



**DEPARTAMENTO DE GINÁSTICA**  
**Disciplina: GINÁSTICA ARTÍSTICA I**  
**Código: EFN 235**  
**Carga Horária: 60 h**  
**Número de Créditos: 03 Período: 4º**  
**Pré/co-requisitos: ( - )**

### **PLANO DE CURSO**

#### **EMENTA:**

Vivência orientada e estudo reflexivo das metodologias para a prática da ginástica.

#### **OBJETIVOS:**

- .Possibilitar aos alunos:
- a) desenvolver as formas de auxílio nos exercícios básicos da Ginástica Artística;
  - b) trabalhar a Ginástica Artística interrelacionada com as outras disciplinas;
  - c) ao final do curso, realizar estágios em escolas de 1º grau.

### **PROGRAMA**

<b>Unidades</b>	<b>Conteúdo</b>
1.	<i>Aspectos fundamentais de postura e segurança aplicadas na GA</i>
2.	<i>As provas da Ginástica Artística e suas características</i>
3	<i>Histórico da Ginástica Artística</i>
4	<i>Meios auxiliares utilizados no aprendizado da GA</i>
5	<i>Metodologia aplicada ao ensino da GA</i>
6	<i>Noções gerais do julgamento da GA</i>
7	<i>Organização de campeonatos da GA</i>
8	<i>Progressões pedagógicas para o ensino do exercício básico de iniciação nos aparelhos oficiais da GA</i>

#### **METODOLOGIA:**

O programa será desenvolvido em 60 horas aula, através de aulas teóricas e práticas centradas no aluno, que participará em grupos ou individualmente, com a orientação do professor da disciplina.

#### **AVALIAÇÃO:**

Teóricas: serão realizadas duas provas discursivas, ambas com o mesmo peso de pontos.



Práticas: serão realizadas avaliações em todos os aparelhos apresentados em aula.

Conceito: frequência às aulas, envolvimento nas atividades de classe, colaboração nos trabalhos em grupos e relatórios de atividades da GA

**BIBLIOGRAFIA:**

ALBUQUERQUE, JAF e SANTOS, JCE – Manual de Ginástica Artística

Rio de Janeiro, Sprint

GIL, AC – Metodologia do Ensino Superior

LEGUET, J – Ações Motoras na Ginástica Desportiva

São Paulo, Manole, 1987