



PLANO DE APRENDIZAGEM

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO			
Curso: Licenciatura em Educação Física			
Disciplina: Teoria e Metodologia do Atletismo		Código: FIS04	
Professor: Jorge Paulo G. de Carvalho		e-mail: jorge.carvalho@fasete.edu.br	
CH Teórica: 80h	CH Prática:	CH Total: 80h	Créditos: 04
Pré-requisito (s): ----			
Período: I		Ano: 2018.2	

2. 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;
- Participar, assessorar, coordenar e gerenciar equipes para definição e operacionalização de políticas públicas e institucionais próprias da área e áreas afins;
- Atuar de forma individual, coletiva e multiprofissional.

3. EMENTA:

Histórico e evolução do atletismo. Corridas, marchas atléticas, saltos e arremessos: fundamentos técnicos básicos, noções de regras e arbitragem. Elementos básicos e aspectos metodológicos do ensino do atletismo. Prática pedagógica, sob orientação e supervisão docente, compreendendo atividades de observação dirigida ou experiências de ensino.

4. OBJETIVO (S) DA APRENDIZAGEM:

- Discernir as fases do desenvolvimento do atletismo.
- Desenvolver e aprimorar as técnicas das provas de atletismo.
- Despertar o interesse pelo desporto através de atividades lúdicas.
- Compreender, aplicar e adaptar as regras do atletismo.
- Planejar, construir e desenvolver planos de aula e atividades de Atletismo.
- Propiciar a interdisciplinaridade com outras disciplinas da área de treinamento desportivo.

5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- História mundial e nacional do atletismo.
- Prática e estudo dos procedimentos pedagógicos das provas de:
 - o Arremessos:
 - Lançamento de dardo;
 - Lançamento de disco;
 - Lançamento de martelo;
 - Arremesso de peso;
 - o Saltos:



Em distância;
Triplô;
Em altura;
Com vara;

- Corridas:
Velocidade (100m, 200m e 400m);
Meio-fundo (800m, 1500m, 3.000m);
Fundo (5.000m, 10.000m, meia-maratona e maratona);
Revezamento (4x100m e 4x400m);
Sobre barreiras (100/110m e 400m);
Com obstáculos (3000m);
Marcha atlética (20Km e 50Km);

- Combinadas:
Heptatlo
Decatlo

- Gestos motores do atletismo comuns a outras modalidades esportivas;
- Noções básicas de Planejamento de Treinamento em Atletismo;
- Conceitos de arbitragem.

6. METODOLOGIA DO TRABALHO:

A disciplina será desenvolvida por meio de aulas teóricas, participativas e dialogadas, e aulas práticas. Nas aulas teóricas, será adotado metodologias ativas, correlacionando as aulas teóricas com as vivências práticas.

Será desenvolvido o PBL, o HOST e o POL como principais estratégias para o desenvolvimento da aprendizagem nesse semestre.

TEMAS TRANSVERSAIS: TECNOLOGIA, GLOBALIZAÇÃO, POLÍTICAS PÚBLICAS.

7. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:

AVALIAÇÃO:

1ª. ETAPA DE AVALIAÇÃO:

A- Avaliação Processual baseada na entrega das etapas de desenvolvimento do projeto, relatórios, atividades produzidas em sala de aula, atividades práticas apresentado em grupo e participação em eventos (valor: 10,0 pontos):

B- Data 19/09, Avaliação Institucional Bimestral, Prova escrita e individual sem pesquisa, questões dissertativas e objetivas (valor: 10,0 pontos);



2ª. ETAPA DE AVALIAÇÃO:

C- Avaliação Processual baseada na entrega das etapas de desenvolvimento do projeto, relatórios, atividades produzidas em sala de aula, atividades práticas apresentado em grupo e participação em eventos (valor: 10,0 pontos):

D- Data 05/12, Avaliação Institucional Bimestral, Prova escrita e individual sem pesquisa, questões dissertativas e objetivas (valor: 10,0 pontos);

MÉDIA FINAL (MF): O cálculo da média final será feito utilizando a seguinte fórmula:

$$MF = \frac{(A + B)/2 + (C + D)/2}{2}$$

2ª. CHAMADA: A ser aplicada na provável data de 10/12/2018 –Todo o conteúdo da disciplina - questões subjetivas e objetivas; individual; **valor: 10,0 (dez);**

PROVA FINAL: A ser aplicada na data provável de 17/12/2018 – Todo o conteúdo da disciplina - questões subjetivas e objetivas; individual; **valor: 10,0 (dez);**

8. ATENDIMENTO EXTRA CLASSE:

Conforme prévio acordo com o professor, às sextas-feiras.

9. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. **Atletismo:** regras oficiais de competição 2012 – 2013. São Paulo: Phorte, 2012.

MATTHIESEN, S. Q. **Atletismo se aprende na escola.** Jundiaí, SP: Fontoura, 2009.

_____. **Atletismo:** teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara, 2010.

FERNANDES, J. L. **Atletismo:** os saltos. São Paulo: EPU, 2003.

10. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

COICEIRO, G. A. **Atletismo:** 1000 exercícios e jogos para o atletismo. Rio de Janeiro: Sprint, 2011.

FERNANDES, J. L. **Atletismo:** corridas. São Paulo: EPU, 2003.

PIRES, A. M.; SILVA, H. M.; BRASIL, L. **Atletismo:** Regras Oficiais de Competição. São Paulo: Phorte, 2012.

VIEIRA, S.; FREITAS, A. **O que é atletismo.** Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2007.

11. LEITURA COMPLEMENTAR:

12. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES:

Verificar o PIT.



FASETE
FACULDADE SETE DE SETEMBRO
PAULO AFONSO - BA

ORGANIZAÇÃO SETE DE SETEMBRO DE CULTURA E ENSINO LTDA
Recredenciada pela Portaria / MEC n.º 881/2016 - D.O.U. 15/08/2016
CNPJ: 03.866.544/0001-29 e Inscrição Municipal n.º 005.312-3

13. INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES:

OBS: As datas das avaliações poderão sofrer alterações de acordo com o disciplinado pela secretaria acadêmica da FASETE.