

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1. CARACTERIZAÇÃO DA DISCIPLINA

Nome da Disciplina: ATIVIDADES AQUÁTICAS	Ano/semestre: 2022/1
Código da Disciplina: 10342	Período: 5º
Carga Horária Total: 100h/a	Carga Horária Teórica: ---- Carga Horária Prática: 80h/a Carga Horária On-line: 20h/a
Pré-Requisito: Não se Aplica	Co-Requisito: Não se Aplica

2. PROFESSOR(ES)

Maria Clemência Pinheiro de Lima Ferreira, Ma.

3. EMENTA

Estudo dos fundamentos históricos, pedagógicos e técnicos da Natação, com ênfase na vivência e aprendizagem básica dos quatro estilos. Sua aplicabilidade em academias, clubes, condomínios, respeitando-se as capacidades e limitações do aluno. Estudo da Hidroginástica, sua aplicabilidade e estratégias de ensinamento.

4. OBJETIVO GERAL

Possibilitar a aquisição de conhecimentos relativos às implicações da prática das atividades aquáticas com seus benefícios, cuidados e técnicas, bem como promover subsídios para a compreensão de processos pedagógicos básicos para o ensino dos estilos da natação, assim como da hidroginástica e da natação para bebês com base na experimentação.

5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Unidades	Objetivos Específicos
- História das atividades aquáticas	- Compreender como o ser humano descobriu as possibilidades de movimentação do corpo no meio líquido.
- Vantagens e desvantagens dos exercícios físicos na água: indicações e contra-indicações.	- Relacionar atividades aquáticas à saúde e qualidade de vida;
- Efeitos das atividades aquáticas: evidências científicas.	- Analisar as vantagens e desvantagens, efeitos e possibilidades do corpo no meio aquático
- Propriedades físicas da água: temperatura, hidrostática, hidrodinâmica, força estática, dinâmica e de sustentação.	- Compreender as propriedades físicas da água; - Identificar a influência das propriedades físicas da água na prática das atividades aquáticas;
- Biomecânica aplicada aos exercícios aquáticos	
- Regras de sobrevivência	- Listar movimentos e maneiras de sobrevivência na água.
- Sequência pedagógica da adaptação ao meio líquido: respiração, imersão, equilíbrio e desequilíbrio, flutuação ventral e dorsal.	- Dominar o meio aquático quanto ao equilíbrio, respiração e propulsão; - Dominar o próprio corpo no meio líquido; - Analisar os fundamentos da adaptação ao meio líquido.
- Adaptação sensorial: olho, boca e nariz.	
- Aprendizado de propulsão de membros inferiores e superiores, tempo de respiração. Nado cachorrinho.	- Executar os fundamentos básicos da natação.
- Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl/ costas/ borboleta/ peito, propulsão de membros inferiores e superiores, saídas e viradas/ medley.	- Compreender a sequência teórica e prática do nado crawl, costas, peito, borboleta e medley com análise dos movimentos de membros superiores e inferiores. - Planejar e executar o ensino dos fundamentos básicos da natação

- Competição e regras na natação. - Desclassificação e funções dos árbitros.	- Compreender as regras e funções da arbitragem de uma competição regida pela FINA.
- Níveis de aprendizagem na natação e planos de aula.	- Compreender os diferentes níveis no processo de ensino e aprendizagem da natação; - Identificá-los junto a crianças e adultos.
- Ensinando crianças a nadar: o desenvolvimento dos aspectos motores, cognitivos e sócio afetivos	- Analisar a relevância da aprendizagem da natação para o desenvolvimento global das crianças
- Natação para bebês: introdução	- Identificar elementos relevantes do trabalho com bebês no meio aquático.
- Hidroginástica: origem histórica e percurso desta prática da humanidade: peculiaridades	- Contextualizar a hidroginástica no cenário mundial e nacional;
- Resistências exercidas pela água com o deslocamento: estruturação da prática da hidroginástica.	- Contextualizar a hidroginástica no cenário mundial e nacional; - Analisar as resistências que a água exerce no deslocamento do corpo no meio líquido nos vários sentidos e direções, e o aproveitamento dos movimentos com membros superiores e suas alavancas. - Verificar as posições e apoio ao executar os exercícios de hidroginástica.
- Hidroginástica para grupos especiais: idosos/ gestantes/ obesos/ outros grupos.	- Compreender as peculiaridades dos diferentes grupos que procuram a hidroginástica. - Identificar os diferentes formatos e aulas temáticas na hidroginástica.
- Possibilidades de trabalho com a hidroginástica (métodos, materiais, técnicas)	- Examinar os diferentes materiais e métodos para execução das aulas de hidroginástica.
- Cuidados e riscos no meio aquático. - Noções de salvamento e primeiros socorros em afogamento	- Listar e discutir os perigos que piscinas, rios e mar oferecem às pessoas, sobretudo durante uma aula de natação; - Simular atitudes a serem tomadas em caso de afogamento e o que fazer para evitar.

