



**DEPARTAMENTO DE CORRIDAS**

**Disciplina: REMO II**

**Código: EFC 607**

**Carga Horária Total: 60h**

**Número de Créditos: 03**      **Período: a partir do 5º**

**Pré/co-requisitos: (EFC 606) Remo I**

***PLANO DE CURSO***

**EMENTA:**

Vivência orientada e estudo reflexivo das metodologias para a prática educativa de Natação.

**OBJETIVOS GERAIS:**

Capacitar o aluno a:

- dominar elementos fundamentais das técnicas aplicadas nas provas de Remo;
- transmitir os conhecimentos dessas técnicas em situação de ensino/aprendizagem;
- analisar as características intrínsecas de cada tipo de barco e remos;
- analisar as técnicas predominantes do remo;
- avaliar, comparativamente, os aspectos favoráveis e desfavoráveis de cada técnica.

**PROGRAMA**

***Unidades***

***Conteúdo***

1. *Tipos de barcos e remos para ensino*
2. *Regulagem e medidas para as diversas faixas etárias*
3. *Ensino de manobras e exercícios educativos no ensino do remo*
4. *Importância do ensino da palamenta dupla*

**METODOLOGIA:**

Atividades teóricas : resumos, fichamentos de capítulos de livros e artigos, aulas expositivas, seminários e elaboração de trabalhos, utilização de recursos áudio visuais.

Atividades práticas: em barcos e na lancha de acompanhamento de treinamentos. Arbitragem de competições oficiais.



### **AVALIAÇÃO:**

Provas práticas: em situação de ensino em escolinhas; regulagem, prática de barcos para iniciantes.

Provas teóricas: provas discursivas, múltipla escolha, trabalhos, seminário.

### **BIBLIOGRAFIA:**

GUILLABERT, Guy – AVIRON – Technique – apprentissage – entrênement

Paris, Éditions Amphora

LICHTE, Henrique – O remo através dos tempos

Porto Alegre, Corag, 1986

Confederação Brasileira de Remo – Regras Oficiais de Remo

Palestra Edições

BURGIN, Melch – Técnicas de Remo (trad)

Confederação Brasileira de Remo