



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

Ano	2022	
Tp. Período	Anual	
Curso	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)	
Disciplina	3282 - ESPORTES COMPLEMENTARES	Carga Horária: 68
Turma	EFI	

PLANO DE ENSINO

EMENTA

Estudo das modalidades esportivas, individuais e coletivas, que possuem menor inserção na sociedade mediante abordagem dos fundamentos técnicos e táticos. Fundamentos da educação ambiental e da educação em direitos humanos.

I. Objetivos

Geral:

- Propiciar aos acadêmicos o conhecimento teórico e prático de diversas modalidades individuais e coletivas. Específico:
- Conhecer as principais regras dos esportes oferecidos, seu conceito e histórico.
- Praticar os esportes desenvolvidos nas aulas teóricas

II. Programa

Aspectos conceituais básicos e práticos dos seguintes esportes:

- Xadrez
- Lutas em Geral
- Esgrima
- Rugby
- Futebol Americano
- Atividades Físicas de Aventura na Natureza.
- Peteca
- Bete
- Tchoukball
- TeqBall
- PunhoBol
- Remo
- Handebol Beach
- Basquetebol 3x3
- Futvôlei
- Korfeball
- Baisebol
- Roundnet
- FlagBall
- Futset

III. Metodologia de Ensino

Aulas expositivas;
Aulas práticas;
Seminários para apresentação de trabalhos;
Estudos dirigidos.

IV. Formas de Avaliação

Participação nas aulas;
Contribuição de assuntos relacionados com a disciplina; Apresentações de trabalhos (grupos e individuais); Elaboração de eventos dos esportes praticados.
Trabalhos práticos no Complexo Desportivo e Recreativo (CDR)
Será aplicado uma avaliação de recuperação por semestre com todo o conteúdo administrado aos alunos que não atingirem a média/semestre de 7,0.

V. Bibliografia

Básica

BUTLER, P. El judo completo. Tradutor: Carlos Lehm Kuhl. Barcelona: Sintet, 1966. 241p.
NAKAYAMA, M.; DRAEGER, D.F. Practical karate for women. Tokyo: Charles E. Tuttle, 1967. 3v. OLIVEIRA, J.G.M. Tenis de mesa: técnicas, regras, comentários. São Paulo: Brasil, 1982. 63p.
ZITTER, G. Ciclismo deportivo: carretera y pista. Barcelona: Sintet, 1967. 267p



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

Ano	2022	
Tp. Período	Anual	
Curso	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)	
Disciplina	3282 - ESPORTES COMPLEMENTARES	Carga Horária: 68
Turma	EFI	

PLANO DE ENSINO

Complementar

CARTER, D. Boliche em 10 licoes. Tradutor: Aydano Arruda. Sao Paulo: Best-seller, 1964. 108p.

TILDEN, W.T. Tenis: como joga-lo melhor: um guia completo sobre tecnica e taticas. Tradutor: SHALDERS, G. B. 2. ed. Sao Paulo: Pioneira, 1977. 164 p.

APROVAÇÃO

Inspetoria: DEDUF/G
Tp. Documento: Ata Departamental
Documento: 03
Data: 29/06/2022