

SÍNTESE PROJETO PEDAGÓGICO

Curso: Educação Física - Bacharelado

Missão

A missão do Curso de Bacharelado em Educação Física é formar profissionais para atuar nos diferentes segmentos humanos e sociais, considerando a atividade física e promoção da saúde sob as seguintes perspectivas:

- Promoção da saúde e adoção/manutenção/recuperação de um estilo de vida ativo e saudável; tanto sobre os aspectos preventivos e recuperativos, em relação às doenças e desordens relacionadas às diferentes fases da vida, quanto sobre a melhoria da qualidade de vida e bem estar nas atividades da vida diária (AVD);
- Desenvolvimento da aptidão física; tanto para fins estéticos (o conceito de *fitness*) quanto para elevação da autoestima e do autoconceito, proporcionando melhoras nas relações intra e interpessoais;
- Promoção do bem estar e qualidade de vida (conceito de *wellness*); tanto na direção da compensação do estresse diário quanto na diversão e satisfação experimentada através do lazer ativo, por intermédio da prática de atividades físicas, esportivas e recreativas;
- Treinamento esportivo; na direção da melhoria do condicionamento físico visando à prática esportiva competitiva e/ou recreativa;
- Saúde do trabalhador; por meio das atividades físicas, esportivas e recreativas, de caráter educativo (preparatória, de pausa, compensatória e social), praticadas nas organizações corporativas;
- Educação e desenvolvimento da cidadania; por intermédio dos programas sociais na área de educação física, esporte e lazer;
- Inclusão social; por meio das atividades físicas, esportivas e recreativas com pessoas com deficiência e;
- Atenção à saúde; em seus três níveis de complexidade (primário, secundário e terciário), através da inclusão da Educação Física nas unidades e programas de saúde, tanto pública quanto privada.

Objetivo Geral

O Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estácio de Sá tem como objetivos gerais:

- A. Proporcionar aos alunos acesso a conhecimentos teórico-práticos que os possibilitem intervir acadêmica e profissionalmente em instituições públicas e privadas, para o desenvolvimento de uma cultura corporal e esportiva e consequente adoção de um estilo de vida ativo e saudável por meio da prática de atividades físicas, esportivas e recreativas;
- B. Proporcionar a apreensão e produção de conhecimentos teórico-práticos que visem à avaliação, diagnóstico, planejamento, organização, desenvolvimento, prescrição, controle, acompanhamento, supervisão, coordenação e direção de atividades físicas, no âmbito político, filosófico, técnico, ético, pedagógico, científico e lúdico, com atitude crítica, visão empreendedora e responsabilidade social;
- C. Possibilitar a formação de profissionais capazes de intervir como agentes de transformação social na Saúde Coletiva, por intermédio da cultura corporal e esportiva, nas perspectivas da promoção, prevenção, proteção e recuperação/reabilitação da saúde; da formação cultural; da educação e reeducação motora; do rendimento físico-esportivo; do lazer e; da gestão de empreendimentos relacionados às atividades físicas, esportivas e recreativas;
- D. Possibilitar a formação de um profissional capaz de atuar, acadêmica e profissionalmente, sob os princípios éticos e na perspectiva da inclusão, com as responsabilidades que norteiam a intervenção do Profissional de Educação Física;
- E. Possibilitar a formação de um profissional capaz de identificar, administrar e resolver as situações-problema em seu ambiente de trabalho.

Objetivos Específicos

O Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estácio de Sá tem como objetivos específicos desenvolver **COMPETÊNCIAS** e **HABILIDADES ESPECÍFICAS** para uma intervenção profissional de excelência. Assim, seus estudantes, futuros egressos, ao final do curso deverão:

- a. Aplicar conhecimentos tecnológicos e científicos na identificação, formulação, proposição e execução das diferentes manifestações do movimento humano para a promoção e a reabilitação da saúde, o desempenho físico-esportivo, a educação e reeducação motora, a formação cultural e o lazer em todos os

grupos da nossa sociedade, de todas as faixas etárias, incluindo portadores de deficiências;

- b. Planejar e gerenciar empreendimentos relacionados às atividades físicas, recreativas e esportivas, além de outros campos que oportunizem, ou venham oportunizar, a prática de atividades físicas, esportivas e recreativas;
- c. Selecionar e aplicar instrumentos, procedimentos, métodos e técnicas das diferentes formas e modalidades do exercício físico, da ginástica, do jogo, da luta/arte marcial e da dança;
- d. Identificar e analisar criticamente as influências dos diferentes tipos de exercícios físicos na população saudável e não saudável;
- e. Desenvolver projetos de atividades físicas em comunidades visando a saúde da população e a prevenção de doenças;
- f. Assessorar, coordenar, supervisionar, liderar, gerenciar e dirigir equipes multiprofissionais de discussão, de definição e de operacionalização de políticas públicas e institucionais nos campos da educação, da cultura, da saúde, do lazer, do esporte, do trabalho, dentre outros;
- g. Organizar, planejar, desenvolver, prescrever, aplicar, orientar, assessorar, acompanhar, supervisionar, gerenciar, liderar, controlar, avaliar, coordenar e dirigir projetos e programas de atividades físicas, esportivas e recreativas, no âmbito não formal.