6. HABILIDADES E COMPETÊNCIAS

- Experiências múltiplas na área de academias, clínicas, hospitais, empresas, indústria, clubes, condomínios, associações esportivas, parques, órgãos governamentais e outras de forma individual e/ou coletiva;
- Condições de fazer uma leitura sobre a recreação, lazer, eventos esportivos, científicos, projetos de promoção da saúde, empreendedorismo e outros, sendo capaz de interagir com esses proporcionando transformações.

7. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Semana	Data	Conteúdo	Estratégia de ensino-aprendizagem	Aula Teórica/ Prática	Local
1	11/02/2022	Apresentação do Plano de Ensino. Introdução à disciplina: panorama das atividades aquáticas	Pré-aula - Referência: SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 33-43/ p. 89/ p. 103 Objeto de aprendizagem: Imagens de atividades aquáticas. Atividade pré-aula: Leitura da referência Aula: Apresentação do plano de ensino. Sondagem das experiências dos alunos no que diz respeito à vivência em atividades aquáticas. Apresentação das regras de conduta na disciplina. Técnicas para manter a flutuação em situações de riscos https://www.youtube.com/watch?v=txkliP97WUI Apresentação do Parque Aquático. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 1(Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: reconhecimento do Parque Aquático.	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
2	18/02/2022	História das Atividades Aquática	Pré-aula - Referência: SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 11-13 RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.11 a 17 e 25 - 35 Objeto de aprendizagem: imagem das atividades aquáticas na pré-história. Linha do tempo no vídeo do Youtube: https://www.youtube.com/watch?v=XmkVyV-6_Pc . https://www.youtube.com/watch?v=XPbTbPSv7IE Atividade pré-aula: Assistir ao vídeo em questão com aspectos gerais e o percurso histórico das atividades aquáticas, anotando	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula

		Natação elementar utilitária	constituindo uma linha do tempo. https://www.youtube.com/watch?v=nkB-o2661I4 Aula: Aula expositiva dialogada com slides. Experimentações no meio líquido. Infográfico: 4 estilos da natação https://unievangelica.grupoa.education/sagah/object/view-object/5fbd73ff8ae329001ab6c4c2 Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 2(Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: Início da adaptação ao meio líquido: reconhecimento da piscina; exercícios de soltura do ar e apnéia.		
3	25/02/2022	Vantagens e desvantagens dos exercícios físicos na água: indicações e contra-indicações Efeitos das atividades aquáticas: evidências científicas. Regras de sobrevivência Flutuação Respiração Mergulhos	Pré-aula - Referência: SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 23- 32. Objeto de aprendizagem: Imagem ilustrativa - apontamentos das vantagens da prática de atividade física na água Atividade pré-aula: liste os itens que apontam os benefícios e desvantagens da prática das atividades aquáticas https://www.youtube.com/watch?v=y-YvqvUgkCs https://www.youtube.com/watch?v=rIFoCRnC7dY Aula: <i>Bramistorns</i> – cada aluno deverá falar uma vantagem ou limitação da prática das atividades aquáticas. Na sequência organizaremos as ideias com aula expositiva dialogada. Regras de sobrevivência. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 3(Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da adaptação ao meio líquido: respiração, imersão, equilíbrio e desequilíbrio, flutuação ventral e dorsal. Adaptação sensorial: olho, boca e nariz	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
4	04/03/2022	Propriedades físicas da água: temperatura, hidrostática, hidrodinâmica, força estática, dinâmica e de sustentação. Biomecânica aplicada aos exercícios aquáticos	Pré-aula - Referência: COSTA, Paula Hentschel Lobo da (org.). <i>Natação e Atividades aquáticas</i> : subsídios para o ensino. Barueri, SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca]. p. 34-45 SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 13- 20 PALMER, Mervyn L. <i>A ciência do ensino da natação</i> . São Paulo: Manole, 1990. p.39-55 Objeto de aprendizagem: Densidade da água e outros https://www.youtube.com/watch?v=KFJ3mWBofrA Atividade pré-aula: Leia as referências e liste as propriedades físicas da água. Aula: expositiva dialogada com exposição de slides Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 4(Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: Respiração na natação https://www.youtube.com/watch?v=Vinwf6calNw https://www.youtube.com/watch?v=2ucdVLUp3kA (iniciantes) Sequência pedagógica da adaptação ao meio líquido: respiração, imersão, equilíbrio e desequilíbrio, flutuação ventral e dorsal. Adaptação sensorial: olho, boca e nariz. Aprendizado de propulsão de membros inferiores e superiores, tempo de respiração. Nado cachorrinho. Atividade Avaliativa 1: elaborar mapa mental das propriedades físicas da água. (Ciclo 1)	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
5	11/03/2022	Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl	Pré-aula - Referência: RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.37-65 COSTA, Paula Hentschel Lobo da (org.). <i>Natação e Atividades aquáticas</i> : subsídios para o ensino. Barueri, SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca]. p. 45-51	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem

