

Fundamentos Metodológicos do Ensino da Ginástica Rítmica e Artística / Período: 5

Professor: Mauriano Lúcio de Freitas (Especialista)

CH: 80h

Ementa:

Histórico, evolução, elementos básicos e objetivos da Ginástica Rítmica e artística. Movimentos naturais, totais e fluentes da prática. Fundamentos básicos e técnicas de iniciação no processo ensino-aprendizagem de exercícios de solo e aparelhos, elaboração de séries, noções de arbitragem. Uso dos aparelhos alternativos na realização dos movimentos. Planos para as diferentes faixas etárias. Caracterização da modalidade e sua diversidade cultural. Ginástica rítmica e artística adaptada às populações especiais. Capacidades físicas e Ações Motoras; Técnicas básicas de solo; Elementos de flexibilidade e equilíbrio.

Metodologia:

As aulas a distância serão realizadas em vídeo aulas, material disponível no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA), atividades de apoio para exploração e enriquecimento do conteúdo trabalhado, fóruns de discussão, atividades de sistematização, avaliações e laboratórios práticos virtuais.

Recursos Didáticos:

Livro didático;
Vídeo aula;
Fóruns;
Estudos Dirigidos (Estudo de caso);
Experimentos em laboratório virtual;
Biblioteca virtual;
Atividades em campo.

Conteúdo Programático:

GINÁSTICA RÍTMICA CONCEITOS E GENERALIDADES
FUNDAMENTOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA
APARELHOS UTILIZADOS NA PRÁTICA DA G.R E G.A: CONHECIMENTOS GERAIS E POSSIBILIDADES
GINÁSTICA RÍTMICA E ARTÍSTICA: UMA EDUCAÇÃO POR MEIO DO MOVIMENTO
GENERALIDADES NA ABORDAGEM DA GINÁSTIA RÍTMICA E GINÁSTICA ARTÍSTICA
PREPARANDO O TERRENO PARA O DESENVOLVIMENTO DAS PRÁTICAS DA GINÁSTICA

Sistema de Avaliação:

A distribuição dos 100 pontos acontecerá da seguinte forma durante o período de oferta da disciplina:

Fórum de Discussão Avaliativo: 10%

Estudo Dirigido: 10%

Avaliação Parcial I : 15%

Avaliação Parcial II : 15%

Avaliação Final: 50%

Caso o aluno não alcance no mínimo 60% da pontuação distribuída, haverá a **Avaliação Suplementar** com as seguintes características:

Todo o conteúdo da disciplina. Valor: 100 pontos

Pré-requisito: Resultado Final ≥ 20 e < 60

Regra: (Resultado Final + Nota Prova Suplementar) / 2

Média final para Aprovação: ≥ 60 pontos

Bibliografia Principal:

DOS DA ROSA, Luis.Henrique.Telles.; SANTOS, Ana.Paula.Maurilia. Modalidades Esportivas de Ginástica. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2020. 9788595027466. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595027466/>. Acesso em: 31 jan. 2022.
BROCHADO. Educação Física no Ensino Superior - Fundamentos da Ginástica Artística e de Trampolins. [Digite o Local da Editora]: Grupo GEN, 2016. 9788527729130. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527729130/>. Acesso em: 31 jan. 2022.
POSSAMAI, Vanessa. D. Metodologia da ginástica. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2018. 9788595027015. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595027015/>. Acesso em: 31 jan. 2022.

Bibliografia Complementar:

WERNER, Peter. H.; WILLIAMS, Lori. H.; HALL, Tina. J. Ensinando Ginástica para Crianças. [Digite o Local da Editora]: Editora Manole, 2015. 9788520449967. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520449967/>. Acesso em: 31 jan. 2022.
JUNIOR, Lafaiete.L.de. O.; MATOS, Cristiano.Cardoso. D.; PEREZ, Carlos. R.; AL., et. Musculação e ginástica de academia. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2020. 9786581492854. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786581492854/>. Acesso em: 31 jan. 2022.
MENDES, Ricardo. A.; LEITE, Neiva. Ginástica Laboral: Princípios e Aplicações Práticas. [Digite o Local da Editora]: Editora Manole, 2012. 9788520444641. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520444641/>. Acesso em: 31 jan. 2022.
ANDRADE, RANGEL, Irene. C.; CRISTINA, DARIDO,. S. Educação Física no Ensino Superior - Educação Física na Escola: Implicações para a Prática Pedagógica, 2a edição. [Digite o Local da Editora]: Grupo GEN, 2006. 978-85-277-1972-8. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/978-85-277-1972-8/>. Acesso em: 31 jan. 2022.
CAYRES-SANTOS, Suziane. U.; BIEDRZYCKI, Beatriz. P.; GONÇALVES, Patrick.da. S. Prática Pedagógica da Educação Física no Contexto Escolar. [Digite o Local da Editora]: Grupo A, 2020. 9786556900629. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786556900629/>. Acesso em: 31 jan. 2022.

Por ser verdade, firmo o presente documento.

Ipatinga/MG - 12 de Maio de 2025


Thyciane Alviera Gonsalves Freitas
Secretária Acadêmica