

PLANO DE ENSINO

I. IDENTIFICAÇÃO:	
UNIDADE ACADÊMICA: Universidade Federal de Goiás - Campus Jataí	
CURSO: Educação Física - Bacharelado	
DISCIPLINA: Ginástica I	
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 04 horas	CARGA HORÁRIA TOTAL: 64h
ANO/SEMESTRE: 2012/1	TURNO/TURMA: Noturno
PROFESSOR: Prof ^a . Vivianne Oliveira Gonçalves	
II. EMENTA História e evolução da ginástica. Métodos e sistemas de ginástica: natural, analítica, desportiva generalizada associadas às manifestações diversas da cultura corporal atual. Estudo dos fundamentos, classificação e descrição do exercício ginástico. O entendimento da Ginástica no contexto da epistemologia da Educação e da Educação Física.	
III. OBJETIVO GERAL Estudar a origem e a evolução histórica da ginástica, a teoria e a prática das diversas formas de ginástica com seus fundamentos técnicos, proporcionando aprendizado a respeito de seus elementos básicos e sua atual diversidade e aplicabilidade como elemento da cultura corporal em distintos ambientes.	
IV. OBJETIVOS ESPECÍFICOS • Conhecer a origem e a evolução histórica da ginástica; • Estudar as principais escolas ou métodos de ginástica, sua influência na atualidade e suas dimensões pedagógicas; • Promover o conhecimento dos exercícios gímnicos, por meio de referencial teórico e prático; • Discutir os fundamentos da Ginástica enquanto sistematização do conhecimento sobre o corpo e sua relação com a Educação e a Educação Física.	
V. CONTEÚDO Origem, evolução e conceito da ginástica. Os métodos e/ou escolas de ginástica: Método Natural de Hébert, Calistenia, Ginástica Sueca, Ginástica Alemã, Método Francês, Educação Física Desportiva Generalizada e sua relação com as manifestações corporais na atualidade. Ginástica no Brasil. Estudo conceitual dos componentes motores relacionados à ginástica: planos e eixos; movimentos segmentares e globais; posições fundamentais, variações e combinações; e qualidades físicas. Classificação dos movimentos gímnicos que constituem o conteúdo específico da Ginástica. Tipos de Ginástica segundo a Federação Internacional de Ginástica. Ginástica Geral.	
VI. METODOLOGIA E RECURSOS As aulas serão ministradas em encontros semanais de 04 horas/aula. O programa será desenvolvido por meio de aulas expositivas, atividades práticas, seminários temáticos (capítulos de livro e/ou artigos científicos) e discussões em grupo. As unidades serão desenvolvidas de forma prático-teórica, quando o conhecimento ginástico e as estratégias de aplicação nos diferentes contextos serão oportunizados.	
VII. AVALIAÇÃO A avaliação será realizada por meio de participação em sala de aula (necessária leitura prévia dos textos indicados e participação nas atividades práticas), seminários teóricos e práticos, e prova escrita individual. Trabalhos em grupo serão avaliados individual e coletivamente.	

VIII. CRONOGRAMA:

ATIVIDADE	fev.	março	abril	maio	junho
- Dinâmicas de grupo - Apresentação do plano de ensino, professora e alunos.	X				
- Origem, evolução e conceitos da ginástica. - Primeiras sistematizações científicas. - Introdução geral sobre aos principais sistemas e métodos da ginástica / teoria e prática - Seminário teórico /prático sobre os métodos ginásticos. - Seminário teórico/prático sobre os métodos ginásticos.		X			
- Ginástica no Brasil. - Estudos dos movimentos articulares e dos seguimentos anatômicos do corpo de acordo com os planos e eixos; qualidades físicas aplicadas na aula de ginástica. - Seminários teóricos e práticos. - Classificação dos movimentos gímnicos que constituem o conteúdo específico da Ginástica: a) elementos corporais, b) exercícios acrobáticos, c) manejo de aparelhos			X	X	
- Tipos e Conceito de Ginástica segundo Federação Internacional de Ginástica. Vivência prática de sua aplicação em ambientes não-formais. - Ginástica Geral.				X	X
Avaliação final da disciplina.					X

Obs.: o cronograma pode sofrer modificações de acordo com calendário acadêmico e necessidades da disciplina.

IX. BIBLIOGRAFIA BÁSICA E COMPLEMENTARBibliografia Básica:

BREGOLATO, R. A. **Cultura corporal da ginástica**. São Paulo: Ícone, 2002.

LEGUET, Jacques. **As Ações Motoras em Ginástica Esportiva**. São Paulo: Manole, 1987.

MARINHO, Inezil Penha. **Sistemas e métodos de Educação Física**. 3 ed.-. [s.n.t.]: [s.n.], 1993.

SOARES, C. L. **Educação física**: raízes européias e Brasil. Campinas: Autores associados, 1994.

Bibliografia Complementar:

ARAÚJO, C. **Manual de ajudas em ginástica**. Ulbra, 2003.

GAIO, R. **Ginástica rítmica desportiva popular**: uma proposta educacional. São Paulo: Autores associados, 1996.

NUNOMURA, M; TSUKAMOTO, M. H. C. **Fundamentos das Ginásticas**. São Paulo: Fontoura, 2009.

PAIVA, P. A. **Educação física**: principais sistemas e métodos. Viçosa: Universidade Federal de Viçosa, 1980.

SOARES, C. L. **Imagens da educação no corpo**: estudos a partir da ginástica francesa no século XIX. Campinas: Autores associados, 1998.

Obs.: Poderão ser incluídos textos da bibliografia complementar na bibliografia básica, conforme necessidade do trabalho pedagógico.

HORÁRIO AULAS: 4ª feira (19:00 -22:40 hs)

Profª. Vivianne Oliveira Gonçalves

e.mail: nanifef13@gmail.com