



UFRGS

UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO GRANDE DO SUL

ESEF

VIII

PROGRAMA

DE

EDUCAÇÃO

FÍSICA

CONTINUADA

SÚMULAS DOS CURSOS

CURSO

NATAÇÃO

23 e 24 de junho de 2000

Prof. Dr. LUIZ FERNANDO MARTINS KRUEL

Conteúdos

- Natação como estímulo ao desenvolvimento motor
- Fatores que influem na aprendizagem da natação
- Enfoque estrutural e funcional da natação
- Respiração, equilíbrio e propulsão aquática
- Iniciação aos estilos crawl e costas
- Aulas teóricas e práticas

CURSO

CORPOREIDADE, PLASTICIDADE NEURONAL E APRENDIZAGEM

30 de junho e 1 de julho de 2000

Prof. Ms. CLÉZIO JOSÉ DOS SANTOS GONÇALVES

Conteúdos

- Realidade concreta e virtual (diferenças e potenciais)
- Corporeidade (conceitos e teorias)
- Atividades de sensibilização e potencialização cognitiva
- Relação Mente x Corpo na aprendizagem
- Emoção e aprendizagem

CURSO

ASPECTOS FÍSICOS E TÉCNICOS DA GINÁSTICA OLÍMPICA

7 e 8 de julho de 2000

Prof. Ms. JOÃO CARLOS OLIVA

Conteúdos

- Sistematização da aprendizagem
- Prática do solo masculino/feminino
- Periodização
- Prática nas paralelas assimétricas e simétricas
- Preparação física (geral e específica)
- Prática cavalo com alças, argolas e trave de equilíbrio
- Treinamento tático

CURSO

A CRIANÇA E A INICIAÇÃO NO ATLETISMO

21 e 22 de julho de 2000

Prof. Ms. LUIZ FERNANDO RIBEIRO MORAES

Conteúdos

- Aspectos pedagógicos da prática do atletismo
- Cuidados de segurança e lesões mais comuns
- Adaptações dos implementos e aparelhos
- Desenvolvimento das capacidades e habilidades motoras

CURSO**V****DANÇA INFANTIL E FOLCLÓRICA**

28 e 29 de julho de 2000

Prof. Ms. HELENA ALVES D'AZEVEDO**Conteúdos**

- Montagem prática de coreografias adaptadas às crianças em idade escolar para os mais diversos eventos

CURSO**VI****DESPORTO ESCOLAR : UMA ABORDAGEM CONSTRUTIVISTA**

4 e 5 de agosto de 2000

Prof. Dr. ADROALDO GAYA**Conteúdos**

- O esporte enquanto um dos elementos da cultura corporal
- A pluralidade e a natureza do esporte
- Pressupostos do esporte escolar
- Principais abordagens no ensino dos esportes
- Estrutura dos Jogos Desportivos Coletivos e suas diferentes fases
- Indicadores para o planejamento do ensino dos desportos nas diferentes faixas etárias

CURSO**VII****EDUCAÇÃO POSTURAL**

18 e 19 de agosto de 2000

Prof. Dr. JORGE LUIS DE SOUZA (PELÉ)**Conteúdos**

- Análise anátomo-funcional articular
- Identificação de atitudes posturais inadequadas e suas consequências
- Alternativas para a reeducação postural

CURSO**VIII****HIDROGINÁSTICA**

25 e 26 de agosto de 2000

Prof. Dr. LUIZ FERNANDO MARTINS KRUEL**Conteúdos**

- Principais atividades físicas na água na posição vertical
- Cuidados que o professor deve ter ao ministrar uma aula
- Fisiologia aplicada ao meio aquático
- Planejamento de aulas e utilização de materiais para sobrecarga
- Hidro aero-local, Hidro intervalada e Deep Water
- Aulas teóricas e práticas

CURSO**IX****VOLEIBOL ESCOLAR:
ESTRATÉGIAS PARA A ORGANIZAÇÃO DA TÁTICA BÁSICA**

1 e 2 de setembro de 2000

Prof. Ms. JOSÉ CÍCERO MORAES**Conteúdos**

- Bases teóricas para uma articulação pedagógica-didática na iniciação esportiva
- Análise estrutural e funcional do jogo
- Jogos preparatórios e reduzidos
- Estruturação para receber o saque: organização e número
- Organização básica para defesa: sem bloqueio e com bloqueio simples e duplo
- Organização defensiva: ataques sem e com especialização de função, sistema 6X0 (caracterização), sistema 4x2 centro (primeiro e segundo estágio)

CURSO**X****ASPECTOS CINESIOLÓGICOS DA MUSCULAÇÃO**

15 e 16 de setembro de 2000

Profa. Ms. CLÁUDIA SILVEIRA LIMA eProf. Ms. RONEI SILVEIRA PINTO**Conteúdos**

- Miologia: estrutura macro e microscópica do músculo esquelético, funções musculares e tipos de contrações musculares
- Análise da mecânica articular
- Formas de avaliação da atividade muscular
- Análise cinesiológica dos principais exercícios de força

CURSO**XI****METODOLOGIA DA PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

22 e 23 de setembro de 2000

Prof. Dr. ADROALDO GAYA**Conteúdos**

- Postulados do conhecimento científico
- Principais concepções metodológicas da pesquisa científica
- Procedimentos gerais da pesquisa científica
- Diferentes delineamentos das concepções metodológicas predominantemente nomotécnicas (*Ex post facto*, experimentais e quase-experimentais)
- População e amostra

