



PLANO DE CURSO

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

Curso: Licenciatura em Educação Física

Disciplina: Medidas e Avaliação em Educação Física e Esporte

Professora: Zirlene Brito

E-mail: zirlene.brito@fasete.edu.br

Código: FIS11

Carga Horária: 80 h

Créditos: 04

Pré-requisito (s): ---

Período: V

Ano: 2017.1

2. EMENTA:

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.

3. OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

Proporcionar aos acadêmicos do curso de Educação Física o estudo sobre medidas e avaliações físicas com intuito de capacitá-los para a prática profissional futura.

4. OBJETIVO (S) ESPECÍFICOS (S) DA DISCIPLINA:

Conhecer e Identificar os instrumentos de medidas e avaliação física; Conhecer e utilizar métodos para medidas e avaliações da composição corporal, cardiorrespiratória, neuromusculares, antropometria e Avaliação da Capacidade Funcional; Realizar e interpretar avaliações físicas; Aprender a planejar programas baseados nas avaliações realizadas.

5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Unidade I: Teorias da Avaliação e Anamnese; Antropometria; Avaliação Postural e Avaliação Cardiorrespiratória

Unidade II: Goniometria, Paquimetria, Testes Neuromotores e Flexibilidade, Avaliação Equilíbrio e Agilidade, Elaboração de um programa de avaliação e Planejamento para programas de treinamento.

6. METODOLOGIA DO TRABALHO:

Exposição participativa, através de atividades prática e teóricas juntamente com exercícios de fixação para facilitar o processo de ensino aprendizagem. Utilização de recursos como quadro, pincel, Datashow, vídeos e sala de avaliação.

7. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:

AVALIAÇÃO:

- 1ª Etapa:
 - Relatório e Participação nas atividades e exercícios propostos (valor: 10,0);
 - Prova escrita e individual sem pesquisa (valor: 10,0);
- 2ª Etapa:
 - Seminários (Valor: 10,0)
 - Prova escrita e individual sem pesquisa (valor: 10,0).



8. ATENDIMENTO EXTRA-CLASSE:

Atendimento semanal, mediante agendamento prévio.

9. BIBLIOGRAFIA:

BÁSICA

FONTOURA, Andrea Silveira da; FORMENTIN, Charles Marques; ABECH, Emerson Alves. **Guia prático de avaliação física**. Phorte, 2008.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Controle do peso corporal: Composição corporal, atividade física e nutrição**. Londrina: Midiograf, 1998.

HEYWARD, Vivian. H. **Avaliação física e prescrição de exercício**. Artmed, 2004.

MATSUDO, V.K.R. **Testes em ciências do esporte**. São Paulo: Gráficos Burti, 1996.

NAVARRO, Francisco; PONTES JÚNIOR, Francisco Luciano; CHARRO, Mário Augusto; BACURAU, Reury Frank Pereira. **Manual de Avaliação Física**. São Paulo: Phorte, 2010.

ROSA NETO, Francisco e cols. **Manual de Avaliação Motora para terceira idade**. São Paulo: Phorte, 2009.

TUBINO, Manoel Gomes; MACEDO, Mauro Moraes. **As qualidades físicas na Educação Física e nos esportes**. São Paulo: Shape, 2006.

COMPLEMENTAR

FONTOURA, Andrea Silveira da; FORMENTIN, Charles Marques; ABECH, Emerson Alves. **Guia prático de avaliação física**. Phorte, 2013.

MACHADO, Alexandre F. **Manual de avaliação física**. Ícone, 2010.

MATOS, Oslei de. **Avaliação Postural: Avaliação e Prescrição de Exercícios Corretivos**. São Paulo: Phorte, 2014.

POWERS, Scott K.; HOWLEY, Edward T. **Fisiologia do Exercício: Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho**. Barueri: Manole, 2014.

ROSA NETO, Francisco. **Manual de Avaliação Motora**. Porto Alegre: ARTMED, 2002.

10. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES (*)

11. INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES (*)