			<p>Objeto de aprendizagem: Pare de afundar: https://www.youtube.com/watch?v=dsMYtiyJt30 Atividade pré-aula: descreva os movimentos mais evidentes do nado crawl Aula: nado crawl: aspectos técnicos e metodologia de ensino. Exposição de slides e vivências. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 5(Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl</p>		<p>Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático</p> <p>Sala de Aula</p>
6	18/03/2022	<p>Ensinando crianças a nadar: o desenvolvimento dos aspectos motores, cognitivos e sócio afetivos.</p> <p>Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl.</p>	<p>Pré-aula - Referência: RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i>. Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.37-65 COSTA, Paula Hentschel Lobo da (org.). <i>Natação e Atividades aquáticas</i>: subsídios para o ensino. Barueri, SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca]. p. 45-51/139 a 154 Objeto de aprendizagem: vídeo sobre a importância e necessidade de ensinar as crianças a nadarem. Crawl: Três principais erros na natação https://www.youtube.com/watch?v=Ew7g70vKj6w Erros e modos corretos de executar a pernada do crawl https://www.youtube.com/watch?v=94Nha159bHg Atividade pré-aula: descreva 5 exercícios que poderia desenvolver com crianças no ensino do nado crawl Aula: expositiva dialogada com apresentação de slides e vivência prática. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 6(Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl</p>	TEÓRICA PRÁTICA	<p>Ambiente Virtual de Aprendizagem</p> <p>Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático</p> <p>Sala de Aula</p>
7	25/03/2022 OBS; Esta aula será ministrada Sáb. 02.04	<p>Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado costas</p>	<p>Pré-aula - Referência: RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i>. Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.67-90 SANTOS, Ana Paula Mauríia dos. <i>Atividades aquáticas</i>. Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 47-48/ 50-51 Objeto de aprendizagem: Imagem /vídeo do nado costas Atividade pré-aula: descrever os movimentos observados no vídeo e realizá-los em solo. Aula: exposição de slides sobre o nado costas e vivência prática Aprendendo a resolver problemas: em grupos os alunos terão que solucionar uma situação problema que envolve o medo que uma criança de 7 anos possui da água. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 7(Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl e costas Atividade avaliativa 2: Em duplas, elaborar e apresentar a execução de 4 exercícios aquáticos englobando os conteúdos estudados até o momento (Ciclo 1)</p>	TEÓRICA PRÁTICA	<p>Ambiente Virtual de Aprendizagem</p> <p>Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático</p> <p>Sala de Aula</p>
8	01/04/2022	<p>Níveis de aprendizagem na natação e planos de aula.</p> <p>Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl e costas</p>	<p>Pré-aula - Referência: LIMA, William Urizzi de. <i>Ensinando Natação</i>. São Paulo: Phorte Editora, 2000. – Cap.4. Objeto de aprendizagem: modelo de plano de aula Atividade pré-aula: assista ao vídeo sobre plano de aula e planeje uma aula para um dos níveis da natação. https://www.guilhermetucher.com.br/plano-de-aula-para-a-aprendizagem-dos-alunos-nas-aulas-de-natacao/ Aula: exposição dos conteúdos com leitura do material compilado e slides com exemplos de planos de aula. Retomada de conteúdo: resumo Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 8 (Ciclo 1) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl e costas</p>	TEÓRICA PRÁTICA	<p>Ambiente Virtual de Aprendizagem</p> <p>Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático</p> <p>Sala de Aula</p>