CURSO**XII****GINÁSTICA RÍTMICA DESPORTIVA NA ESCOLA**

29 e 30 de setembro de 2000

Profa. Espec. VERUSKA PIRES**Conteúdos**

- Análise e aplicação dos elementos corporais: grupo fundamental e outros
- Prática e criação: processos educativos para elementos corporais e manejo de aparelhos
- Construção e aplicabilidade: aparelhos alternativos
- Elaboração e montagem de séries e estudos

CURSO**XIII****BANDAS ELÁSTICAS: UM ENFOQUE BIOMECÂNICO**

6 e 7 de outubro de 2000

Prof. Ms. JEFFERSON FAGUNDES LOSS**Conteúdos**

- Revisão das propriedades musculares força x comprimento muscular x velocidade
- Revisão dos conceitos de força e torque
- Propriedades das bandas elásticas e exemplos de sua utilização
- Formas de variar a carga de trabalho utilizando uma única banda elástica
- Como quantificar a carga de trabalho utilizando material de trabalho disponível em academias
- Confecção de curvas de calibração
- Aspectos a serem considerados durante a execução dos exercícios
- Maneiras de criar uma resistência crescente, decrescente e constante.

CURSO
XIV

EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL

20 e 21 de outubro de 2000

Profa. Ms. MÍRIAM STOCK PALMA

Conteúdos

- Quem é a criança da Escola Infantil ? Quais as suas características e necessidades?
- Quem é o educador da Escola Infantil ?
- Etapas do desenvolvimento motor da criança
- Aquisição e aperfeiçoamento de habilidades motoras fundamentais numa perspectiva multilateral e abrangente
- O corpo expressivo e criativo nas aulas de Educação Física
- Vivências corporais e o desenvolvimento de funções psicomotoras básicas

CURSO
XV

AValiação e Prescrição do Treinamento Físico

27 e 28 de outubro de 2000

Prof. Dr. ALVARO REISCHAK DE OLIVEIRA

Conteúdos

- Fisiologia dos sistemas bioenergéticos, neuromuscular, cardiovascular e respiratório
- Ergometria
- Determinação de consumo máximo de oxigênio por via indireta e direta
- Limiar aeróbio-anaeróbio (lactacidemia, ventilação, frequência cardíaca)
- Prescrição de treinamento através de lactacidemia
- Comparação das diversas formas de prescrição de treinamento
- Cálculo da capacidade e potência anaeróbias

CURSO
XVI

PRINCÍPIOS METODOLÓGICOS DO TREINAMENTO DE FORÇA

10 e 11 de novembro de 2000

Prof. Ms. RONEI SILVEIRA PINTO

Conteúdos

- Estrutura e funcionamento do sistema muscular
- Controle neuromuscular da força
- Efeitos morfológicos e funcionais resultantes do treinamento de força
- Tipos de respiração e resposta pressórica
- Testes de avaliação da força e modulação da carga de treinamento
- Métodos de treinamento
- Treinamento de força para populações especiais

CURSO
XVII

HISTÓRIA DO CORPO: FRAGMENTOS

17 e 18 de novembro de 2000

Prof. Dra. SILVANA VILODRE GOELLNER

Conteúdos

- Estereótipos de masculinidade e feminilidade
- Padrões estéticos
- Erotização e espetacularização do corpo

CURSO
XVIII

NATAÇÃO PARA BEBÊS

1 e 2 de dezembro de 2000

Prof. Ms. HELENA ALVES D'AZEVEDO

Conteúdos

- Fundamentos da Natação para bebês

APRESENTAÇÃO

A Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul apresenta aos profissionais de Educação Física o VIII Programa de Educação Física Continuada, em que são oferecidos 20 cursos em diferentes áreas de conhecimento. A atualização e o intercâmbio de experiências entre os profissionais da área, além da divulgação de resultados de pesquisa desenvolvidas por professores desta Instituição, estão incluídos entre os principais objetivos do evento. Os cursos oferecidos serão realizados às sextas-feiras e sábados e terão carga horária de 20 horas/aula.

HORÁRIO DOS CURSOS

sextas-feiras: das 13h30min às 17h30min. E
das 18h30min. às 22h30min.

sábados: das 8h às 12h e das 14h às 18h.

COMISSÃO ORGANIZADORA

Prof. Alberto Reinaldo Reppold Filho

Prof. Luiz Fernando Martins Kruei

Prof. Ronei Silveira Pinto

LOCAL DO EVENTO

Escola de Educação Física da UFRGS

Rua Felizardo, 750 - Bairro Jardim Botânico

Porto Alegre/RS

Fax: (51) 316.5811

Site: <http://orion.ufrgs.br/esef/>

LOCAL DE INSCRIÇÃO

Secretaria de Extensão da ESEF

Rua Felizardo, 750 - Jardim Botânico

Fones: (51) 316.5872 ou 316.5840

TAXA DE INSCRIÇÃO

R\$ 50,00 por curso

Vagas limitadas

FORMAS DE INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

1. Ligar ou comparecer pessoalmente na Secretaria de Extensão da ESEF (fone e endereço acima citado), reservando a vaga.
2. Enviar para a Secretaria de Extensão o comprovante de depósito bancário até 10 dias antes da data do curso, para garantir definitivamente a sua vaga.
3. O depósito deve ser efetuado na conta corrente da FAUFRGS, nº 321007-3 Ag. 1899-6 do Banco do Brasil.
4. Deverá constar no comprovante de depósito bancário o nome do inscrito e o(s) curso(s) escolhido.
5. Somente serão aceitas inscrições de profissionais formados e mediante a devida comprovação.

ENDEREÇO

ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFRGS

Rua Felizardo, 750 - Bairro Jardim Botânico

Porto Alegre/RS

FONES (51) 316 5872 OU 316 5840

FAX (51) 316 58 11