



DEPARTAMENTO DE CORRIDAS

Disciplina: NATAÇÃO SINCRONIZADA II

Código: EFC 614

Carga Horária Total: 60h

Número de Créditos: 03

Período: a partir do 5º

Pré/co-requisitos: (EFC 603) Natação Sincronizada I

PLANO DE CURSO

EMENTA:

Planejamento e práxis pedagógicas em natação sincronizada no ensino formal e não formal.

OBJETIVOS GERAIS:

Que os alunos saibam elaborar instrumentos de mensuração nos três domínios (afetivo, psicomotor e cognitivo) relacionados à natação sincronizada.

Que os alunos saibam medir o desempenho dentro dos domínios (cognitivo, afetivo e psicomotor) relacionados à natação sincronizada.

Que os alunos sejam capazes de ensinar os conteúdos aprendidos, baseados nas metodologias vivenciadas no curso.

Que os alunos saibam elaborar um planejamento de natação sincronizada a nível de iniciação.

PROGRAMA

Unidades

Conteúdo

1. *Habilidades básicas*
2. *Posições básicas*
3. *Figuras*
4. *Coreografias*
5. *Palmateios*
6. *Histórico*
7. *Noções de regras*

METODOLOGIA:

O programa será desenvolvido em 60 horas-aula através de aulas teóricas e práticas

a) teóricas: expositivas, trabalhos individuais e em grupo, debates, seminários, etc

b) práticas: trabalhos individuais e em grupos. Algumas aulas dirigidas pelas professoras, outras com partes montadas pelo alunos em grupo ou individualmente.



AVALIAÇÃO:

A avaliação terá caráter formativo e se processará através de verificações práticas e teóricas.

BIBLIOGRAFIA:

- FORBES, Margaret S. – Coaching synchronized swimming effectively
Champaign, II Human Kinetics, 1984
- GUNDLING, Beulah & WHITE, Jill E – Creative Synchronized Swimming
Champaign, II Leisure Press, 1988
- JOES, Frances L & LINDEMAN, Joyce L – The Components of Synchronized swimming
Prentice Hall, NJ, 1975
- RACKHAM, George – Nado Sincronizado
Ediciones Desportivas, 1980
- WENZ, Betty J and others – Sports medicine meets synchronized swimming
AAPHERD, Reston, VA 1980
- RUGGIERI, Mary J & LUNDHOLM, Jean – Introduction synchronized swimming
1st, Printing and Graphics, 1986
- BUSKIRK, Kim E V – Coaching intermediate synchronized swimming effectively
Champaign, Human Kinetics, 1987
- Synchro Magazine 1993 e 1994
- Synchro Magazine, Dawn Bean Ca de 1986 a 1992
- Synchronized swimming rules, FINA Book, 1990- 1992
- SILVA, Livia P L da & HERCOWITS, Sônia M C de O (1989) – Apostila de Nado Sincronizado
Publicação de circulação interna, Escola de Educação Física e Desportos
- HERCOWITZ, Sônica M C de O – (1995) – Elaboração, validação e aplicação parcial de um modelo de avaliação em uma escolinha de natação sincronizada no Município do Rio de Janeiro



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO - CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS

Avenida Brigadeiro Trompowsky, s/nº
Cidade Universitária - Ilha do Fundão
Rio de Janeiro - RJ - CEP 21947-970
efc 614.doc16/06/04

Tele Fax.: (021) 260 9068
Tels.: (021) 560 8543 (021) 280 8593
(021) 280 1465 (021) 280 1745