esportivos e de lazer;
- Intervir nos campos da saúde, da atividade física, do exercício físico, do esporte, da formação cultural, da gestão de empreendimentos e do lazer, com domínio de conhecimentos técnico-científicos.

4. OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:

Organizar, Planejar e Executar medidas e avaliações físicas em alunos, nos diversos campos de atuação, com intuito de orientar a prática profissional.

5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Unidade I: Teorias da Avaliação e Anamnese; Antropometria; Avaliação Postural e Avaliação Cardiorrespiratória.

Unidade II: Goniometria, Paquimetria, Testes Neuromotores e Flexibilidade, Avaliação Equilíbrio e Agilidade, Elaboração de um programa de avaliação e Planejamento para programas de treinamento.

6. METODOLOGIA DO TRABALHO:

- Aula expositiva e dialogada;
- Aulas Práticas;
- Pesquisa em base de dados, livros e periódicos;
- Metodologia Ativas: POL; PBL e Seminários.



TEMAS TRANSVERSAIS: RELAÇÕES DE TRABALHO, TECNOLOGIAS, GLOBALIZAÇÃO.

7. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:

1ª. ETAPA DE AVALIAÇÃO:

- a) Avaliação Institucional. **Valor 10,0 (Dez) pontos;**
- b) Avaliação de seminários sobre os temas propostos em sala de aula, no **Valor de 10,0 (Dez) pontos;**
- c) Avaliação Processual: Entrega e aplicação prática de teste físicos e aferição de medidas em aula, no **valor de 10,0 (Dez) pontos.**

2ª. ETAPA DE AVALIAÇÃO:

- d) Avaliação Institucional. **Valor 10,0 (Dez) pontos;**
- e) Avaliação de seminários sobre os temas propostos em sala de aula, no **Valor de 10,0 (Dez) pontos;**
- f) Avaliação Processual: Entrega e aplicação prática de teste físicos e aferição de medidas em aula, no **valor de 10,0 (Dez) pontos.**

2ª. CHAMADA: A ser aplicada na data determinada em calendário. Todo o conteúdo da disciplina - questões subjetivas e objetivas; individual; **valor: 10,0 (dez);**

PROVA FINAL: A ser aplicada na data determinada em calendário. Todo o conteúdo da disciplina - questões subjetivas e objetivas; **valor: 10,0 (dez);**

OBS: As datas poderão sofrer alterações, sempre comunicadas em sala de aula, nos horários das aulas regulares, de acordo com o regimento da IES FASETE.

8. ATENDIMENTO EXTRA-CLASSE:

Conforme prévio acordo com o professor, nos dias de sexta-feira à noite.

9. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

- GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Controle do peso corporal:** Composição corporal, atividade física e nutrição. Londrina: Midiograf, 2003.
- HEYWARD, V. H. **Avaliação física e prescrição de exercício:** Técnicas avançadas. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- NAVARRO, F. et al. **Manual de Avaliação Física.** São Paulo: Phorte, 2010.
- MATSUDO, V.K.R.(org.) **Testes em ciências do esporte.** São Paulo: Gráficos Burti, 1984.
- FONTOURA, A. S.; FORMENTIN, C. M.; ABECH, E. A. **Guia Prático de Avaliação Física:** uma abordagem didática, abrangente e atualizada. São Paulo: Phorte, 2013.
- TUBINO, M. G.; MACEDO, M. M.. **As qualidades físicas na Educação Física e nos esportes.** São Paulo: Shape, 2006.
- ROSA NETO, F. (cols). **Manual de Avaliação Motora para terceira idade.** São Paulo: Phorte, 2009.



10. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

ROSA NETO, F. **Manual de Avaliação Motora**. Porto Alegre: ARTMED, 2002.

MATOS, O. **Avaliação Postural**: Avaliação e Prescrição de Exercícios Corretivos. São Paulo: Phorte, 2014.

MACHADO, A. F.; CAL ABAD, C. C. **Manual de avaliação física**. São Paulo: Ícone, 2012.

FONTOURA, A. S.; FORMENTIN, C. M.; ABECH, E. A. **Guia prático de avaliação física**. Phorte, 2013.

POWERS, S. K.; HOWLEY, E. T. **Fisiologia do Exercício**: Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. Barueri/SP:Manole, 2014.