



PLANO DE ENSINO

Disciplina: Atletismo

Docente: Edson dos Santos Farias

Ano e Semestre Letivo: 2021-2 Turma 2ª período

Carga Horária: 100 h/a

EMENTA:

Histórico do atletismo. Conceitos e características. Fundamentos técnicos e táticos dos saltos, corridas e lançamentos. Regras e organização de competições. Procedimentos pedagógicos e aspectos metodológicos do ensino do atletismo. Atletismo como instrumento de formação de cidadãos.

OBJETIVOS

Geral: Compreender os conhecimentos teórico-práticos relacionados ao processo histórico do atletismo, dos fundamentos técnicos e táticos, regras e processos pedagógicos, visando um ensino do atletismo como instrumento para a cidadania.

Específicos: - Conhecer a história do atletismo

- Conceituar as terminologias específicas do atletismo.
- Entender os fundamentos técnicos e táticos
- Compreender as regras e a organização do atletismo em competições.
- Identificar os processos pedagógicos mais adequados para o ensino.
- Fazer com que o atletismo se torne de instrumento de formação de cidadãos.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

UNIDADE I – 1. Contextualização histórica do atletismo. 2. Atletismo de suas concepções e abordagens pedagógicas no âmbito escolar.

UNIDADE II – 1. Fundamentos técnicos e táticos. 2. Regras das competições.

UNIDADE III - A importância do ensino do atletismo. Processos pedagógicos do ensino do atletismo.

UNIDADE IV – O atletismo como meio educativo

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

- 1- Aulas expositivas dialogadas;
- 2- Leitura e discussão de textos;
- 3- Aulas práticas
- 4- Aulas práticas em uma escola pública em formato de laboratório com objetivo de vivenciar a realidade do atletismo escolar.

AValiação DISCENTE

- Avaliação teórica: Relatório final das atividades práticas 50%
- Avaliação Prática – ministração de atividades envolvendo corridas, saltos e arremessos 50%

Bibliografia:

Básica

FERNANDES, J. L. Atletismo: os saltos. 3ª ed. São Paulo: EPU, 2006.

FERNANDES, J. L. Atletismo: corridas. 3ª ed. São Paulo: EPU, 2006.

MATTHIESEN, S. Q. Atletismo: teoria e prática. 1ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2007.

Complementar CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Regras Oficiais do Atletismo. Editora Sprint. São Paulo, 2000. CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Atletismo: Regras oficiais de competição. Editora Phorte. 1ª edição. São Paulo, 2012. MARIANO, C. Educação Física. O atletismo no currículo escolar. 2º edição. Editora Wak. São Paulo, 2012. MATTHIESEN, S. Q. Atletismo se aprende na escola. Editora Fontoura. Rio de Janeiro, 2009.4.

Texto para leituras:

- 1- ATLETISMO SE APRENDE NA ESCOLA IV (MATTHIESEN et al. [file:///C:/Users/UNIR/Downloads/athletism%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/UNIR/Downloads/athletism%20(1).pdf)
- 2- Atletismo como conteúdo nas aulas de educação física. link acesso: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/17178/14627>
- 3- Trabalhando o atletismo nas aulas de educação física da educação infantil. Link: <http://coral.ufsm.br/revistaccne/index.php/ccnext/article/viewFile/1120/842>
- 4- O CORPO DAS CRIANÇAS NAS AULAS DE ATLETISMO NA ESCOLA. link: <https://www.scielo.br/j/ccedes/a/qRLkvWxgK3DXG6hN5BdXdVq/?format=pdf&lang=pt>
- 5- Atletismo (ainda) não se aprende na Escola? Revisitando artigos publicados Em periódicos científicos da educação Física nos últimos anos. Link: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/50006>
- 6- ATLETISMO NA ESCOLA: dificuldades e possíveis alternativas para a sua prática nas aulas de Educação Física escolar na educação básica. Link: <http://repositorio.asc.es.edu.br/bitstream/123456789/463/1/Artigo%20final.pdf>

DATAS	CONTEÚDOS	LOCAL	ESTRATÉGIA
28/04/22	Apresentação da disciplina – Histórico do Atletismo	Sala de aula	- Aula expositiva; - Leitura de textos.
30/04	Evolução do atletismo – modalidade olímpica	Sala de aula	- Aula expositiva;
05/05	Atletismo se aprende na escola	Sala de aula	- Aula expositiva - leitura de textos
07/05	Aquecimento no atletismo: qualidades físicas: força, velocidade, agilidade e coordenação	quadra	- Aula prática
12/05	Atletismo como conteúdo nas aulas de educação física	Sala de aula	- Aula expositiva
14/05	Iniciação a provas de corridas no atletismo	Quadra	- Aula prática
19/05	Corridas de velocidade: 100 m/r, 200 m/r	Espaço livre	- Prática
26/05	Corridas de 400 m/r e meio-fundo: 1500m/r	Espaço livre	- Prática
28/05	Atletismo (ainda) não se aprende na Escola? Revisitando artigos publicados Em periódicos científicos da educação Física nos últimos anos.	Sala de aula	- Aula expositiva - leitura de textos
02/06	Corridas 3000 km e 5000 km	Espaço livre	- Prática
04/06	Corridas 10 km	Espaço livre	- Prática
09/06	Meia maratona e maratona	Espaço livre	- Prática
11/06	Marcha atlética e corridas com barreiras	Espaço livre	- Prática
18/06	Corrida de rua	Espaço livre	- Prática
23/06	Saltos: distância e triplo	Espaço livre	- Prática
25/06	Salto com vara	Espaço livre	- Prática
28/06	Salto em altura	Espaço livre	- Prática
07/06	Arremessos com vara	Espaço livre	- Prática

09/06	Arremessos de peso	Espaço livre	- Prática
14/06	Arremessos do martelo	Espaço livre	- Prática
16/06	Atletismo na escola: ensino fundamental: corridas	Escola pública	Laboratório
21/06	Atletismo na escola: ensino fundamental: saltos	Escola pública	Laboratório
23/06	Atletismo na escola: ensino fundamental: arremessos	Escola pública	Laboratório
28/06	ATLETISMO NA ESCOLA: dificuldades e possíveis alternativas para a sua prática nas aulas de Educação Física escolar na educação básica.	Sala de aula	- Aula expositiva
04/08	Atletismo no estádio de competição esportiva – regras oficiais	Estádio com pista oficial de atletismo	Laboratório
11/08	Atletismo no estádio de competição esportiva – regras oficiais	Estádio com pista oficial de atletismo	Laboratório
18/08	Apresentação dos relatórios da disciplina	Sala de aula	- Aula expositiva
25/08	Apresentação dos relatórios da disciplina	Sala de aula	- Aula expositiva
Total	100 horas/aula		

Porto Velho, 15/04/2022.

Edson dos Santos Farias
Prof. Responsável pela disciplina