



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE DISCIPLINA



Nome do Componente Curricular em português: Fundamentos Ginásticos		Código: EFD007
Nome do Componente Curricular em inglês: Fundamentals of Gymnastic		
Nome e sigla do departamento: CEDUFOP		Unidade acadêmica: Reitoria
Carga horária semestral 30 horas	Carga horária semanal teórica 01 horas/aula	Carga horária semanal prática 01 hora/aula
Ementa: As ginásticas como conteúdo nos diferentes contextos de aplicação do exercício físico, abordando os aspectos didático-pedagógicos e metodológicos do seu ensino. Perspectivas atuais das diferentes manifestações das ginásticas. Estudo das nomenclaturas anatômicas aplicado às ginásticas.		
Conteúdo programático: Unidade - I 1. Tipos e Conceitos de Ginásticas. Unidade - II 2. Planos e eixos dos movimentos ginásticos. Unidade – III 3. Aspectos didáticos, pedagógicos e metodológicos do ensino da ginástica Unidade – IV 4. Formas tradicionais, atuais e tendências da ginástica.		
Bibliografia básica: ARAÚJO, C. Manual de Ajudas em Ginástica . São Paulo: Phorte, 2003. GAIO, R. Ginástica Rítmica Popular - Uma Proposta Educacional. Jundiaí: Editora Fontoura, 2001.		
Bibliografia complementar:		



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE DISCIPLINA



SOARES, C. **Educação Física: Raízes Europeias e Brasil.** Campinas: Autores Associados, 2004.

RAMALDES, A. **Hidro 1000 Exercícios com Acessórios.** 2ª ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.

LIMA, V. A. **Ginástica Laboral: Atividade Física no Ambiente de Trabalho.** São Paulo: Phorte, 2005