



Serviço Público Federal  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense  
Pró-Reitoria de Ensino

<b>DISCIPLINA:</b> Educação Física I	
<b>Vigência:</b> a partir de 2014/1	<b>Período letivo:</b> 1º ano
<b>Carga horária total:</b> 60h	<b>Código:</b> SL.DE.114
<b>Ementa:</b> Estudo histórico-crítico das diferentes manifestações da cultura corporal de movimento, esportes, jogos, lutas, ginásticas, atividades rítmicas e expressivas, atividade física e saúde, em suas dimensões histórica, social e biológica considerando o desenvolvimento do adolescente, do jovem e do adulto no processo de escolarização.	

## Conteúdos

UNIDADE I - Conhecimento do Corpo:(esquema corporal, noção de espaço e tempo, conscientização corporal, relação do corpo com o meio ambiente, e outros)

1.1 Conhecer o próprio corpo em seu aspecto físico, cognitivo, afetivo e emocional em suas múltiplas determinações econômicas, culturais e sociais

1.2 Utilizar o corpo de forma afetiva e prazerosa, buscando construir uma relação com o meio em que vive, aprendendo a respeitar seus próprios limites

1.3 Considerar a efetiva participação dos alunos portadores de necessidades especiais e o conhecimento dos seus limites e possibilidades corporais

UNIDADE II - Corpo-linguagem/corpo-expressão (dança, dramatização, manifestação e prática cultural, capoeira, ginástica geral escolar, ritmo, e outros)

2.1 Perceber o corpo como meio de relação e interação consigo e com o outro, bem como meio de linguagem e expressão

2.2 Conhecer diferentes manifestações, práticas e ritmos culturais constituídos em âmbito nacional e regional

2.3 Conhecer, representar e vivenciar as manifestações folclóricas e ritmos constituídos historicamente no Espírito Santo

2.4 Estudar, vivenciar, compreender as diversas interpretações da dança e da ginástica; os conhecimentos científicos, técnicos e artísticos; e a criação de outras práticas corporais próprias dessas modalidades em seus conhecimentos

2.5 Considerar efetiva participação dos alunos portadores de necessidades especiais, seus limites e possibilidades na vivência e prática de atividades corporais ligadas ao tema

UNIDADE III - Os Jogos e os Movimentos Individuais e Coletivos (jogos individuais: xadrez, dama e outros; jogos coletivos: frescobol, estafetas, piques, peteca e outros; práticas de exercícios com movimentos diversos: equilíbrio, noção de tempo-espaço, coordenação, velocidade, e outros)

3.1 Conhecer e criar jogos que estimulem a prática dos jogos individuais e coletivos e a motivação dos alunos para o



Serviço Público Federal  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense  
Pró-Reitoria de Ensino

desenvolvimento das capacidades físicas, cognitivas, emocionais; da afetividade; da atitude de escolha e decisão; das possibilidades de ação

3.2 Construção coletiva de regras que trabalhem e resgatem os valores étnicos, morais, sociais e éticos

3.3 Estudar as organizações técnico- táticas dos diferentes jogos, bem como criar novas formas de organização para os jogos;

3.4 Realizar a reflexão necessária à percepção da sistematização do jogo no ensino da educação física

3.5 Construir relações sociais (consigo e com os outros) a partir dos jogos como tema da cultura corporal

3.6 Vivenciar jogos que desenvolvam a auto-organização individual e coletiva

3.7 Conhecer, vivenciar e analisar os jogos de outros países, das regiões do Brasil e do Espírito Santo, no que se refere as formas de jogar e aos valores imbricados nos jogos

3.8 Considerar a efetiva participação dos alunos portadores de necessidades especiais, seus limites e possibilidades na vivência dos jogos e movimentos individuais e coletivos

UNIDADE IV - Os Jogos Esportivos (voleibol, futebol, basquetebol, atletismo, futsal, natação, handebol, futebol de areia, futevôlei, tênis de mesa, esportes derivados das artes marciais e outros)

4.1 Estudar, conhecer e vivenciar as modalidades esportivas instituídas socialmente, em suas diferentes organizações técnico-táticas, bem como construir outras formas de se relacionar com essas modalidades no ensino da educação física

4.2 Refletir e analisar os esportes e características a eles agregadas a fim estabelecer diferentes formas de relação com os esportes

4.3 Desenvolver as capacidades físicas necessárias à prática esportiva e outras práticas corporais

4.4 Aprender os significados culturais atribuídos aos esportes

4.5 Considerar a efetiva participação dos alunos portadores de necessidades especiais, seus limites e possibilidades na vivência dos jogos esportivos

### **Bibliografía básica**

BAYER, C. **La enseñanza de los juegos deportivos colectivos**. Barcelona: Hispano Europea, 1986.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

DARIDO, Suraya Cristina. **Os conteúdos da educação física escolar: influências, tendências, dificuldades e possibilidades**. In: *Perspectivas em Educação Física Escolar*. Vol. 2, n. 1, (suplemento), Niterói: 2001, p. 5-25.



Serviço Público Federal  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense  
Pró-Reitoria de Ensino

### **Bibliografía complementar**

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. **Parâmetros Curriculares Nacionais:** Educação Física. Vol. 7. Brasília: MEC/SEF, 1997.  
BROTTO, Fábio Outuzi. **Jogos Cooperativos:** Se o importante é competir, o fundamental é cooperar. Santos: Projeto Cooperação, 1997.  
ESCOBAR, Micheli Ortega. **Metodologia esportiva e psicomotricidade.** Recife: Editora Universitária, 1987.