Perfil do Egresso

O egresso do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estácio de Sá campus Cabo Frio deverá apresentar um domínio do conhecimento da área da Educação Física reconhecendo-a como área interdisciplinar, constituída a partir de fundamentos científicos do campo das ciências biológicas e da saúde, exatas e humanas, não hierarquizados entre si.

O domínio do Conhecimento da Educação Física deverá, portanto, fornecer sólidas bases para pensar a área, dialogar cientificamente e criar novas formas de atuação profissional. Deverá, também, permitir a compreensão das diferenças existentes no que concerne ao conhecimento aplicado na prática de atividades físicas, esportivas e recreativas, compreendendo as diferenças não como desigualdades, mas sim, como riqueza de possibilidades de trabalho, pesquisa e ensino da e na Educação Física.

Enquanto profissional, encontrar-se-á apto para, através da análise crítica da realidade social, intervir académica e profissionalmente por intermédio das diferentes manifestações e expressões culturais do movimento humano, traduzido pelas diferentes formas e modalidades do exercício físico, da ginástica, do jogo, da dança, das lutas e do esporte. Com isso, buscará a ampliação e o enriquecimento cultural das pessoas com vistas à promoção da saúde e da cultura corporal e esportiva, por intermédio da adoção de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável.

Com base em conhecimentos científicos (técnicos, teóricos e práticos) sobre o movimento humano, irá atuar como educador, consultor e gestor de atividades físicas, esportivas e recreativas nas seguintes perspectivas: proteção, promoção, prevenção e recuperação/reabilitação da saúde; educação e reeducação motora; formação cultural e educacional e; cultura corporal e esportiva; contribuindo assim para a saúde, qualidade de vida e bem estar das pessoas, famílias, grupos e comunidades.

Desta maneira, o curso aponta para a perspectiva de um profissional que contribua para o processo de transformação social, quer seja, como um agente de transformação. Para tanto, este deverá contribuir para a qualidade de vida e, para o desenvolvimento permanente do pensamento crítico, da construção da cidadania plena e de uma sociedade verdadeiramente democrática e igualitária.

Visando atender às expectativas e demandas socioculturais e às políticas públicas de saúde e educação este profissional deverá, também, possuir características como: autonomia; empreendedorismo; pró-atividade; criatividade; liderança; espírito de grupo; perseverança; consciência crítica; competência técnica; atitude ética e; responsabilidade e solidariedade social, na busca permanente do bem comum, da qualidade, do empreendedorismo criativo, corporativamente responsável e socialmente inclusivo, quesitos que traduzem uma intervenção profissional com excelência.

TEMPO DE INTEGRALIZAÇÃO

MÍNIMO: 4 anos ou 8 semestres

MÁXIMO: 8 anos ou 16 semestres

MATRIZ CURRICULAR

| 1º PERÍODO | | | | |
|---|-------------|----------------------|----------|-----------|
| DISCIPLINAS | Tipo | Carga Horária | | |
| | | T | P | AE |
| PLANEJAMENTO DE CARREIRA E SUCESSO PROFISSIONAL | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| ANATOMIA SISTÊMICA | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| BIOLOGIA CELULAR | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| FUNDAMENTOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA | Mínima | 36 | 0 | 44 |
| TEORIA E PRÁTICA DA GINÁSTICA ARTÍSTICA | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| TEORIA E PRÁTICA DA RECREAÇÃO E LAZER | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| TOTAL: 6 disciplinas | | | | |
| 2º PERÍODO | | | | |
| DISCIPLINAS | Tipo | Carga Horária | | |
| | | T | P | AE |
| ANÁLISE TEXTUAL | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO E DA APRENDIZAGEM | Mínima | 36 | 0 | 44 |
| ANATOMIA DO APARELHO LOCOMOTOR | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| TEORIA E PRÁTICA DA NATAÇÃO | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| TEORIA E PRÁTICA DO ATLETISMO | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| FUNDAMENTOS DE BIOQUÍMICA | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| TOTAL: 6 disciplinas | | | | |
| 3º PERÍODO | | | | |
| DISCIPLINAS | Tipo | Carga Horária | | |
| | | T | P | AE |
| MEDIDA E AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA | Mínima | 18 | 18 | 44 |
| METODOLOGIA CIENTÍFICA | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| APRENDIZAGEM E CONTROLE MOTOR | Mínima | 54 | 18 | 44 |
| CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA | Mínima | 54 | 18 | 0 |
| FISIOLOGIA HUMANA | Mínima | 72 | 0 | 0 |
| ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| TOTAL: 6 disciplinas | | | | |
| 4º PERÍODO | | | | |
| DISCIPLINAS | Tipo | Carga Horária | | |
| | | T | P | AE |
| AVALIAÇÃO MORFOFUNCIONAL | Mínima | 36 | 36 | 22 |
| ÉTICA NA SAÚDE | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO | Mínima | 54 | 18 | 0 |
| CORPOREIDADE E MOTRICIDADE | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| DIDÁTICA | Mínima | 72 | 0 | 44 |
| TOTAL: 5 disciplinas | | | | |
| 5º PERÍODO | | | | |
| DISCIPLINAS | Tipo | Carga Horária | | |
| | | T | P | AE |
| ESTUDOS DE EXAMES POR IMAGEM | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| METODOLOGIA DO ENSINO DO FUTEBOL E FUTSAL | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| METODOLOGIA DO ENSINO DO HANDEBOL | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| SOCORROS E URGÊNCIAS EM ATIVIDADES FÍSICAS | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| PRÁTICA PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA I | Mínima | 36 | 0 | 66 |
| ASPECTOS FISIOLÓGICOS DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| ESPORTES DE AVENTURA E ATIVIDADE FÍSICA NA | Eletiva | 18 | 18 | 22 |

