



INSTITUTO FEDERAL

Ceará

Campus Tabuleiro do Norte

DEPARTAMENTO DE ENSINO

COORDENAÇÃO DO CURSO TÉCNICO EM MANUTENÇÃO AUTOMOTIVA

SUBSEQUENTE AO ENSINO MÉDIO

PROGRAMA DE UNIDADE DIDÁTICA – PUD

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA (OPTATIVA)			
Código:	OPT.7		
Carga Horária Total:	40	CH Teórica: 20	CH Prática: 20
Número de Créditos:	2		
Código pré-requisito:	Nenhum		
Semestre:	1º, 2º, 3º ou 4º		
Nível:	Técnico Subsequente ao Ensino Médio		
EMENTA			
Introdução ao processo de aquisição do conhecimento sistematizado acerca da cultura corporal. Desenvolvimento de reflexões, pesquisas e vivências da relação corpo, natureza e cultura. Princípios didático-pedagógicos para apropriação do conhecimento produzido e redimensionado pela humanidade ao longo de sua história.			
OBJETIVOS			
Objetivo geral: <ul style="list-style-type: none">- Construir o conhecimento crítico-reflexivo sobre as práticas corporais, assegurando a participação irrestrita nas diversas vivências pertinentes à cultura corporal e sua relação com a área da manutenção automotiva. Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none">- Conhecer, conceituar e ressignificar as diversas manifestações da cultura corporal produzidas pelas diversas sociedades;- Vivenciar de maneira teórica e prática os elementos dos jogos, das danças, das lutas, das ginásticas, dos esportes e da qualidade de vida, atribuindo-lhes um sentido e um significado próprios;- Relacionar os conteúdos da educação física com a temática da manutenção automotiva e sua atuação profissional específica;- Desenvolver atitudes e valores intrínsecos da cultura corporal, tais como ética, cooperação, liderança, autonomia, a criatividade, a integração, a capacidade de comunicação, reflexão, crítica, co-decisão e coeducação bem como nosso relacionamento com as culturas afro descendentes.			
PROGRAMA			

UNIDADE I: HISTÓRICO, EVOLUÇÃO E PRINCÍPIOS

Introdução histórica e Evolução da Educação Física no Brasil e no Mundo;
Educação Física na Escola;
Princípios básicos da Educação Física Escolar;
Princípios básicos da Educação Física Escolar;
Legitimação da Educação Física:
Jogos e brincadeiras;
Atividade Física e Sedentarismo;
Aptidão física relacionada à saúde.

UNIDADE II: MANIFESTAÇÕES DA CULTURA CORPORAL;

Jogos, Brinquedos e Brincadeiras;
Lutas e Jogos de Oposição;
Danças afro descendentes, atividades Rítmicas e movimentos;
Ginástica e Atividade Física;
Esportes Convencionais, Não-Convencionais e de Aventura;
Conhecimentos sobre o Corpo, Saúde e Qualidade de Vida.

UNIDADE III: ATIVIDADES ESPORTIVAS

Introdução ao Esporte: Conceitos, Educação, Participação e performance;
Princípios do Esporte Educacional;
Conhecimentos sobre Corpo e Movimento;
Anatomia do Corpo Humano;
Ginástica;
Esportes Individuais e Coletivos;
Educação Física e Social;
Ética;
Pluralidade Cultural.

UNIDADE IV: FISIOLOGIA, CULTURA CORPORAL E PRIMEIROS SOCORROS

Conceitos e princípios básicos do Treinamento Físico;
Principais capacidades e habilidades físicas e motoras;
Overtraining, Relação esforço x descanso, Alongamento;
Fisiologia do Exercício;
Sistema Neurológico, Circulatório e Respiratório;
Manifestações da Cultura Corporal de Movimento;
Temas Locais: Violência, Histórico, Cultura Local, Orientação Sexual, etc;
Noções de Primeiros Socorros;
Principais Lesões no Esporte;
Principais distúrbios respiratórios, circulatórios e neurológicos;
Conceitos básicos de Nutrição e principais nutrientes alimentares;
Alimentação, Atividade física e hidratação;
Transtornos alimentares;
Suplementação e anabolizantes.

METODOLOGIA DE ENSINO

As aulas serão expositiva-dialógicas, com uso de metodologias ativas, com atividades de interação entre os alunos, atrelando os conteúdos estudados à dinâmica do curso e da comunidade, articulando o conhecimento produzido à realidade do aluno e ao contexto escolar.

RECURSOS

Quadro branco, apagador e Pincéis; Projetor multimídia; Equipamentos e acessórios para educação física.	
AVALIAÇÃO	
A avaliação do desempenho escolar é feita por disciplinas e bimestres, considerando aspectos de assiduidade e aproveitamento, conforme as diretrizes da LDB, Lei nº. 9.394/96. A assiduidade diz respeito à frequência às aulas teóricas, aos trabalhos escolares, aos exercícios de aplicação e atividades práticas. O aproveitamento escolar é avaliado através de acompanhamento contínuo dos estudantes e dos resultados por eles obtidos nas atividades avaliativas. Os critérios de verificação do desempenho acadêmico dos estudantes são tratados pela Organização Didática do IFCE.	
BIBLIOGRAFIA BÁSICA	
<p>[1] DARIDO, S. C. (org). Educação física e temas transversais na escola. Campinas: Papirus, 2012.</p> <p>[2] SOUZA JR., Osmar Moreira; DARIDO, Suraya Cristina. Para ensinar educação física: possibilidades de intervenção na escola. 4.ed. Campinas: Papirus, 2010.</p> <p>[3] SOARES, Carmem Lúcia et al. Metodologia do ensino de educação física. 2.ed. São Paulo: Cortez 2012.</p>	
BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR	
<p>[1] CASTELLANI FILHO, L. Educação no Brasil: a história que não se conta. 19.ed. Campinas: Papirus, 2011. DIEHL, Rosilene Moraes. Jogando com as diferenças. São Paulo: Phorte, 2008.</p> <p>[2] FREIRE, João Batista. Educação de corpo Inteiro: teoria e prática da educação física. São Paulo: Scipione, 1989. 88812458</p> <p>[3] HUIZINGA, Johan. Homo ludens: o jogo como elemento da cultura. São Paulo: Perspectiva, 1980.</p> <p>[4] SANTOS, Ednei Fernando dos. Manual de primeiros socorros da educação física aos esportes. O papel do educador físico no atendimento de socorro, Ednei Fernando dos Santos - 1 ed. – Rio de Janeiro, Galenus 2014.</p> <p>[5] CAPRARO, André Mendes. Educação física, esportes e corpo: uma viagem pela história. Curitiba: Intersaberes, 2017</p>	
Coordenador do Curso _____	Setor Pedagógico _____