



ROTEIRO DIDÁTICO – AULAS REMOTAS EM TEMPOS DE COVID-19

Departamento: Departamento de Educação Física

Curso: Educação Física

Disciplina: Introdução à Ginástica

Turma: 1 Bacharelado

Professor(a): Beatriz Ruffo Lopes

Período: 17 de agosto de 2020 – 19 de dezembro 2020

Carga Horária: 36h (18 encontros)

1. APRESENTAÇÃO:

Fundamentos histórico-culturais e técnicos da ginástica na Educação Física.

2. OBJETIVOS:

Apropriar-se de conhecimentos técnico-instrumentais e culturais que possam fundamentar o trabalho com a ginástica.

Compreender a ginástica em sua relação com a sociedade por meio de uma perspectiva crítica e reflexiva;

3. CONTEÚDOS:

a) Introdução ao estudo da ginástica: história e atualidade e possibilidades de atuação com a ginástica na Educação Física

b) Movimentos ginásticos:

As formas básicas de movimentos; elementos constitutivos dos movimentos gímnicos: formas básicas de movimentos sistematizadas (andar, correr, saltitar, saltar, girar; estender, flexionar, circundar, balancear); acrobacias (movimentos de inversão de eixo, giros em suspensão); e manipulação de aparelhos; planos, eixos, níveis e direções (relações do movimento no tempo e no espaço);



4. CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES:

1. Conteúdos introdutórios:

- 1.1. Como a Ginástica, nas suas várias formas de expressão, se apresenta na atualidade e o que constitui o estado da arte da área na Educação Física.
- 1.2. A estrutura organizacional das ginásticas: as instituições e organizações que administram, regulamentam e promovem as diversas manifestações ginásticas da atualidade.
- 1.3. Possibilidades de atuação com a ginástica na Educação Física
- 1.4. Os conhecimentos históricos culturais e sociais das manifestações gímnicas, considerando suas origens, as práticas renascentistas (lúdicas, artísticas), os métodos ginásticos e seus desdobramentos às formas contemporâneas.
- 1.5. Possibilidades de ensino e pesquisa com as manifestações gímnicas.

2. Elementos teórico-práticos da ginástica

- 2.1 Formas básicas de movimentos (andar, correr, saltitar, girar, equilibrar, saltar, trepar)
- 2.2 Formas básicas de movimentos sistematizadas (andar, correr, saltitar, saltar, girar; estender, flexionar, circundar, balancear);
- 2.3 Acrobacias (movimentos de inversão de eixo, giros em suspensão).

Dia do mês/semana	Horário	Atividade a ser realizada/Recursos
Encontro 1	7h45- 9h25	<p>Apresentação da disciplina; Apresentação dos discentes; Organização e diálogo para consentimento dos discentes acerca de elementos gerais sobre o semestre;</p> <p>Texto verbete Dicionário crítico da educação física: "Ginástica"</p> <p>Avaliação contínua 1.1: 40 minutos finais, pesquisar no <i>google</i>, "ginástica" e selecionar uma explicação sobre "O que é ginástica" que julgar mais coerente. Fazer leitura e interpretação. Retomar na próxima aula.</p> <p>Aula realizada plataforma <i>google meet</i></p>



Encontro 2 ao 4	7h45- 9h25	<p>Conteúdo introdutório sobre ginástica Retomar atividade aula anterior: “o que é ginástica ?”</p> <p>Universo da Ginástica (PALIOLLELO, 1997) História da ginástica (SOARES, 2007) O que constitui o universo de conhecimento da área (RINALDI, 2004)</p> <p>Aula realizada plataforma <i>google meet</i></p>
Encontro 05	7h45- 9h25	<p>Atividade avaliativa: métodos ginásticos 1: Explicação do trabalho para toda turma; Divisão dos grupos (4 grupos); Atendimento de cada grupo: agendamento de horário aproximadamente 15 minutos cada grupo.</p> <p>Síntese do trabalho: produção gravada em vídeo, sobre os Métodos Ginásticos (documentário) - até 10 minutos. Tempo para que os grupos se organizem Apresentação dos grupos no encontro 8. Aula realizada plataforma <i>google meet</i></p>
Encontros 6 e 7	7h45- 9h25	<p>Elementos teórico-práticos</p> <p>Cada encontro trabalhar - por meio de vídeos da plataforma <i>youtube</i> e vídeos pedagógicos produzidos pela professora da disciplina - uma ou mais formas básicas de movimento sistematizada.</p> <p>Andar, correr, saltitar e saltar</p> <p>Atividade contínua 1.2: a cada aula, o discente deverá selecionar elementos corporais gravar em vídeo e enviar ao professor na semana seguinte à aula ministrada.</p> <p>3 formas andar 2 formas correr 4 saltitos 4 saltos</p> <p>Aulas por meio da plataforma <i>google meet</i></p>



