



---

**Código:** BiTiEDF.011

**Disciplina:** Educação Física I

**Pré-requisito(s):** -

**Co-requisito(s):** -

---

<b>Carga Horária</b>		
<b>Teórica:</b> 66.4	<b>Prática:</b> 0	<b>Total:</b> 66.4

---

**Ementa:**

Definição de conceitos - cultura corporal, atividade física, exercícios físicos, saúde, lazer e qualidade de vida. História do lazer e da Educação Física. Organização pessoal da saúde e do lazer. Vivência dos conteúdos da Educação Física. Estudo das capacidades físicas e habilidades. Consequências do envelhecimento humano, sedentarismo e inatividade. Aspectos biológicos, culturais e sociais da Atividade Física. Imagem Corporal, padrões de corpo e de beleza. Corpo e mídia. Transtornos Alimentares. Vivência de práticas corporais diversificadas. Conhecimentos sobre o corpo.

---

**Objetivo Geral:**

Conhecer, vivenciar e refletir sobre os vários conteúdos da Educação Física de forma lúdica e educar para e pelo lazer.

---

**Objetivo Específico:**

Ampliar e diversificar as vivências dos alunos. Proporcionar vivências lúdicas e que (re) signifiquem a Educação Física. Promover intervenções que visem despertar nos alunos a educação para e pelo lazer. Analisar aspectos da história da Educação Física e problematizá-los. Introduzir conhecimentos sobre o corpo que vão garantir um exercício físico com mais segurança e bem estar.

---



**Bibliografia Básica:**

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992. Coleção Magistério 2º grau – série formação do professor.

DARIDO, Suraya C.; RANGEL, Irene C.A.(Coord.) **Educação física na escola -implicações para a prática pedagógica**. Rio de Janeiro Guanabara/Koogan, 2008. 293p.

DARIDO, Suraya C. **Educação Física na Escola -questões e Reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara/Koogan, 2003. 91p.

---

**Bibliografia Complementar:**

BRACHT, V. **A constituição das teorias pedagógicas da educação física**. Caderno Cedes [on-line], v. 19, n. 48, p. 69-88, ago. 1999 [citado 29 jun. 2006]. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdt/ccedes/v19n48a05.pdf>>. Acesso em: 19 out 2010.

---