



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE DISCIPLINA



CÓDIGO: MH642

NOME: ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM TREINAMENTO II - ATLETISMO

OF:S-2 T:01 P:03 L:00 O:00 D:00 E:00 HS:04 SL:01 C:04 EX:S
Pré-Req.: MH612

Ementa:

Aprofundamento do processo e acompanhamento da estrutura geral do treinamento na modalidade de atletismo.

Objetivos:

Possibilitar ao aluno vivenciar por meio das atividades práticas, os conhecimentos adquiridos durante o curso, quanto aos aspectos do treinamento do atletismo, desenvolvimento e elaboração de programas de treinamento e organização de competições junto aos clubes, escolinhas e equipes de atletismo.

Conteúdo programático:

- Estudos sobre estágios: seu papel, sua relevância;
- Programas de treinamento: como elaborar programa em atletismo.

Estratégias:

Encontros mensais em sala de aulas;
Desenvolvimento de um programa de treinamento;
Acompanhamento de equipe de treinamento, por meio de observação e participação das aulas;
Elaboração e apresentação de trabalhos.

Crítérios de avaliação:

Relatórios de estágio;
Frequência e participação nos encontros mensais.

Bibliografia:

- V.J. BARBANTI, *Teoria e Prática do Treinamento Desportivo*. Ed. Edgar Blucher, USP, São Paulo, 1979.
- U. JONATH, HAAG, E, & KREMPEL, R., *Atletismo I – Corridas e Saltos – Treino, Técnica e Tática*. Casa do Livro Ed. LTDA., Lisboa, 1983.
- G. SCHMOLINSKY, *Atletismo*. Editorial Stampa, Lisboa, 1982.
- J. WEINECK, *Manual do Treinamento Esportivo*. Ed Manole, São Paulo, 1986.