

Programa Analítico de Disciplina

EFF 170 - Metodologia do Ensino de Nataação

Campus UFV - Florestal -

Catálogo: 2019

Número de créditos: 3
Carga horária semestral: 45h
Carga horária semanal teórica: 1h
Carga horária semanal prática: 2h
Semestres: II

Objetivos

Levar aos alunos a entenderem os conteúdos relacionados a disciplina de nataação, compreendendo todos os aspectos didáticos envolvidos no processo de ensino-aprendizagem da metodologia de ensino das atividades aquáticas na escola

Ementa

Apresentação. Princípios e leis aplicados à nataação. Pedagogia da nataação. Técnicas dos nados.

Pré e co-requisitos

Não definidos

Oferecimentos obrigatórios

Curso	Período
Educação Física - Licenciatura	4

Oferecimentos optativos

Não definidos

EFF 170 - Metodologia do Ensino de Natação

Conteúdo					
Unidade	T	P	ED	Pj	To
1. Apresentação	1h	0h	0h	0h	1h
2. Princípios e leis aplicados à natação 1. Equilíbrio e fluabilidade 2. Leis dos movimentos 3. Resistência e propulsão 4. Biomecânica dos movimentos	5h	0h	0h	0h	5h
3. Pedagogia da natação 1. Ambiente e equipamento 2. Técnicas de ensino 3. Cuidados	1h	0h	0h	0h	1h
4. Técnicas dos nados 1. Crawl 2. Técnicas do nado 3. Processo ensino 4. Costa 5. Técnicas do nado 6. Processo ensino 7. Borboleta 8. Técnica do nado 9. Processo ensino 10. Peito 11. Técnica do nado 12. Processo ensino	8h	0h	0h	0h	8h
5. Iniciação geral 1. Adaptação ao meio líquido 2. Respiração 3. Flutuação/Equilíbrio 4. Propulsão	0h	6h	0h	0h	6h
6. Técnicas dos nados 1. Crawl 2. Movimento de pernas 3. Movimento de braços 4. Respiração 5. Coordenação 6. Costas 7. Movimento de pernas 8. Movimento de braços 9. Respiração 10. Coordenação 11. Borboleta 12. Movimento pernas 13. Movimento braços 14. Respiração 15. Coordenação 16. Peito	0h	24h	0h	0h	24h

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: ME8C.12V8.PM1K

17.Movimento pernas 18.Movimento braços 19.Respiração 20.Coordenação					
Total	15h	30h	0h	0h	45h

(T)Teórica; (P)Prática; (ED)Estudo Dirigido; (Pj)Projeto; Total(To)

Planejamento pedagógico	
Carga horária	Itens
Teórica	Apresentação de conteúdo oral e escrito com o apoio de equipamento (projektor, quadro-digital, TV, outros); Apresentação de conteúdo pelos estudantes, mediado pelo professor; Apresentação de conteúdo utilizando aprendizado ativo; e Seminários
Prática	Prática demonstrativa realizada pelo professor ou monitor; Prática executada por alguns estudantes, sendo demonstrativa para a maioria dos estudantes; Prática executada por todos os estudantes; Prática investigativa executada por todos os estudantes; e Resolução de problemas
Estudo Dirigido	Debate, Leitura conduzida e Resolução de problemas
Projeto	<i>Não definidos</i>
Recursos auxiliares	<i>Não definidos</i>

EFF 170 - Metodologia do Ensino de Natação

Bibliografias básicas

Descrição	Exemplares
LIMA, W. U. Ensinando natação. 4ª ed. Rio de Janeiro: Editora Phorte, 2009.	10
MAGLISCHO, E. Nadando o mais rápido possível. 3ª ed. Editora Manole, 2010.	10
SILVA, C.; TERTULIANO, I.; APOLINARIO, M.; OLIVEIRA, T. Natação - os quatro nados, saídas, viradas e chegadas. 1ª ed. Editora Fontura, 2011.	10

Bibliografias complementares

Descrição	Exemplares
CAMARGO, D. M. Natação - iniciação ao treinamento. 1ª ed. Editora EPU, 2006.	5
COSTA, P. H. L. Natação e atividades aquáticas. 1ª ed. Editora Manole, 2009.	5
GRECO, C. C. Educação física no ensino superior - aspectos fisiológicos e técnicos na natação. 1ª ed. Editora: Guanabara Koogan (Grupo GEN), 2011.	5
SALO, D.; RIEWALD, S. A. Condicionamento Físico para Natação. Editora Manole, 2011.	5
STAGER, J. M.; TANNER, D. A. Natação: manual de medicina e ciência do esporte. 2ª ed. Editora Manole, 2007.	5