

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1. CARACTERIZAÇÃO DA DISCIPLINA

Nome da Disciplina: MEDIDAS E AVALIAÇÃO NA ATIVIDADE FÍSICA	Ano/semestre: 2021-2
Código da Disciplina: 08832	Período: 4º
Carga Horária Total: 80h/a	Carga Horária Teórica: 60h/a Carga Horária Prática: 20h/a
Pré-Requisito: Anatomia	Co-Requisito: Não se Aplica

2. PROFESSOR(ES)

William Alves Lima (Dr.)

3. EMENTA

Estudo da origem, uso, seleção e desenvolvimento de técnicas de medidas e avaliação no âmbito do esporte, do condicionamento físico e da saúde. Emprego das técnicas e instrumentos para medir e avaliar características e habilidades.

4. OBJETIVO GERAL

Proporcionar ao aluno conhecimentos sobre medidas e avaliação em Educação Física, sua aplicação nos diferentes níveis de ensino, por meio de conteúdos adequados, contribuindo para o aprendizado e o aperfeiçoamento das técnicas utilizadas, além de despertar o senso crítico dos alunos no que se refere à interpretação dos resultados e a utilização na prescrição de exercícios físicos e análise dos fatores de risco à saúde.

5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Unidades	Objetivos Específicos
Avaliações antropométricas.	Proporcionar o conhecimento das principais técnicas de medir a massa corporal, estatura, diâmetros ósseos e perímetros corporais.
Técnicas e procedimentos para mensuração e avaliação da composição corporal.	Proporcionar o conhecimento das principais técnicas de medir a massa corporal, estatura, diâmetros ósseos e perímetros corporais.
Avaliação funcional no que se refere à Educação Física.	Conhecer as metodologias envolvidas na mensuração e avaliação dos componentes da aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho físico de crianças, adultos e idosos.
Avaliação Cardiorrespiratória	Aprender os procedimentos técnicos e as formas de estimativas, máximas e submáximas, da capacidade cardiorrespiratória de diferentes públicos para o fim de prescrição e sistematização de programas de treinamentos aeróbios. Vivenciar a mensuração do limiar anaeróbio e entender sua aplicação.

6. HABILIDADES E COMPETÊNCIAS

- Capacidade de planejar e desenvolver estratégias de avaliação cineantropométrica, prescrição e periodização do exercício físico do iniciante a alta performance;
- Capacidade de compreender as questões científicas, técnicas, sociais, éticas e morais de forma contextualizada;

7. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO					
Semana	Data	Conteúdo	Estratégia de Ensino-Aprendizagem	Aula Teórica/Prática	Local
1	12/08/2021	Apresentação do Plano de Ensino e Histórico da Avaliação Cineantropométrica	Vídeo aula	Teórica	Ambiente Virtual de Aprendizagem
2	19/08/2021	Anamnese	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula - AVA	Teórica	Ambiente Virtual de Aprendizagem
3	26/08/2021	Mensuração da pressão arterial / Aplicação de questionários	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica	Ambiente Virtual de Aprendizagem
4	02/09/2021	Massa corporal, estatura e mensuração de diâmetros ósseos	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
5	09/09/2021	Perímetros Corporais	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
6	16/09/2021	Comprimentos corporais	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Estudo dirigido Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
7	23/09/2021	1ª Verificação da aprendizagem - Teórica e Prática		Teórica	Ambiente Virtual de Aprendizagem
8	30/09/2021	Devolutiva / Cálculos dos índices corporais	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Estudo dirigido Questionário pós-aula – AVA	Teórica	Ambiente Virtual de Aprendizagem
9	07/10/2021	Dobras cutâneas	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental	Teórica / Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio

			Peer instruction Questionário pós-aula – AVA		
10	14/10/2021	ComVocAÇÃO Composição corporal	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Estudo dirigido Questionário pós-aula – AVA	Teórica / Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem
11	21/10/2021	Proporções corporais	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Análise literária Questionário pós-aula - AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
12	28/10/2021	Equações de estimativa da composição corporal para diferentes públicos	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
13	04/11/2021	Particularidades nas mensurações corporais	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
14	11/11/2021	2ª Verificação de aprendizagem		Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
15	18/11/2021	Devolutiva Avaliação da imagem corporal	Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
16	25/11/2021	Introdução a avaliação cardiorrespiratória	Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
17	02/12/2021	Protocolos de avaliação cardiorrespiratória	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
18	09/12/2021	Avaliação do limiar anaeróbico	Referência: IAAF Infográfico Mapa mental Peer instruction Questionário pós-aula – AVA	Teórica e Prática	Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio

19	16/12/2021	3ª Verificação de aprendizagem - teórica e prática			Ambiente Virtual de Aprendizagem / Ginásio
20	23/12/2021	Devolutiva		Teórica	Ambiente Virtual de Aprendizagem

8. PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS

Atividade avaliativa, atividade de campo, aula expositiva dialogada, seminário, vídeos e demonstrações práticas.

