|  |  |
| --- | --- |
| **DISCIPLINA:** Lazer e Recreação II | |
| **Vigência :** a partir de 2008/1 **Período Letivo:** 2º ano | |
| **Carga Horária Total:** 80 h | **Código:** G1512 |
| **EMENTA**: Atividade física, aptidão física e saúde: conceito e evolução. Aquecimento e desaquecimento. Planejamento e organização de eventos de lazer, entretenimento e recreação. Estruturação de espaços e momentos de lazer comunitário como forma de inclusão social de jovens, adultos, idosos e portadores de necessidades especiais. Técnicas para o planejamento de eventos de lazer e recreação. Organização e execução de atividades recreativas, estético-expressivas, esportivas e laborais. | |

**Conteúdos**

UNIDADE I - Atividade física.

UNIDADE II - Aptidão física.

UNIDADE III - Saúde e qualidade de vida.

UNIDADE IV - Aquecimento e desaquecimento.

UNIDADE V - Prática 1: organização de atividades recreativas para crianças, adultos e idosos.

UNIDADE VI - Prática 2: planejamento e marketing de eventos.

UNIDADE VII - Prática 4: organização de gincanas.

UNIDADE VIII - Prática 5: organização de acampamentos.

UNIDADE IX - Prática 6: organização de dinâmicas de grupos e jogos cooperativos.

UNIDADE X - Prática 7: organização de atividades estético-expressivas (festivais de danças, de teatro e de canções).

UNIDADE XI - Prática 8: organização de atividades esportivas (campeonatos e torneios).

UNIDADE XII - Prática 9: confecção de materiais com sucatas.

UNIDADE XIII - Estrutura para áreas de lazer e recreação.

UNIDADE XIV - Planejamento de lazer e recreação laboral.

UNIDADE XV - Primeiros socorros

**Bibliografia básica**

ANDERSON, Bob. **Alongue-se.** São Paulo: Summus Editorial, 1997.

CUTRERA, Juan Carlos. **Recreação.** Florianópolis, SC : CEITEC, 1993.

GUERRA, Marlene. **Recreação e Lazer.** Porto Alegre, RS : Sagra, 1984.

**Lazer e Cultura /** organizador Nelson Carvalho Marcellino. Campinas, SP: Editora Alínea. 2007.

LARIZZATTI, Marcos F. **Lazer e recreação para o turismo** / Marcos F. Larizzatti. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Lazer e educação.** 2ª ed. Campinas, SP : Papirus, 1990.

**Bibliografia complementar**

ORSO, Darci. **Brincando sempre mais – atividades recreativas para vários ambientes.** São Leopoldo, RS : Editora Oikos Ltda, 2005.

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