



DEPARTAMENTO DE LUTAS

Disciplina: CAPOEIRA III

Código: EFL 222

Carga Horária Total: 60 h

Número de créditos: 03 Período: a partir do 5º

Pré/co-requisitos: (EFL221) Capoeira I

PLANO DE CURSO

EMENTA:

Estudo e prática reflexiva do treinamento desportivo, da preparação física, da técnica e da tática em Capoeira II.

OBJETIVOS GERAIS:

- . Fornecer elementos facilitadores para a metodologia do ensino da Capoeira
- . Desenvolver a técnica apurada da capoeira
- . Fomentar a visão crítico-analítica a cerca da capoeira;
- . Criar oportunidade de vivência em planejamento de eventos (organizando ou competindo)

PROGRAMA

Unidades	Conteúdo	Total de aulas
1.	<i>Revisão dos movimentos enfocados na Capoeira I</i>	10
2.	<i>Apuro das técnicas dos movimentos do chão e do alto</i>	14
3.	<i>Aprofundamento dos movimentos desequilibrantes</i>	06
4.	<i>Apuro da técnica do manuseio dos instrumentos musicais</i>	06
5.	<i>Enfoque histórico, filosófico, sócio-antropológico</i>	08
6.	<i>Didática de ensino da capoeira</i>	10
7.	<i>Organização devários tipos de competições</i>	06

METODOLOGIA:

- . Exposição oral;
- . Projeção de transparência e slides;
- . Utilização de fitas de vídeo cassete com objetivo de fixar conteúdo prático ou teórico já ministrado;
- . Apresentação e discussão de trabalhos desenvolvidos em trupo
- . Utilização de fita K7 em micro sistem para facilitar o aprendizado dos cânticos e ritmos da capoeira;
- . Assimilação do conteúdo prático através de método indutivo;
- . Técnicas de treinamento em duplas;
- . Técnicas de treinamento individualizado, dupla e em grupo (roda de capoeira)



AVALIAÇÃO:

1. Participação em provas práticas.
2. Prática do ensino de capoeira
3. Participação em competição (organizando ou competindo)

BIBLIOGRAFIA:

- MARINHO, Innezil Penna - Introdução ao Estudo do Folclore Brasileiro
Brasília, Ed. Horizonte, 1980
- JÚNIOR, Alfredo Gomes de - Didática da Educação Física
Rio, Ed. Interamericana, 1981
- Confederação Brasileira de Pugilismo - Regras Oficiais de Capoeira
Rio, Ed. Palestra Sport, 1991