

PLANO DE APRENDIZAGEM

1. <u>DADOS DE IDENTIFICAÇÃO</u>			
Curso: Bacharelado em Educação Física			
Disciplina: Medidas e Avaliação em Educação Física e Esporte			Código:
Professor: Jorge Paulo Gomes de Carvalho		e-mail: jorgepaulo.carvalho@unirios.edu.br	
CH Teórica: 40h	CH Prática: 20 hs	CH Total: 60 hs	Créditos: 03
Pré-requisito(s): -----			
Período: V		Ano: 2021.1	
2. <u>EMENTA:</u>			
<p>Teste, medida e avaliação em Educação Física: conceitos e princípios básicos. Tipos de testes utilizados em Educação Física. Características dos testes: validade, fidedignidade e objetividade. Escalas de medidas. Áreas de avaliação na Educação Física: cineantropométrica, neuromotora, metabólica, cognitiva e afetiva. Princípios da avaliação de habilidades esportivas. Construção e uso de baterias de testes. Medidas da atividade física.</p>			
3. <u>COMPETÊNCIAS:</u>			
<p>- Diagnosticar os interesses, as expectativas e as necessidades dos indivíduos de diferentes populações de modo a planejar, prescrever, ensinar, orientar, assessorar, supervisionar, controlar e avaliar projetos e programas de atividades físicas, exercícios físicos, esportivos e de lazer;</p> <p>- Intervir nos campos da saúde, da atividade física, do exercício físico, do esporte, da formação cultural, da gestão de empreendimentos e do lazer, com domínio de conhecimentos técnico-científicos.</p>			
4. <u>OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:</u>			
<p>Organizar, Planejar e Executar medidas e avaliações físicas em alunos, nos diversos campos de atuação, com intuito de orientar a prática profissional.</p>			
5. <u>CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:</u>			
<p>Unidade I: Teorias da Avaliação e Anamnese; Antropometria; Avaliação Postural e Avaliação Cardiorrespiratória.</p> <p>Unidade II: Goniometria, Paquimetria, Testes Neuromotores e Flexibilidade, Avaliação Equilíbrio e Agilidade, Elaboração de um programa de avaliação e Planejamento para programas de treinamento.</p>			
6. <u>METODOLOGIA DO TRABALHO:</u>			

Em razão da Portaria nº 544, de 16 de junho de 2020, a qual declarou substituição das atividades presenciais pelas atividades remotas e/ou com a utilização das TIC's até 31 de dezembro de 2020, as aulas teóricas e práticas utilizarão o Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) próprio da instituição, com aulas síncronas caracterizando o ensino presencial conectado, com a utilização de recursos educacionais digitais diversos, nos horários e dias estabelecidos para a disciplina. Para as atividades práticas também serão adotadas metodologias que utilizam recursos educacionais digitais, tecnologias de informação e comunicação ou outros meios convencionais para a oferta de atividades práticas, não causando prejuízo ao aluno.

6.1-1ª ETAPA E 2ª ETAPA

6.1.1 – Metodologias Ativas Presenciais

1. Aulas teóricas e práticas;
2. Utilização de recursos audiovisuais;
3. Apresentação e discussão de filmes/documentários;
4. Vivências e dinâmicas de sensibilização;
5. Aulas práticas;
6. Visitas técnicas supervisionadas;

6.1.2- Metodologias baseadas nas Tecnologias

7. Leitura e discussão de textos (Sala de Aula Invertida);
8. Estudos de Caso Individuais (Relatório entregue no AVA).
9. Metodologias Ativas: POL; PBL e Seminários.

7. RECURSOS:

- | | | |
|--|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Sala (comum) | <input type="checkbox"/> Sala Configuração Flexível | <input checked="" type="checkbox"/> Laboratório(s) - agendar |
| <input type="checkbox"/> Práticas em Campo | <input checked="" type="checkbox"/> Kit multimídia | <input type="checkbox"/> Outros (informar) |

8. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:

AVALIAÇÃO:

- **1ª Etapa:**

Avaliação Institucional (Modelo ENADE)

Avaliação Processual Baseada nas Tecnologias (AVA)

- **2ª Etapa:**

Avaliação Institucional (Modelo ENADE)

Avaliação Processual Baseada nas Tecnologias (AVA)

2ª. CHAMADA: A ser aplicada na data determinada em calendário. Todo o conteúdo da disciplina - questões subjetivas e objetivas; individual; **valor: 10,0 (dez);**

PROVA FINAL: A ser aplicada na data determinada em calendário. Todo o conteúdo da disciplina - questões subjetivas e objetivas; **valor: 10,0 (dez);**

OBS: As datas poderão sofrer alterações, sempre comunicadas em sala de aula, nos horários das aulas regulares, de acordo com o regimento da IES.

9. ATENDIMENTO EXTRA-CLASSE:

Conforme prévio acordo com o professor, nos dias de sexta-feira à noite

10. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

FONTOURA, A. S.; FORMENTIN, C. M.; ABECH, E. A. **Guia prático de avaliação física:** Uma abordagem didática, abrangente e atualizada. São Paulo: Phorte, 2013.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Controle do peso corporal:** Composição corporal, atividade física e nutrição. Londrina: Midiograf, 2003.

HEYWARD, V. H. **Avaliação física e prescrição de exercício:** Técnicas avançadas. Porto Alegre: Artmed, 2013.

11. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

MACHADO, Alexandre F.; CAL ABAD, César Cavinato. **Manual de avaliação física.** São Paulo: Ícone, 2012.

MCAARDLE, William et. al. **Fisiologia do exercício:** nutrição, energia e desempenho humano. 7ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

POWERS, S. K.; HOWLEY, E. T. **Fisiologia do Exercício:** Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. Barueri/SP:Manole, 2014.

ROGERS, R. A. **Princípios fundamentais de fisiologia do exercício para aptidão desempenho e saúde.** São Paulo: Phorte, 2002.

SOUZA, E. F. **Medidas e avaliação.** Curitiba: InterSaberes, 2019. E-book