



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

| | |
|--|------------------------------------|
| DISCIPLINA: Educação Física VI | |
| Vigência: a partir de 2014/2 | Período letivo: 8º semestre |
| Carga horária total: 30 h | Código: BG.DE.136 |
| Ementa: Reflexão sobre a importância de um estilo de vida saudável e melhoria de qualidade de vida. Práticas gerais e específicas relacionadas ao desporto Basquetebol, através dos fundamentos técnicos e táticos básicos. | |

Conteúdos

UNIDADE I – Basquetebol

1.1 Regras básicas

1.2 Fundamentos técnicos (manejo do corpo, manejo da bola, drible, passes e recepção, arremessos e rebotes)

Bibliografia básica

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE BASQUETEBOL. **Regras Oficiais de Basquetebol**. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 2011.

COUTINHO, N. F. **Basquetebol na escola: da iniciação ao treinamento**. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2007.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3. ed. Londrina: Midiograf, 2003.

Bibliografia complementar

ZABALA, A. **A Prática Educativa: como ensinar**. Porto Alegre: Artmed, 1998.

SANTINI, J.; VOSER, R. C. **Ensino dos esportes coletivos: uma abordagem recreativa**. Canoas: Editora ULBRA, 2008.