



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
PROGRAMA DE DISCIPLINA



CÓDIGO: EF645

NOME: APROFUNDAMENTO EM GINÁSTICA ARTÍSTICA

OF:S-5 T:001 P:000 L:002 O:000 D:000 HS:003 SL:003 C:003 AV:N EX:S FM:75%  
Pré-Req.: EF445/ AA200

**Ementa:**

Planejamento, organização e execução de programas para o aprofundamento da Ginástica Artística. Treinamento e melhoria do desempenho.

**Objetivos:**

**Estratégias:**

**Conteúdo Programático:**

Fundamentos da Ginástica Artística;  
Aspectos gerais do treinamento em GA;  
Cultura de competição e treinamento em GA;  
Arbitragem em GA masculina e feminina;  
Ajudas e segurança na GA  
Especificidades da Ginástica Artística Masculina (6 aparelhos);  
Especificidades da Ginástica Artística Feminina (4 aparelhos);

**CrITÉrios de Avaliação:**

- A) Prova teórica: perguntas dissertativas e de multipla-escolha;
- B) Prova Prática: em dupla, sorteio de um elemento técnico para explicação do processo de ensino-aprendizagem (progressão, educativos, ajudas, segurança, principais problemas técnicos, condicionamento física associado, etc);
- C) Participação em aula (frequência + participação ativa).

Nota final = (A+B+C)/3

**Bibliografia:**

**BÁSICA**

- CARLOS ARAUJO, *Manual de Ajudas en Gimnasia*. Ed. Paidotribo, Barcelona, 2003.  
MARCO A. C. BORTOLETO, *Estudio de la Lógica Interna de la Gimnasia Artística Masculina y Estudio Etnográfico de un Gimnasio de Alto Rendimiento*. Universitat de Lleida, INEFC, Lleida, Espanha, 2004.  
AKITOMO KANEKO, *Gymnastique Olympique*. Editorial Vigot, París, 1980.  
ARTHUR MAGAKIAN y MARQUET, Jean, *Les Secrets de la Gymnastique*. Solar, París, 1978.  
MYRIAN NUNOMURA e NISTA-PICCOLO, VILMA LENI (Org.), *Compreendendo a Ginástica Artística*. Editora Phorte, 2004, Sao Paulo, 2004.  
JOHN H. SALMELA (Org.), *The Advanced Study of Gymnastics*. Charles C. Thomas Publisher, Springfield, USA, 1974.  
W. A. SANDS, CAINE, D. J. y BORMS, J., *Scientific Aspects of Womens Gymnastics*. Revista Medicine and Sport Scienci, vol. 45, (edición monográfica), 2003.

Última revisão: julho de 2012



**FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
PROGRAMA DE DISCIPLINA**



**CÓDIGO: EF645**

**NOME: APROFUNDAMENTO EM GINÁSTICA ARTÍSTICA**

VLADIMIR SMOLEUSKIY y GAVERDOUSKIY, IURIY, *Tratado General de Gimnasia Artística Deportiva*. Editora Paidotribo, Barcelona, 1999-2001.

CARMEM LÚCIA SOARES, *Educação Física – Raízes Européias e Brasil*. Ed. Autores Associados, Campinas, SP, 1994.

*Imagens da Educação no Corpo*. Autores Associados, Campinas, 1998.

**LINKS CONSULTADOS**

[www.fig-gymnastics.com](http://www.fig-gymnastics.com)

<http://www.cbginastica.com.br/>

[www.ginasticas.com](http://www.ginasticas.com)

<http://www.gymmedia.com/>

<http://www.usa-gymnastics.org/>

**VÍDEOS**

<http://gymnet.org/videos-bercy03a.htm>