

NOME: MARCUS VINICIUS RODRIGUES DOS SANTOS

Cartão: 262301

DISCIPLINA: EFI04201 - GINÁSTICA BÁSICA

DEPARTAMENTO: Departamento de Educação Física, Fisioterapia e Dança

PERÍODO: 2020/1 **CARGA-HORÁRIA:** 60

CREDITOS: 4

Emissão: 16/03/2020 16:38:43

O aluno não cursou a Atividade de Ensino referida, teve liberação automática no currículo LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA - TARDE por ter cursado GINÁSTICA: EXERCÍCIO FÍSICO (EFI04323), BASES DAS PRÁTICAS CORPORAIS SISTEMATIZADAS (EFI04314), BASES DAS PRÁTICAS CORPORAIS SISTEMATIZADAS (EFI04314), GINÁSTICA: ACROBACIA (EFI04324) que se equivale na exigência curricular.

Súmula

A disciplina se propõe a identificar as terminologias técnicas usuais, desenvolver atividades físicas com e sem implementos manuais, destacando as diferentes propriedades motoras, enfatizar as acrobacias elementares bem como as atividades naturais em aparelhos e situar a ginástica no contexto da Educação Física.

Objetivos

Proporcionar ao aluno conhecimentos relacionado ao conteúdo ginástica a partir da sua história, possibilitando a sua definição e identificação de seus elementos, bem como as capacidades motoras que subsidiam seu desenvolvimento, para relacionar com o desenvolvimento do ensino da ginástica no ambiente escolar e não-escolar.

Conteúdo Programático

- Caracterização histórica da ginástica

Origem da ginástica

Definição de ginástica

Aplicação da ginástica de acordo com suas manifestações

Escolas de ginástica: alemã, francesa, sueca

Ginástica científica

- Classificação e elementos da ginástica

Evolução da ginástica

Tipos de ginástica

Campos de atuação da ginástica

Elementos da ginástica: elementos corporais, exercícios acrobáticos, exercícios de condicionamento físico, manejo de aparelhos

- Terminologia na ginástica

Descrição dos exercícios: posição inicial, execução, posição final

Planos e eixos de movimentos

Movimentos articulares

- Fundamentos da ginástica

Bases: apoios e giros

Fundamentos: equilibrar, saltar, rolar/girar, balançar/embalar

Séries metodológicas com elementos acrobáticos da ginástica

- Capacidades motoras e ginástica

Classificação das capacidades

Capacidades motoras condicionantes

Capacidades motoras coordenativas

Ginástica e as capacidades motoras: relações com os períodos de desenvolvimento

Importância das capacidades motoras para o trabalho com a ginástica

- Propostas metodológicas do ensino de ginástica

Proposta metodológica de Nista-Piccolo

Proposta metodológica de GGU

Trabalho pedagógico com elementos da ginástica

Ginástica Geral

- **Ginástica no ambiente escolar e não-escolar**

O cotidiano da ginástica nos ambientes de educação formal e não-formal: possibilidades, limitações, vantagens

Estudo de campo dos ambientes

Estudo a partir de artigos científicos sobre os ambientes

- **Caracterização histórica da ginástica**

Origem da ginástica

Definição de ginástica

Aplicação da ginástica de acordo com suas manifestações

Escolas de ginástica: alemã, francesa, sueca

Ginástica científica

- **Classificação e elementos da ginástica**

Evolução da ginástica

Tipos de ginástica

Campos de atuação da ginástica

Elementos da ginástica: elementos corporais, exercícios acrobáticos, exercícios de condicionamento físico, manejo de aparelhos

- **Terminologia na ginástica**

Descrição dos exercícios: posição inicial, execução, posição final

Planos e eixos de movimentos

Movimentos articulares

- **Fundamentos da ginástica**

Bases: apoios e giros

Fundamentos: equilibrar, saltar, rolar/girar, balançar/embalar

Séries metodológicas com elementos acrobáticos da ginástica

- **Capacidades motoras e ginástica**

Classificação das capacidades

Capacidades motoras condicionantes

Capacidades motoras coordenativas

Ginástica e as capacidades motoras: relações com os períodos de desenvolvimento

Importância das capacidades motoras para o trabalho com a ginástica

- **Propostas metodológicas do ensino de ginástica**

Proposta metodológica de Nista-Piccolo

Proposta metodológica de GGU

Trabalho pedagógico com elementos da ginástica

Ginástica Geral

- **Ginástica no ambiente escolar e não-escolar**

O cotidiano da ginástica nos ambientes de educação formal e não-formal: possibilidades, limitações, vantagens

Estudo de campo dos ambientes

Estudo a partir de artigos científicos sobre os ambientes

- **Coereografia de Ginástica para Todos**

Criação e apresentação da coreografia de Ginástica para Todos, englobando os elementos gímnicos trabalhados ao longo do semestre.

Metodologia

Aulas expositivos-dialogadas

Aulas práticas baseadas nos exercícios de ginástica

Trabalhos em grupo

Observações de campo

Experiência de aprendizagem

Participação e discussão nas aulas teóricas e práticas
Realização de trabalhos em grupo com ênfases teóricas e práticas
Estudo de material bibliográfico
Observações de campo e redação de relatório

Bibliografia

ARAUJO, Carlos. *Manual de ajudas em ginástica*. **Ed. do autor**.

ARAUJO, Carlos. *Manual de ajudas em ginástica*. **Ed. do autor**.

AYOUB, Eliana.. *Ginástica geral e educação física escolar.. UNICAMP*.

AYOUB, Eliana.. *Ginástica geral e educação física escolar.. UNICAMP*.

COSTA, Marcelo Gomes da. *Ginástica localizada*. **Sprint**.

COSTA, Marcelo Gomes da. *Ginástica localizada*. **Sprint**.

DALLO, Alberto R.. *A ginástica como ferramenta pedagógica :o movimento como agente de formação*. **EDUSP**.

DALLO, Alberto R.. *A ginástica como ferramenta pedagógica :o movimento como agente de formação*. **EDUSP**.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição (coord.). *Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica*. **Guanabara-Koogan**.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição (coord.). *Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica*. **Guanabara-Koogan**.

FORTEZA DE LA ROSA, Armando; FARTO, Emerson Ramirez. *Treinamento desportivo: do ortodoxo ao contemporâneo*. **Phorte**.

FORTEZA DE LA ROSA, Armando; FARTO, Emerson Ramirez. *Treinamento desportivo: do ortodoxo ao contemporâneo*. **Phorte**.

HALL, Susan. *Biomecânica básica*. **Guanabara-Koogan**.

HALL, Susan. *Biomecânica básica*. **Guanabara-Koogan**.

SOARES, Carmen Lúcia. *Educação física: raízes européias e Brasil*. **Autores associados**.

SOARES, Carmen Lúcia. *Educação física: raízes européias e Brasil*. **Autores associados**.

SOARES, Carmen Lúcia. *Imagens da educação no corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX*. **Autores associados**.

SOARES, Carmen Lúcia. *Imagens da educação no corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX*. **Autores associados**.

WEINECK, Jürgen. *Biologia do esporte*. **Manole**.

WEINECK, Jürgen. *Biologia do esporte*. **Manole**.