
	UFRJ/CCS		
	Unidade:	Escola de Educação Física e Desportos	
	Departamento:	Lutas	

Disciplina: Esgrima I		Código: EFL350	
Carga horária por período: 60h	Teórica: 30h	Prática: 30h	Créditos: 03
Requisitos: xxxx			Período: xxxx

Ementa:

Aspectos da origem e evolução da esgrima. Princípios das técnicas básicas das habilidades motoras específicas. Noções das regras e o contexto sócio-histórico-cultural. Princípios didático-pedagógicos para o processo ensino-aprendizagem.

Objetivos:

- . Identificar os elementos fundamentais da metodologia do ensino da esgrima, preparando para as várias possibilidades de atuação;
- . Adquirir conhecimentos históricos da evolução e dos elementos filosóficos, sociológicos e educativos da esgrima.
- . Conhecer e executar os elementos teóricos e práticos básicos, da técnica e da tática da esgrima de florete;
- . Conhecer e utilizar a terminologia específica;
- . Identificar e diferenciar características específicas das 3 armas, bem como suas regras básicas.

Conteúdo programático:

<p>Unidades</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fundamentos Básicos <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Histórico 1.2 Cumprimento, Guarda, Deslocamentos, Flecha, Afundo e Retomada da guarda 1.3 Características específicas de cada arma 1.4 Linhas e posições 1.5 Empunhadura, Engajamento, mudança de engajamento e duplo engajamento 2. Ações Ofensivas, Defensivas, Contra-Ofensivas e Defensiva-Ofensivas – definição, aplicação e prática <ol style="list-style-type: none"> 2.1 Ataque simples e composto 2.2 Parada simples e composta 2.3 Resposta simples e composta 2.4 Contra-resposta simples e composta 2.5 Ataque ao ferro 2.6 Tomada de ferro 2.7 Contra-ataque 2.8 Contra-tempo 2.9 Remessa e repetição 3. Competição e suas particularidades <ol style="list-style-type: none"> 3.1 Esgrima elétrica (características e funcionamento) 3.2 Regras básicas 3.3 Advertências, sanções e arbitragem 3.4 Organização de competição
--

Metodologia:

- . Ensino de movimentos básicos, seguindo-se de movimentos complexos;
- . Exposição oral dos conteúdos teórico-práticos;
- . Utilização de vídeos, sites da internet com objetivo de fixar conteúdos práticos e teóricos;
- . Apresentação de vídeos de competições, para análise e identificação das diferentes ações e técnicas aplicadas;
- . Acompanhamento dos alunos em eventos de esgrima;
- . Utilização de material teórico de Esgrima produzido na EEFD-UFRJ.

Avaliação:


1. Provas práticas e teóricas;
2. Dinâmica de cada uma das apostilas do curso de esgrima;
3. Elaboração e apresentação de trabalhos teórico-práticos relacionados aos vários conteúdos do curso.

Bibliografia básica:

CAPOANI, Joël; D'ARÈS, Jean – Christophe Damaisin. **Les Fundamentaux de L' Escrime – Fleuret, Epee, Sabre S' initier et progresser**. França: Amphora, 2010.
CHERIS, Elaine. **Manual de Esgrima. Claves paso a paso para dominar lãs técnicas com Florete y Espada**. Idioma Casteliano, Ed. TUTOR, 2003.
SOWERBY, Andrew. **Fencing: Skills, Tactics, Training**. Ramsbury/GB: Crowood Press, 2012.

Bibliografia complementar:

DELADRIER, Clovis. **Modern Fencing: A Comprehensive Manual for The Foil – The Epee – The Sabre**. Reprint 2005. Paladín Press, 2005.
GONZÁLES, Leoncio Alarcia; MORALES, Francisco Saucedo; TEMIÑO, C. J. Alonso. **Esgrima com Sables de Espuma: U. D. Primaria y Secundaria**. Ed. Lib Desportivas Esteban Sanz, 2000.
MCASH, F. Braun. **FIGHT CHOREOGRAPHY. A Practical Guide for Stage, Film and Television**. Crowood Press, 2010.
PEPELIN, Daniel. **ESCRIME: Enseignement et entraînement**. France: Éditions Amphora, 2002.
THIRIOUX, Pierre. **Escrime Moderne aux Trois Armes: Entraînement Physique, Musculation Spécifique, Technique, Tactique, Pédagogie**. France: Éditions Amphora, 1970.



Prof. Rogério Gomes Jardim
Coord. do Curso de Lic. Educ. Física
Reg. nº 0361601-EEFD / UFRJ