



**DEPARTAMENTO DE ENSINO  
COORDENAÇÃO DO CURSO TÉCNICO EM PERÓLEO E GÁS INTEGRADO AO  
ENSINO MÉDIO  
PROGRAMA DE UNIDADE DIDÁTICA – PUD**

<b>DISCIPLINA: Educação Física III</b>						
<b>Código:</b>	TIMA305					
<b>Carga Horária Total:</b>	40 horas	<b>CH Teórica:</b> 30 horas	<b>CH Prática:</b> 10 horas			
<b>Número de Créditos:</b>	2					
<b>Código pré-requisito:</b>	TIMA205					
<b>Semestre:</b>	5 e 6º					
<b>Nível:</b>	Técnico Integrado ao Ensino Médio					
<b>EMENTA</b>						
Conhecimento sobre Corpo e Movimento: Avaliação Física e Doenças Crônico-degenerativas. Manifestações da Cultura Corporal de Movimento: Esportes Diversos. Esportes Individuais e Coletivos: Esportes Radicais e Basquetebol. Educação Física e Social: Meio Ambiente e Saúde. Organização e Gerenciamento de Eventos Esportivos. Racismo no esporte.						
<b>OBJETIVOS</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender os principais conceitos de avaliação física e sua importância para elaboração de um programa de atividade física.</li> <li>• Conhecer as principais características e os mecanismos de prevenção das principais doenças crônico-degenerativas.</li> <li>• Conhecer e vivenciar alguns esportes de menor popularidade no brasil.</li> <li>• Conhecer e vivenciar os principais fundamentos e táticas do Basquetebol.</li> <li>• Compreender a importância da preservação do meio ambiente para o futuro da humanidade.</li> <li>• Vivenciar os princípios da organização e gerenciamento de um evento esportivo.</li> <li>• Conhecer e vivenciar algumas modalidades dos esportes radicais e suas particularidades.</li> <li>• Compreender a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis para melhora da qualidade de vida e saúde;</li> <li>• Conhecer como o racismo esteve presente na história da consolidação de algumas modalidades esportivas.</li> <li>• Compreender que o esporte pode contribuir para a inclusão social e para o respeito à diversidade sexual, de gênero e étnico-racial.</li> </ul>						
<b>PROGRAMA</b>						
<p><b>Unidade I: Conhecimento Sobre o Corpo</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Avaliação Física.</li> <li>2. Conceitos básicos de Avaliação Física.</li> </ol>						

3. Pressão Arterial.

**Unidade II: Esportes Coletivos**

1. Manifestações da Cultura Corporal de Movimento.
2. Esportes Diversos.
3. Esportes Coletivos: Basquetebol.
4. Racismo no esporte.
5. Esporte e resistência: as torcidas organizadas antifascistas.

**Unidade III: Meio Ambiente e Saúde**

1. Educação Física e Social.
2. Meio Ambiente.
3. Saúde.
4. Organização e Gerenciamento de Eventos Esportivos;

**Unidade IV: Doenças Crônicas Degenerativas**

1. Doenças Crônico-Degenerativas.
2. Características e fatores de risco.
3. Esportes Radicais.

**METODOLOGIA DE ENSINO**

Abordagem sócio histórico que articula o conhecimento produzido, o contexto escolar e a realidade do aluno. A transmissão e discussão dos conteúdos será feita por meio de aulas teórico-expositivas utilizando-se de multimídias de áudio e vídeo para exibição e formação do conhecimento, e aulas práticas em local esportivo com infraestrutura e materiais adequados cujos alunos possam vivenciar e desfrutar de uma prática prazerosa.

Serão utilizadas dinâmicas de integração, associação, assimilação e contextualização dos conteúdos a serem apresentados. Algumas visitas técnicas poderão ser feitas para locais específicos de interesse do grupo de alunos e que estejam associados ao conteúdo da disciplina para facilitar a assimilação do mesmo e, consequentemente, contribuir para a autonomia, criatividade e criticidade do grupo, além do desencadeamento de valores sociais e da cidadania.

Serão desenvolvidos trabalhos interdisciplinares com outras disciplinas do núcleo comum para melhor contribuir para formação do conhecimento. Além disso, realizar-se-á debates, trabalhos em grupo, seminários e discussão sobre conteúdos específicos da disciplina, além da transversalidade dos conteúdos.

**RECURSOS**

- Quadro branco, apagador e Pincéis.
- Projetor multimídia.
- Quadra poliesportiva, bolas, cones, bumbolês, colchonetes, rede, etc.

**AVALIAÇÃO**

A avaliação assumirá um caráter diagnóstico, processual e formativo para melhor analisar o nível de desenvolvimento do aluno e a formação do conhecimento. Serão aplicadas atividades avaliativas por meio de trabalhos, seminários e prova escrita. Quanto à avaliação prática, esta será possível por meio de prova e análise prática, e participação nas aulas práticas.

**BIBLIOGRAFIA BÁSICA**

- FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro:** teoria e prática da educação física. 5. ed. São Paulo: Scipione, 2009.
- CORREIA, Marcos Miranda. **Trabalhando com jogos cooperativos:** em busca de novos paradigmas na educação física. Campinas: Papirus, 2015.
- MEDINA, João Paulo S. et al. **A educação física cuida do corpo... e mente:** novas contradições e desafios do século XXI. Campinas: Papirus, 2017.

**BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

- NEIRA, Marcos Garcia et al. **Educação física cultural**. São Paulo: Blucher, 2018.
- SILVA, Marcos Ruiz da. **Metodologia do ensino de educação física: teoria e prática**. Curitiba: Intersaberes, 2016.
- POWERS, S. K.; HOWLEY, E. T. **Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho**. 8. ed. Barueri: Manole, 2014.
- RIBEIRO, Silvia Regina. **Atividades rítmicas e expressivas: a dança na educação física**. Curitiba: Intersaberes, 2019.
- MARTINS, Dilson José de Quadros. **Planejamento de eventos esportivos e recreativos**. Curitiba: Inter Saberes, 2018.

Coordenador do Curso	Setor Pedagógico
_____	_____