



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
PROGRAMA DE DISCIPLINA



CÓDIGO: MH401

NOME: PEDAGOGIA E ESPORTES I

OF:S-1 T:02 P:02 L:00 O:00 D:00 E:00 HS:04 SL:04 C:04 EX:S

**Ementa:**

Procedimentos pedagógicos que levem a uma vivência e aprendizagem do atletismo e da natação, com ênfase na natureza dos movimentos básicos e através dos atos motores.

**Objetivos:**

- 1- Identificar as provas atléticas.
- 2- Promover vivências práticas nas provas de atletismo.
- 3- Possibilitar a aprendizagem das técnicas das provas atléticas.
- 4- Estimular a elaboração de súmulas das provas atléticas.
- 5- Propiciar a interdisciplinaridade com outras disciplinas da área de treinamento desportivo.

**Conteúdo programático:**

- Aspectos históricos do Atletismo
- Divisão do atletismo em relação às provas atléticas
- Prática e estudo dos procedimentos pedagógicos das provas de:
  - Corridas
    - rasas
    - com barreiras e ou obstáculos
    - revezamentos
    - meio fundo
    - fundo
  - Saltos
    - à distância
    - à altura
    - triplo
    - com vara
  - Arremesso - do peso
  - Lançamentos - do disco
    - do dardo
    - do martelo

Provas Combinadas

**Estratégias:**

As aulas serão teórico-práticas, com uma acentuada vivência em cada uma das provas atléticas. Serão estimuladas as competições ao final de cada prova atlética, com as respectivas anotações em súmulas, sendo que este material propiciará a confecção de relatórios específicos em cada prova atlética.

Serão, também, desenvolvidas aulas em sala para a análise das técnicas atléticas.

**Critérios de avaliação:**

Serão realizadas avaliações teóricas ao final da disciplina.

Serão realizados relatórios com base nas competições realizadas em cada prova atlética.

Será realizada a avaliação da disciplina ao final da mesma.



**FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
PROGRAMA DE DISCIPLINA**



**CÓDIGO: MH401**

**NOME: PEDAGOGIA E ESPORTES I**

**Bibliografia:**

**BÁSICA**

J.L. FERNANDES, *Atletismo: Os Saltos*. Ed. Pedagógica e Universitária. São Paulo, 1978.

J.L. FERNANDES, *Atletismo: Os Arremessos*. Ed. Pedagógica e Universitária. São Paulo, 1979.

J.L. FERNANDES, *Atletismo: As Corridas*. Ed. Pedagógica e Universitária. São Paulo, 1980.

**ESPECÍFICA**

J. JUCOSA, *Saltos*. Ed. Sintet, Barcelona, 1971

A. KIRSCH & KOCH, K., *Séries Metodológicas de Exercícios Atletismo*. Ed. Kapeluz, Buenos Aires, 1973.

A. KIRSCH, KOCH, K. & ORO, U., *Antologia do Atletismo – Metodologia para a Iniciação em Escolas e Clubes*. Ed. Pedagógica e Universitária. São Paulo, 1978.

K. KOCH, et alii. *Carrera, Salto y Lanzamiento en la Escuela Elemental*. Ed. Kapeluz, Buenos Aires, 1973.

MEC – SEED. *Caderno Técnico Didático de Atletismo*. Brasília, 1977.

G. SCHMOLINSKY, *Atletismo*. Ed. Stampa, Lisboa, 1982.