**PLANO DE ENSINO**

**Curso: Eventos, Informática e Plástico**

**Disciplina: Educação Física**

**Turma: 2I, 2K, 2L, 2M, 2P**

**Professor(a): Willian Giovani de Araujo**

**Carga horária total: 3Oh**

**Ano/semestre: 2017/2**

**Horário disponível para atendimento: quinta 12:00 às 13:00 e 18:00 às 19:00**

|  |
| --- |
| **1. EMENTA:** Estudo e vivência do Basquetebol, Futsal e de esportes alternativos, possibilitando a compreensão do corpo nestas modalidades esportivas, assim como o conhecimento a respeito da história de cada modalidade. Conhecimento sobre a Atividade Física e sua relação com a saúde, por meio da diferenciação de atividade e exercício físico, introduzindo aspectos como a frequência cardíaca, as medidas corporais e os cuidados antes, durante e após a prática de atividade física. Aprofundando o assunto corpo por meio de atividades que desenvolvam a agilidade e a flexibilidade |

|  |
| --- |
| **2. OBJETIVOS:**- Compreender as formas de atividade física e exercício físico e a relação com a saúde;- Aprender sobre o funcionamento do organismo humano na atividade física e nos fundamentos desportivos, utilizando-os como recursos para melhoria da aptidão física e formas de lazer; - Conhecer Basquetebol, Futsal e o esporte alternativo desde a sua história até o reflexo destas modalidades na sociedade e praticantes; - Vivenciar atividades práticas em grupos potencializando e canalizando as diferenças individuais para o benefício e conquista dos objetivos por todos. |

|  |
| --- |
| **3. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS:**UNIDADE I –Basquete1.1 História do esporte1.2 Regras do esportes1.3 Fundamentos Técnicos1.4 Fundamentos Táticos1.4.1 Posições em quadra1.4.2 Sistemas de Ataque1.4.3 Sistemas de DefesaUNIDADE II – Futsal2.1 História do esporte2.2 Regras do esportes2.3 Fundamentos técnicos2.3 Fundamentos táticosUNIDADE III – Esportes alternativos |

**4.** **PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS:** Serão realizadas aulas teóricas e práticas, norteadas pela concepção teórica. As aulas contemplarão diversos momentos: expositivo, demonstrativo e experimental. Durante as aulas serão realizadas atividades individuais e em grupos.

Recursos materiais: Datashow e notebook.

**5. PROCEDIMENTOS E CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:**

Serão avaliados todos os conteúdos do item 3

Duas provas individuais (P1 e P2) – peso 3 cada prova

Atividades realizadas e apresentadas em aula (individual e/ou grupo) – peso 2 (critérios de avaliação: preparação, apresentação e domínio do conteúdo)

Participação nas aulas práticas (critérios de avaliação: roupas e calçados adequados e participação ativa) – peso 2

Cálculo: Somatória das três avaliações (2+2+3+3=10)

\* O aluno terá direito a recuperar **uma** prova, **não realizada**, na última **semana de aula** do semestre vigente com **conteúdo cumulativo** e peso **correspondente** a avaliação perdida pelo aluno.

O aluno que não alcançar o desempenho esperado terá direito a realizar uma reavaliação, a ser definida pelo professor, referente ao período.

OBS.: Os alunos que apresentarem atestado médico deverão realizar relatórios referentes às aulas práticas.

**Observação:** Demais ausências deverão ser justificadas na CORAC no **prazo de até 02 (dois) dias úteis após a data de término da ausência.**  Pedidos posteriores a este prazo não serão considerados.

***Legislação – Justificativa da Falta***

- *Decreto-Lei 715-69* - relativo à prestação do Serviço Militar (Exército, Marinha e Aeronáutica).

- *Lei 9.615/98* - participação do aluno em competições esportivas institucionais de cunho oficial representando o País.

- *Lei 5.869/79* - convocação para audiência judicial.

***Legislação – Ausência Autorizada (Exercícios Domiciliares)***

- *Decreto-Lei 1,044/69* - dispõe sobre tratamento excepcional para os alunos portadores de afecções que indica.

- *Lei 6.202/75* - amparo a gestação, parto ou puerpério.

- *Decreto-Lei 57.654/66* - lei do Serviço Militar (período longo de afastamento).

- *Lei 10.412* - às mães adotivas em licença-maternidade.

**6. Bibliografia básica:**

MUTTI, Daniel. **FUTSAL: da iniciação ao alto nível.** 2ª edição. Editora Phorte, 2003.

POLITO, Marcos. **PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS PARA A SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA**. Editora Phorte, 2010.

MATTOS, Mauro Gomes de. **Educação Física na adolescência: construindo o conhecimento na escola**. São Paulo: Phorte Editora, 2000.

**7. Bibliografia complementar:**

SABA, Fabio. MEXA-SE: **Atividade Física, Saúde e Bem-estar.** 3ª edição. Editora Phorte, 2011.

DARIDO, Suraya Cristina. **PARA ENSINAR EDUCAÇÃO FÍSICA – possibilidades de Intervenção na Escola.** Editora Papirus, 2007.

**CRONOGRAMA**

**INSTITUTO FEDERAL SUL-RIO-GRANDENSE - CAMPUS SAPUCAIA DO SUL**

**Curso: Eventos, Informática e Plástico**

**Disciplina: Educação Física**

**Professor(a): Willian Giovani de Araujo**

**Ano/semestre: 2017/2**

**Turma: 2I, 2K, 2L, 2M, 2P**

**Email: willianaraujo@sapucaia.ifsul.edu.br**

**Horário disponível para atendimento: quinta 12:00 às 13:00 e 18:00 às 19:00**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aula** | **Data** | **Conteúdo Programático** |
| 1 | 1° semana | História, regras e fundamentos do futsal |
| 2 | 2° semana | Passe e recepção |
| 3 | 3° semana | Condução |
| 4 | 4° semana | Cabeceio/marcação |
| 5 | 5° semana | Finalização |
| 6 | 6° semana | Sistemas de jogo |
| 7 | 7° semana | Futebol |
| 8 | 8° semana | Regras e fundamentos do futsal |
| 9 | 9° semana | Passe e recepção |
| 10 | 10° semana | Condução |
| 11 | 11° semana | Cabeceio/marcação |
| 12 | 12° semana | Finalização |
| 13 | 13° semana | Sistemas de jogo |
| 14 | 14° semana | Ginástica Olímpica |
| 15 | 15° semana | Revisão |
| 16 | 16° semana | Avaliação teórica (regras e fundamentos do futsal) |
| 17 | 17° semana | Orientações para a avaliação prática |
| 18 | 18° semana | Avaliação prática |
| 19 | 19° semana | Atividade física e saúde |
| 20 | 20° semana | Reavaliação (se necessário) – Bocha adaptada |