

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
DISCIPLINA: NATAÇÃO I
CARGA HORÁRIA: 60 HORAS - CRÉDITOS: 2.2.0

Plano de curso

EMENTA: Pedagogia da adaptação do indivíduo ao meio líquido. Abordagem didático-metodológica dos fundamentos dos nados: Crawl, Costa, Peito Clássico e Borboleta. Noções de segurança e salvamento elementar. Estágio supervisionado. Trabalho de iniciação científica.

OBJETIVO GERAL: Promover a aquisição de habilidades de ensino teórico-práticos inerentes à Natação, permitindo o desempenho eficaz de suas funções docentes, em segmentos escolares e não escolares nas diferentes faixas etárias.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Conhecer a história e evolução da Natação em nível Nacional, Brasil e Piauí;
Conhecer as concepções pedagógicas e métodos de ensino da Natação;
Identificar a fases de ambientação no meio líquido;
Executar as técnicas dos nados: Crawl, Costa, Peito Clássico e Borboleta incluindo saídas e viradas;
Aplicar as principais técnicas de Salvamento;
Empregar os conhecimentos adquiridos no contexto sócio educacional.

CONTEÚDOS

Unidade I –Natação, História e Evolução e Concepções Metodológicas.

História e evolução da natação, incluindo sua origem em nível de Mundo, Brasil e Piauí;
Principais concepções e metodologias do ensino da natação

Unidade II – A relação Natação e adaptação

Psicomotricidade voltada para natação;
Fases de ambientação aquática: Equilíbrio, Respiração e propulsão.

Unidade III – Técnicas da Natação

Técnicas do nado Crawl, saídas e viradas;
Técnicas do nado Costa, saídas e viradas;
Técnicas do nado Peito Clássico, saídas e viradas;
Técnicas do nado Borboleta, saídas e viradas.
Técnicas de Medley e revezamento.

Unidade IV –Técnicas de Salvamento

Nados específicos e primeiros socorros

Unidade V – Preparação profissional

Estágio Supervisionado

METODOLOGIA

. Aula Expositiva teórica
. Aulas Práticas

AVALIAÇÃO

- . Avaliação Teórica;
- . Trabalhos em Grupo.
- . Grupos de Discussão – GD;

RECURSOS DIDÁTICOS

Retroprojektor / Transparências

Textos de Leitura

Material prático para uso em piscinas: Pranchas, pull ball e aquatub's.

Vídeo

BIBLIOGRAFIA

CABRAL, F.; CRISTIANINI, S. do R.; SOUSA, W. A. de. **Natação: 1000 exercícios**. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

CATTEAU, R. & GAROFF, G. **O ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1988.

GOMES, Wagner D. F. **Natação: erros e correções**. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.

MACHADO, David C. **Metodologia da natação**. São Paulo: EPU, 1978.

_____. **Natação: teoria e prática**. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

MASSAUD, Marcelo G. **Natação, 4 nados: aprendizado e aprimoramento**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

PALMER, Mervyn L. **A ciência do ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1990.

REIS, J. W. dos. **Exercícios e habilidades aquáticas**. Porto Alegre: D. C. Luzzatto Editores Ltda, 1987.

SANTOS, Carlos Antônio dos. **Natação: ensino e aprendizagem**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.