

### PROGRAMA DE DISCIPLINA

**DISCIPLINA:**  
EF124 GINÁSTICA

**PROFESSOR RESPONSÁVEL:**  
Laurita Marconi Schavon e Marco Antônio Coelho Bortoleto

**HORAS SEMANAIS:**

Teóricas	Práticas	Laboratório	Orientação	Distância	
<b>30</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
Estudo em Casa	Sala de Aula	Prática de Extensão	Orientação de Extensão		
<b>0</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		
Nº semanas	Carga horária total	Créditos	Exame	Frequência	Aprovação
<b>15</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>SIM</b>	<b>&gt;=75%</b>	<b>SIM</b>

**EMENTA:**

Estudo da Ginástica e suas relações com os diferentes campos da Educação Física. Ginástica como expressão de cultura e suas implicações para o ensino no contexto formal e não formal. Análise dos principais métodos de ginástica, suas influências e suas dimensões pedagógicas nos diferentes âmbitos de ação da Educação Física.

**OBJETIVOS:**

- Discutir a presença da Ginástica na formação do profissional de Educação Física;
- Debater os principais pressupostos históricos da Ginástica e sua relação com a Educação Física.
- Expor alguns dos princípios pedagógicos próprios do processo de ensino-aprendizagem das ginásticas;
- Apresentar e problematizar as principais expressões contemporâneas da Ginástica;
- Discutir princípios didáticos e pedagógicos bem como a influência do conhecimento científico multidisciplinar para o desenvolvimento da Ginástica nos diferentes contextos de atuação (formal e não formal).

**PROGRAMA:**

1. História da Ginástica: apontamentos sobre a antiguidade, modernidade e pós-modernidade;
2. Principais métodos e escolas ginásticas: Método Alemão, Sueco, Francês, Método Natural e Ginástica Calistênica; Ginásticas de Condicionamento Físico - Ginástica de Academia;
3. Ginásticas de Conscientização Corporal;
4. Ginásticas Terapêuticas/Corretivas – Fisioterápicas;
5. Ginástica Laboral;

6. Ginásticas Esportivas ou de Competição;
7. Ginástica de Demonstração – Ginástica Geral – Ginástica para Todos.

**BIBLIOGRAFIA BÁSICA:**

BORTOLETO, M. A. C.; PAOLIELLO, E. (Org.). Ginástica para Todos – Um encontro com a coletividade. 1ª ed. Campinas-SP: Editora UNICAMP, 2017. v. 1. 248p.  
NUNOMURA, M. (org.). Fundamentos da Ginástica. Jundiaí: Fontoura, 2016.  
SOARES, C. L. Notas sobre a educação no corpo. Educ. rev., Curitiba, n. 16, p. 43-60, Dec. 2000. Available from:  
<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-40602000000200004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40602000000200004&lng=en&nrm=iso)>. access on 24 Mar. 2021.  
<https://doi.org/10.1590/0104-4060.205>.

**BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:**

LANGLADE, A., LANGLADE, N.R. DE. Teoría general de la gimnasia. Buenos Aires: Stadium, 1970.  
QUITZAU, E. A. "O trabalho na forma de alegria juvenil": a ginástica segundo Johann Christoph Friedrich Guts Muths. Rev. Bras. Ciênc. Esporte. 2012, vol.34, n.2, pp.359-373.  
RAMOS, J.J. Os Exercícios Físicos na História e na Arte. São Paulo: IBRASA, 1982.  
SOARES, C. L. Educação Física: Raízes Europeias e Brasil. Campinas: Editora da UNICAMP, 1994.  
TOLEDO, E.; PIRES, F. R.. Sorria! Marketing e consumo dos programas de ginástica de academias. Revista Brasileira de Ciência do Esporte, v. 29, n. 3, p. 41-56, 2008.

**CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:**

- Avaliação teórica
- Avaliação prática I
- Avaliação prática II
- Participação em aula e verificação de textos