Para tanto será utilizado Quadro-branco/pincel, projetor multimídia, livros, ebook, vídeos, filmes, artigos científicos, computador, celular e internet e tatame de práticas marciais.

Recursos de Acessibilidade disponíveis aos acadêmicos

O curso assegura acessibilidade metodológica, digital, comunicacional, atitudinal, instrumental e arquitetônica, garantindo autonomia plena do discente.

9. ATIVIDADE INTEGRATIVA

Não se aplica.

10. PROCESSO AVALIATIVO DA APRENDIZAGEM

As VERIFICAÇÕES DE APRENDIZAGEM podem ser aplicadas de forma presencial ou virtual, bem como ter suas datas alteradas a depender do quadro epidemiológico da pandemia da COVID19.

1ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 50 pontos

- Avaliação teórica com valor 0 a 50 pontos (23/09).

Avaliações processuais totalizam 50 pontos distribuídos da seguinte forma:

- Atividades Pós aula com valor 0 a 12 pontos (recorrente).
- Prova prática: 38 pontos (23/09)

A média da 1ª VA será a somatório da nota obtida na avaliação teórica (0 à 50 pontos) e as notas obtidas nas avaliações processuais (0 à 50 pontos).

(a devolutiva será realizada conforme Cronograma).

2ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 50 pontos

- Avaliação teórica (VAI) com valor 0 a 50 pontos (11/11).

Avaliações processuais totalizam 50 pontos distribuídos da seguinte forma:

- Atividades pós aula com valor 0 a 12 pontos (03/11).
- Prova prática: 38 pontos (11/11).

A média da 2ª VA será a somatório da nota obtida na avaliação teórica (0 à 50 pontos) e as notas obtidas nas avaliações processuais (0 à 50 pontos).

(a devolutiva será realizada conforme Cronograma).

3ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 50 pontos

- Avaliação teórica com valor 0 a 50 pontos (16/12).

Avaliações processuais totalizam 50 pontos distribuídos da seguinte forma:

- Atividades Pós aula com valor 0 a 08 pontos (recorrente).

- Prova prática: 42 pontos.

A média da 3ª VA será a somatório da nota obtida na avaliação teórica (0 à 50 pontos) e as notas obtidas nas avaliações processuais (0 à 50 pontos).

(a devolutiva será realizada conforme Cronograma).

ORIENTAÇÕES ACADÊMICAS

- Nas três VAs - O pedido para avaliação substitutiva tem o prazo de 3 (três) dias úteis a contar da data de cada avaliação com apresentação de documentação comprobatória (§ 1º e § 2º do art. 39 do Regimento Geral do Centro Universitário UniEvangélica). **A solicitação deverá ser feita através do Sistema Acadêmico Lyceum obrigatoriamente.**

- Nas três VAs - O pedido para Revisão de nota tem o prazo de 3 (três) dias úteis a contar da data DA PUBLICAÇÃO, NO SISTEMA ACADÊMICO LYCEUM, do resultado de cada avaliação (Art. 40 do Regimento Geral do Centro Universitário UniEvangélica). **A solicitação deverá ser feita através DE PROCESSO FÍSICO na Secretaria Geral do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA com a avaliação original em anexo, obrigatoriamente.**

- Proibido uso de qualquer material de consulta durante a prova. Os equipamentos eletrônicos deverão ser desligados e qualquer manuseio deles será entendido como meio fraudulento de responder as questões. *"Atribui-se nota zero ao acadêmico que deixar de submeter-se às verificações de aprendizagens nas datas designadas, bem como ao que nela utilizar - se de meio fraudulento"* (Capítulo V, art. 39 do Regimento Geral do Centro Universitário de Anápolis, 2015).

Condição de aprovação

Considera-se para aprovação do (a) acadêmico (a) na disciplina, frequência mínima igual ou superior a 75% da carga horária e nota igual ou superior a sessenta (60) obtida com a média aritmética simples das três verificações de aprendizagem.

T

11. BIBLIOGRAFIA (Instrução - deve estar de acordo com o PPC)

Básica:

1. HEYWARD, H.V. **Avaliação física e prescrição de exercícios:** técnicas avançadas. 4 ed. Porto Alegre, RS: 2004.
2. HEYWARD, Vivian H.; STOLARCZYK, Lisa M.. **Avaliação da composição corporal aplicada.** Ed. Manole, 2000.
3. PITANGA, Francisco José Gondim. **Testes, medidas e avaliação em Educação Física e esportes.** 4 ed. São Paulo, SP, Brasil: Ed. Phorte, 2005.

Bibliografia complementar:

1. LOPES, A.L.; RIBEIRO, G.S. **ANTROPOMETRIA APLICADA A SAÚDE E AO DESEMPENHO ESPORTIVO: UMA ABORDAGEM A PARTIR DA METODOLOGIA ISAK.** RIO DE JANEIRO: ED. RUBIO, 2014.

Anápolis, 09 de agosto de 2021.



Prof. Dr Irsé Oliveira Silva
COORDENADOR DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UniEVANGÉLICA



Prof. Dr William Alves Lima
PROFESSOR RESPONSÁVEL PELA DISCIPLINA