9	08/04/2022	1ª VA	Prova teórica com questões objetivas e discursivas Prova prática na piscina	TEÓRICA PRÁTICA	Sala de Aula Parque Aquático
10	22/04/2022 OBS: Esta aula será ministrada Sáb. 30.04	Planos de aula Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl e costas	Pré-aula - Referência: COSTA, Paula Hentschel Lobo da (org.). <i>Natação e Atividades aquáticas</i> : subsídios para o ensino. Barueri, SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca]. p. 89-110 SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 45-60 Objeto de aprendizagem: modelo de plano de aula Atividade pré-aula: Planeje uma aula de natação para adultos com exercícios para o nado crawl. Aula: devolutiva da prova com TBL adaptado. Exercício de plano de aula específico com nível e modalidade direcionado. Atividade avaliativa 1: elaborar um plano de aula. (Ciclo 2) Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 1 (Ciclo 2) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado crawl e costas	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
11	29/04/2022	Competição e regras na natação. Desclassificação e funções dos árbitros. Execução dos planos de aula	Pré-aula - Referência: FINA – Federação Internacional de Natação. Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos. 2017- 2021 SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 54-58 Objeto de aprendizagem: imagem - as regras da natação Atividade pré-aula: visite o site abaixo e descreva o que é básico em cada nado para um atleta de natação não ser desclassificado de uma competição. https://www.esportelandia.com.br/natacao/regras-da-natacao/ Aula: Aula expositiva dialogada sobre as regras gerais da natação. Atividade avaliativa 2: Aplicação dos planos de aula (Ciclo 2) Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 2 (Ciclo 2) Atividade Prática Laboratorial: aplicação dos planos de aula	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
12	06/05/2022	Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado peito	Pré-aula - Referência: COSTA, Paula Hentschel Lobo da (org.). <i>Natação e Atividades aquáticas</i> : subsídios para o ensino. Barueri, SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca]. p. 48 e 51 RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.91-118 Objeto de aprendizagem: imagem/vídeo nado peito https://www.youtube.com/watch?v=sBcmQl_6Yos Atividade pré-aula: descreva peculiaridades do nado peito. Aula: exposição dialogada sobre o nado peito. Execução em solo. Vivências/ experimentações no meio líquido. Aprendendo a resolver problemas: em grupo os alunos resolverão um problema que abrange o ensino do nado crawl e as regras relativas a esta modalidade Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 3 (Ciclo 2) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da aprendizagem do nado peito.	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
13	13/05/2022	Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado borboleta	Pré-aula - Referência: RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.119-146 Objeto de aprendizagem: imagem/vídeo nado borboleta. Atividade pré-aula: descreva peculiaridades do nado peito Aula: exposição dialogada sobre o nado borboleta. Execução em solo. Vivências no meio líquido. Retomada de conteúdo do ciclo 2 – resumo do professor Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 4 (Ciclo 2) Atividade Prática Laboratorial: Sequência pedagógica da aprendizagem e técnica do nado borboleta.	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula

