



**INSTITUTO FEDERAL**  
Ceará

Campus  
Iguatu

**DIRETORIA DE ENSINO/DEPARTAMENTO DE ENSINO  
COORDENAÇÃO DO CURSO TÉCNICO EM NUTRIÇÃO E DIETÉTICA  
PROGRAMA DE UNIDADE DIDÁTICA – PUD**

| <b>DISCIPLINA: Educação Física II</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>Código:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                           |
| <b>Carga Horária Total: 40h</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>CH Teórica: 20h    CH Prática: 20h</b> |
| <b>CH - Prática como Componente Curricular do Ensino:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                           |
| <b>Número de Créditos:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 02                                        |
| <b>Pré-Requisito:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Nenhum                                    |
| <b>Nível:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Técnico Integrado ao Ensino Médio         |
| <b>Ano:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2º Ano                                    |
| <b>EMENTA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                           |
| Cultura corporal. Manifestações da Cultura Corporal: Esportes Coletivos e Individuais, Dança e Práticas Corporais de Aventura.                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                           |
| <b>OBJETIVO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender sobre as diversas possibilidades das manifestações da cultura corporal, dos Esportes Coletivos e Individuais, Dança e Práticas Corporais de Aventura.</li> <li>- Fazer o uso de modo autônomo e protagonista das práticas corporais.</li> <li>- Vivenciar a cultura do movimento com vista a um estilo de vida ativo/saudável para promoção do lazer e da saúde.</li> </ul> |                                           |
| <b>PROGRAMA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                           |

**Unidade 1 - Esportes Coletivos (Handebol) e Avaliação dos Índices Corporais**

- Histórico
- Fundamentos
- Regras
- Verificação dos Índices Corporais
- Estudo predominante do aspecto: econômico; e/ou político; e/ou social; e/ou cultural; e/ou profissional; e/ou midiático; e/ou estético; e/ou ético.

**Unidade 2 - Práticas Corporais de Aventura**

Práticas Corporais de Aventura (Urbanas e/ou na Natureza)

- Características
  - Fundamentos ou Habilidade básicas
  - Experimentação e Fruição
- Estudo predominante do aspecto: econômico; e/ou político; e/ou social; e/ou cultural; e/ou profissional; e/ou midiático; e/ou estético; e/ou ético.

**Unidade 3 - Esportes Coletivos e Individuais (Basquetebol e Atletismo)**

- Histórico
- Fundamentos
- Regras
- Estudo predominante do aspecto: econômico; e/ou político; e/ou social; e/ou cultural; e/ou profissional; e/ou midiático; e/ou estético; e/ou ético.

**Unidade 4 - Danças do Brasil e/ou do Mundo/ de Matriz africana e/ou indígena**

- Características

- Fundamentos ou Habilidade básicas
- Experimentação e Fruição
- Estudo predominante do aspecto: econômico; e/ou político; e/ou social; e/ou cultural; e/ou profissional; e/ou midiático; e/ou estético; e/ou ético.

### **METODOLOGIA DE ENSINO**

Aulas expositivas-dialogadas, teórico-prática, realização de projeto, rodas de conversas, estudos dirigidos, realização/participação em oficinas, workshop, feiras, exposições, campeonatos, torneios, debates, além de aulas de campo/visita técnica, com vista a consolidação dos conteúdos apontados da cultura corporal.

### **RECURSOS**

Os recursos utilizados são: quadro, pincel; data-show, notebook, caixas de som, textos e mapas didáticos, cordas de nylon e de sisal, bolas suíças, bolas de medicine ball, bolas de voleibol, bolas de futsal, cones, elásticos, colchonetes, cronômetro, jump, step, coletes, bolas de borracha, bambolês, tnt, corda naval, instrumento de percussão (berimbau), tatames, apito, colchão de salto, e outros.

### **AValiação**

Participação e pontualidade nas aulas práticas; Participação e pontualidade na entrega dos trabalhos propostos; Participação em atividades como seminários, debates, evento/projeto, aulas de campo/visitas técnicas; Avaliações; Síntese verbal; Autoavaliação, de acordo com o Regulamento da Organização Didática - ROD no Art. 95.

### **BIBLIOGRAFIA BÁSICA**

GONZÁLEZ, F. J.; BRACHT, V. **Metodologia dos Esportes Coletivos**. Vitória: UFEJ, Núcleo de Educação Aberta e a Distância, 2012. Disponível em: <https://www.unijales.edu.br/library/downebook/id:1243>. Acesso em: 05 nov. 2021.

DARIDO, S. C.; OLIVEIRA, A. A. B. de. **Lutas, Capoeira e Práticas Corporais de Aventura**. Maringá: Eduem, 2014. 3. v. (Coleção Práticas corporais e a organização do conhecimento).

GONZÁLES, F. J.; DARIDO, S. C.; OLIVEIRA, A. A. B. de. **Ginástica, Dança e Artes Circenses**. Maringá: Eduem, 2014. 3. v. (Coleção Práticas corporais e a organização do conhecimento).

SOARES, C. L. *et al.* **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992. 200 p.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

AFONSO, Germano Bruno (org.). **Ensino de história e cultura indígenas**. Curitiba: InterSaberes, 2016. ISBN 9788559721812. *E-book*. Disponível em: <https://middleware-bv.am4.com.br/SSO/ifce/9788559721812>. Acesso em: 18 Fev. 2022.

SILVA, Giovani José da; COSTA, Anna Maria Ribeiro F. M. da. **Histórias e culturas indígenas na Educação Básica**. Belo Horizonte: Autêntica, 2018. (Coleção Práticas Docentes). ISBN 9788551303214. *E-book*. Disponível em: <https://middleware-bv.am4.com.br/SSO/ifce/9788551303214>. Acesso em: 18 Fev. 2022.

THIEL, Janice Cristine. **Pele silenciosa, pele sonora: a literatura indígena em destaque**. Belo Horizonte: Autêntica, 2012. ISBN 9788582172391. *E-book*. Disponível em: <https://middleware-bv.am4.com.br/SSO/ifce/9788582172391>. Acesso em: 18 Fev. 2022.

DARIDO, S. C. (org.). **Educação física e temas transversais na escola**. Campinas: Papirus, 2012. Disponível em: <http://www.intaEad.com.br/ebooks1/livros/ed%20fisica/20.%20EF%20na%20Escola%20quest%20F5es%20e%20reflex%20F5es.pdf>. Acesso em: 05 nov. 2021.

FINCK, Silvia Christina Madrid (org.). **Educação física escolar: saberes, práticas pedagógicas e formação**. Curitiba: Intersaberes, 2014. *E-book*. Disponível em: <https://middleware-bv.am4.com.br/SSO/ifce/9788582128923>. Acesso em: 22 Nov. 2021.

|                         |                          |
|-------------------------|--------------------------|
| <b>Coordenador (a):</b> | <b>Setor Pedagógico:</b> |
|-------------------------|--------------------------|



**INSTITUTO FEDERAL**  
Ceará

Campus  
Iguatu