| | | | | |
|---|--------------|----------------------|------------|------------|
| NATUREZA | | | | |
| PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS PARA GRUPOS ESPECIAIS | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| TOTAL: 8 disciplinas | | | | |
| 6º PERÍODO | | | | |
| DISCIPLINAS | Tipo | T | P | AE |
| PSICOLOGIA APLICADA À ATIVIDADE FÍSICA E AO ESPORTE | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| TÓPICOS ESPECIAIS EM EDUCAÇÃO FÍSICA | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| TEORIA E PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA | Mínima | 18 | 18 | 44 |
| EDUCAÇÃO FÍSICA TERAPÊUTICA | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| PRÁTICA PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA II | Mínima | 36 | 0 | 66 |
| METODOLOGIA DO ENSINO DO BASQUETEBOL | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| METODOLOGIA DO ENSINO DO VOLEIBOL | Mínima | 36 | 36 | 0 |
| EDUCAÇÃO FÍSICA NAS UNIDADES E PROGRAMAS DE SAÚDE | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| TOTAL: 8 disciplinas | | | | |
| 7º PERÍODO | | | | |
| DISCIPLINAS | Tipo | T | P | AE |
| ATIVIDADE FÍSICA E ENVELHECIMENTO | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| METODOLOGIA DO TREINAMENTO FÍSICO-ESPORTIVO | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| PRÁTICA DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA | Mínima | 54 | 18 | 0 |
| METODOLOGIA DA MUSCULAÇÃO | Mínima | 54 | 18 | 22 |
| PRÁTICA PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA III | Mínima | 36 | 0 | 66 |
| ERGONOMIA E GINÁSTICA LABORAL | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| SEMINÁRIOS INTEGRADOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| NUTRIÇÃO APLICADA À ATIVIDADE FÍSICA E AO ESPORTE | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| TÓPICOS EM LIBRAS: SURDEZ E INCLUSÃO | Optativa | 36 | 0 | 0 |
| TOTAL: 9 disciplinas | | | | |
| 8º PERÍODO | | | | |
| DISCIPLINAS | Tipo | Carga Horária | | |
| | | T | P | AE |
| RECUPERAÇÃO MUSCULOESQUELÉTICA | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| TREINAMENTO ESPORTIVO PARA O ALTO RENDIMENTO | Eletiva | 18 | 18 | 22 |
| PRÁTICA PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA IV | Mínima | 36 | 0 | 66 |
| TCC EM EDUCAÇÃO FÍSICA – BACHARELADO | Mínima | 36 | 0 | 44 |
| METODOLOGIA DA GINÁSTICA DE ACADEMIA | Mínima | 54 | 18 | 22 |
| METODOLOGIA DA HIDROGINÁSTICA | Mínima | 18 | 18 | 22 |
| GESTÃO DE NEGÓCIOS E PROJETOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA | Mínima | 36 | 0 | 0 |
| TOTAL: 7 disciplinas | | | | |
| TOTAL DE HORAS OBRIGATÓRIAS | 2.928 | T | P | AE |
| | | 1.710 | 558 | 660 |
| OPTATIVAS | | 36 | 0 | 0 |
| ELETIVAS | 232 | | | |
| ATIVIDADES COMPLEMENTARES | 200 | | | |
| TOTAL | 3.360 | | | |