14	20/05/2022	2ª VA	Prova teórica com questões objetivas e discursivas Prova prática na piscina	TEÓRICA PRÁTICA	Sala de Aula Parque Aquático
15	27/05/2022 OBS: Esta aula será ministrada Sáb. 04.06	Noções básicas da natação para bebês	Pré-aula - Referência: SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 24 – 32/ 45/ 52 – 54 RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.173- 184 Objeto de aprendizagem: imagem sobre natação para bebês Atividade pré-aula: Assista ao vídeo a seguir e liste suas impressões sobre a natação para bebês. https://www.youtube.com/watch?v=6ILTcNkRzAI Aula: Aula expositiva dialogada com apresentação de slides. Participação de convidado. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 1 (Ciclo 3) Atividade Prática Laboratorial: Exercícios na água com bonecos	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
16	03/06/2022	Hidroginástica: origem histórica e percurso desta prática: peculiaridades Resistências exercidas pela água com o deslocamento: estruturação da prática da hidroginástica.	Pré-aula - Referência: SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 89-102 BAUN, MaryBeth Pappas. Exercícios de hidroginástica: exercícios e rotinas para tonificação, condicionamento físico e saúde. Barueri – SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca] Objeto de aprendizagem: imagem: hidroginástica X hidroterapia Atividade pré-aula: Leia uma das referências da aula em questão e faça um resumo de um capítulo. Aula: aula expositiva dialogada com apresentação de slides. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 2 (Ciclo 3) Atividade Prática Laboratorial: <u>Atividade Avaliativa 1</u> (Ciclo 3) Acompanhar uma aula de hidroginástica executando os exercícios aquáticos.	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
17	10/06/2022	Hidroginástica para grupos especiais: idosos/ gestantes/ obesos/ outros grupos. Possibilidades de trabalho com a hidroginástica (métodos, materiais, técnicas)	Pré-aula - Referência: SANTOS, Ana Paula Maurilia dos. <i>Atividades aquáticas</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca] p. 89-102 BAUN, MaryBeth Pappas. Exercícios de hidroginástica: exercícios e rotinas para tonificação, condicionamento físico e saúde. Barueri – SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca] Objeto de aprendizagem: Imagem: hidroginástica para gestantes Atividade pré-aula: montar um plano de aula de hidroginástica Aula: Aula expositiva dialogada com apresentação de slides. Aprendendo a resolver problemas: Em trios, os alunos deverão elaborar um plano de aula de hidroginástica conforme a situação proposta pelo professor. Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 3 (Ciclo 3) Atividade Prática Laboratorial: <u>Atividade avaliativa 2</u> (Ciclo 3) aplicar a aula de hidroginástica planejada para ser executada pela turma.	TEÓRICA PRÁTICA	Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
18	17/06/2022	Cuidados e riscos no meio aquático. Noções de salvamento e primeiros socorros em afogamento	Pré-aula - Referência: RISTOW, Leonardo; et all. <i>Esporte V: natação</i> . Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca] p.33 – 35 PALMER, Mervyn L. <i>A ciência do ensino da natação</i> . São Paulo: Manole, 1990. p. 225 - 238 Objeto de aprendizagem: vídeo do youtube sobre salvamento https://www.youtube.com/watch?v=NEKPeUu0x28 Atividade pré-aula: Descreva duas formas de rebote da pessoa afogada em piscina. Aula: participação especial de convidado (bombeiros) Atividade pós-aula: questões no AVA – APS 3 (Ciclo 3) Atividade Prática Laboratorial: Simulação na piscina, afogamento/salvamento. Organização da apresentação das aulas de hidroginástica que ainda não foram ministradas.		Ambiente Virtual de Aprendizagem Espaços Práticos de Aprendizagem: parque aquático Sala de Aula
19	24/06/2022	3ª VA	Prova teórica com questões objetivas e discursivas	TEÓRICA	Sala de Aula

20	01/07/2022		Devolutiva e pendências	PRÁTICA	Sala de Aula
----	------------	--	-------------------------	---------	--------------

* 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.

8. PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS

Atividade avaliativa, atividade de campo, aula expositiva dialogada, retomada de conteúdo, estudo de caso, Team-Based Learning (TBL), roda de conversa, mapa conceitual, seminário, trabalho em grupo.

Recursos e Tecnologias da Informação e Comunicação: vídeos, AVA, quadro-branco/pincel, projetor multimídia, livros, ebook, reportagens, documentário, artigos científicos, computador, celular e internet.

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

1ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 100 pontos

Avaliação teórica com valor **0 a 30** pontos.