Universidade Estadual de Maringá
Centro de Ciências da Saúde
Departamento de Educação Física



Aula 8 e 9	7h45- 9h25	As formas básicas de movimento: As possibilidades biomecânicas do movimento gímnico e seus objetivos. Textos: Ginástica Moderna sem aparelho (PEUKER, 1973) Biomecânica Básica (HALL, 2000) Atividade contínua 1.3: quadro de planos e eixos.
Encontro 10	7h45- 9h25	Apresentação de ideias para documentário: Os grupos agendarão com a professora e falarão sobre a pesquisa, expectativas e limitações do trabalho que deve estar sendo finalizado.
Encontro 10 e 11	7h45- 9h25	Apresentação do documentário Atividade contínua 1.4: relatórios – cada acadêmico deverá fazer um relatório sobre o método ginástico apresentado.
Encontros 12 ao 14	7h45- 9h25	Elementos teórico-práticos Cada encontro trabalhar - por meio de vídeos da plataforma <i>youtube</i> e vídeos pedagógicos produzidos pela professora da disciplina - uma ou mais formas básicas de movimento sistematizada. <ul style="list-style-type: none">• Equilibrar• Formas de girar: em pé, de joelho, quadril, em decúbito.• Pivots: passe.• Ondas. Atividade contínua 1.5: a cada aula, o discente deverá selecionar elementos corporais gravar em vídeo e enviar ao professor na semana seguinte à aula ministrada. 1 equilíbrio 2 formas girar 1 Pivot 2 ondas Aulas por meio da plataforma <i>google meet</i>
Encontro 14 ao 16	7h45- 9h25	Ginástica de condicionamento físico, ginástica de conscientização corporal e ginástica no contexto circense: conceitos, críticas e possibilidades pedagógicas em tempos de pandemia.
Encontros 17 e 18	7h45- 9h25	Atividades avaliativas



Encontro 18	7h45- 9h25	Fechamento do semestre Expectativas para segundo semestre: retomada dos movimentos sistematizados (andar, correr e saltar); acrobáticos e pré-acrobáticos.
--------------------	-------------------	--

5. REALIZAÇÕES DOS(AS) ACADÊMICOS(AS):

Fóruns de debates no *chat*, provocados por meio de questionamentos;
Sínteses e relatórios;
Pesquisa on-line;
Atividades avaliativas.

6. AVALIAÇÃO:

1. Avaliação contínua (10,0)
 - 1.1 Atividade síncrona: pesquisa e debate sobre o que é ginástica (1,0)
 - 1.2 Produção de vídeo: andar, correr, saltitar e saltar (3,0)
 - 1.3 Tarefa síncrona: quadro planos e eixos (2,0)
 - 1.4 Relatórios dos métodos ginásticos (1,0)
 - 1.5 Produção de vídeo: equilíbrios, giros, pivots e ondas (3,0).

2. Atividade avaliativa:
Documentário métodos ginásticos (10,0)



7. REFERÊNCIAS

ARAUJO, Carlos. **Manual de ajudas em ginástica**. Canoas: ed. ULBRA, 2003.

BORTOLETO, Marco Antonio Coelho (Org.). **Introdução à pedagogia das atividades circenses**. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2008.

PAOLIELLO, Elizabeth. **Ginástica geral: experiência e reflexões**. São Paulo-SP. Phorte Editora, 2008.

PÉREZ-GALLARDO, Jorge Sergio; AZEVEDO, Lúcio Henrique Rezende. **Fundamentos Básicos da Ginástica Acrobática Competitiva**. Campinas, SP: Autores Associados, 2007

PEUKER, Ilona. **Ginástica Moderna sem aparelhos**. 2. ed. Rio de Janeiro: Fórum Editora Ltda, 1973, p. 11-32.

RINALDI, Ieda Parra Barbosa. **A ginástica como área de conhecimento na formação profissional em Educação Física**: encaminhamentos para uma estruturação curricular. Tese (Doutorado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP: 2004, p. 74-83

SOARES, Carmem Lúcia. **Educação física: raízes européias e Brasil**. 4ª edição. Campinas, SP: Autores Associados, 2007.

SOARES, Carmem Lúcia. **Corpo e história**. 3ª edição. Campinas, SP: Autores Associados, 2006.