



<b>DISCIPLINA:</b> Educação Física I	
<b>Vigência:</b> a partir de 2025/1	<b>Período letivo:</b> 1º ano
<b>Carga horária total:</b> 60h	<b>Código:</b> TEC.4701
<b>Ementa:</b> Desenvolvimento de uma formação direcionada para a cidadania de forma crítica e participativa. Compreensão do corpo no mundo. Valorização da cultura corporal e exploração das mais diversas possibilidades motoras, com especificidade para brinquedos e brincadeiras culturalmente inseridos em nossas sociedades. Incentivo do convívio social para a integração, o respeito e a cooperação.	

## **Conteúdos**

### **UNIDADE I – Integração e construção do coletivo**

- 1.1 Jogos cooperativos
- 1.2 Capoeira
- 1.3 Ludicidade

### **UNIDADE II – Corpo e Corporeidade.**

- 2.1 Anatomia Básica: Sistema Locomotor

### **UNIDADE III – Sociedade e Cultura do Movimento Humano**

- 3.1 Prática e apreciação de diferentes modalidades de Danças da Cultura Popular e suas simbologias.
- 3.2 Resgate de Jogos e Brincadeiras antigas.

### **UNIDADE IV – Esportes**

- 4.1 Jogos competitivos
- 4.2 Jogos interturmas do IFSul Venâncio Aires: IFGames

## **Bibliografia básica**

GALLAHUE, David L.; DONNELLY, Frances Cleland. **Educação Física desenvolvimentista para todas as crianças**. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

NAHAS, M.K. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida:** Conceitos e Sugestões para um estilo de vida ativo. 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.

OLIVEIRA, A. A., TAVARES, A. F. **Educação Física Escolar: contribuições teóricas e práticas para uma aprendizagem significativa**. Rio de Janeiro: Ed. Vozes, 2022.

## **Bibliografia complementar**

ALMEIDA, Pedro. **A Importância da Educação Física no Desenvolvimento Integral do Adolescente**. Belo Horizonte: Editora Autêntica, 2016..

SANTOS, G. A., BARBOSA, R. **Educação Física Escolar: diálogos e reflexões**



Serviço Público Federal

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia

Sul-rio-grandense Pró-Reitoria de Ensino

sobre a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Editora Wak, 2020.

SANTOS, Maria Luiza. **Educação Física no Ensino Médio: Reflexões e Práticas.**

São Paulo: Editora Cortez, 2019.

SILVA, Ana Beatriz, et al. **Educação Física no Ensino Médio: Propostas e Desafios.** São Paulo: Editora Moderna, 2017.

SILVA, G.; OLIVEIRA, Gladson de; HEINE, Vinícius. **Capoeira: Um instrumento psicomotor para a cidadania.** São Paulo: Phorte, 2008.

SOUZA, Carlos Eduardo. **Novas Perspectivas para a Educação Física Escolar:**

**Uma Abordagem Crítica.** Rio de Janeiro: Wak Editora, 2018.