Avaliação prática com valor **0 a 20** pontos

Avaliações processuais totalizam 0 a 50 pontos distribuídos da seguinte forma:

Atividade Prática Supervisionada – APS – **12 pontos**

Aprendendo a resolver problemas – **10 pontos**

Mapa mental – propriedades físicas da água – **14 pontos**

Elaboração, apresentação e execução de exercícios aquáticos para serem feitos em duplas – **14 pontos**

A média da 1ª V. A. será a somatória da nota obtida na avaliação teórica (0 a 50 pontos) e as notas obtidas nas avaliações processuais (0 a 50 pontos). A devolutiva será realizada conforme Cronograma.

2ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 100 pontos

Avaliação teórica com valor **0 a 30** pontos.

Avaliação prática com valor **0 a 20** pontos.

Avaliações processuais totalizam 0 a 50 pontos distribuídos da seguinte forma:

Atividade Prática Supervisionada – APS – **7,5 pontos**

Aprendendo a resolver problemas – **10 pontos**

Elaboração de plano de aula dos nados crawl e costas – **16 pontos**

Execução do plano de aula – **16, 5 pontos**

A média da 2ª V. A. será a somatória da nota obtida na avaliação teórica (0 a 50 pontos) e a nota obtida nas avaliações processuais (0 a 50 pontos). A devolutiva será realizada conforme Cronograma.

3ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 100 pontos

Avaliação teórica com valor **0 a 30** pontos.

Avaliação prática com valor **0 a 20** pontos.

Avaliações processuais totalizam 0 a 50 pontos distribuídos da seguinte forma:

Atividade Prática Supervisionada – APS – **6 pontos**

Aprendendo a resolver problemas – **10 pontos**

Acompanhar uma aula de hidroginástica executando os exercícios aquáticos – **10 pontos**

Aplicar a aula de hidroginástica planejada para ser executada pela turma – **24 pontos**

A média da 3ª V. A. será a somatória da nota obtida na avaliação teórica (0 a 50 pontos) e nota obtida nas avaliações processuais (0 a 50 pontos).

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 (Art. 94 do Regimento Geral da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA). A solicitação deverá ser protocolizada em formulário on-line específico da Secretaria Acadêmica no 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 ou devolutiva feita pelo docente de cada avaliação. (§ 1 do art. 96 do Regimento Geral da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA). A solicitação deverá ser feita por meio de processo físico na Secretaria Acadêmica da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA com a avaliação original em anexo, obrigatoriamente.
- Proibido uso de qualquer material de consulta durante a prova. "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" (Art. 95 do Regimento Geral da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA).

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.

11. BIBLIOGRAFIA

Básica:

PALMER, Mervyn L. **A ciência do ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1990.

SANTOS, Ana Paula Maurília dos. **Atividades aquáticas**. Porto Alegre: SAGAH, 2019. [Minha Biblioteca]

COSTA, Paula Hentschel Lobo da (org.). **Natação e Atividades aquáticas**: subsídios para o ensino. Barueri, SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca].

Complementar:

BAUN, MaryBeth Pappas. **Exercícios de hidroginástica: exercícios e rotinas para tonificação, condicionamento físico e saúde**. Barueri – SP: Manole, 2010. [Minha Biblioteca]


CABRAL, Fernando; CRISTIANINI, Sanderson; SOUZA, Wagner Alves. **Natação: 1000 exercícios**. 5ª ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.

MACHADO, David Camargo. **Metodologia da natação**. 2ª ed. São Paulo: Pedagógica e Universitária 1978. 230 p. il.

MAGLISSH, Fernando. **Nandando ainda mais rápido**. 3ª ed. São Paulo: Manole, 2010. 716 p.

RISTOW, Leonardo; et all. **Esporte V: natação**. Porto Alegre: SAGAH, 2021. [Minha Biblioteca]

Anápolis, 07 de fevereiro de 2022.


Prof. Dr. Irsé de Oliveira

COORDENADOR DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIEVANGÉLICA


Prof. Me. Fábio Santana

COORDENADOR DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIEVANGÉLICA


Prof. Ma. Maria Clemência Pinheiro de Lima Ferreira

PROFESSORA RESPONSÁVEL PELA DISCIPLINA