

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1. CARACTERIZAÇÃO DA DISCIPLINA

Nome da Disciplina: MEDIDAS E AVALIAÇÃO	Ano/semestre: 2024/2
Código da Disciplina: 11128	Período: 6º
Carga Horária Total: 80h/a	Carga Horária Teórica: 60h/a Carga Horária Prática: 20h/a
Pré-Requisito: Não se Aplica	Co-Requisito: Não se Aplica

2. PROFESSOR(ES)

Alberto Souza de Sá Filho, Dr

3. EMENTA

Estudo da origem, uso, seleção e desenvolvimento de técnicas de medidas e avaliação no âmbito do esporte, do condicionamento físico e da saúde. Emprego das técnicas e instrumentos para medir e avaliar características e habilidades.

4. OBJETIVO GERAL

Proporcionar ao aluno conhecimentos sobre medidas e avaliação em Educação Física, sua aplicação nos diferentes níveis de ensino, por meio de conteúdos adequados, contribuindo para o aprendizado e o aperfeiçoamento das técnicas utilizadas, além de despertar o senso crítico dos alunos no que se refere à interpretação dos resultados e a utilização na prescrição de exercícios físicos e análise dos fatores de risco à saúde.

5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Unidades	Objetivos Específicos
Avaliações por questionários e medidas fisiológicas de base	Construir e realizar anamnese com a população em geral Conceber os principais questionário de avaliação para diferentes componentes e populações Apresentar questionários de qualidade de vida, atividade física, condicionamento cardiorrespiratório e outros
Avaliações antropométricas básicas.	Proporcionar o conhecimento das principais técnicas de medir a massa corporal, estatura, diâmetros ósseos e perímetros corporais.
Técnicas e procedimentos para mensuração da composição corporal	Proporcionar o conhecimento das principais técnicas de medir a composição corporal a partir de diferentes técnicas e por bioimpedância.
Avaliação da flexibilidade	Desenvolver as diferentes formas de avaliação da flexibilidade e relacionar a componentes de saúde e performance
Avaliação cardiorrespiratória	Aprender os procedimentos técnicos e a formas de estimavas, máximas e submáximas, da capacidade cardiorrespiratória de diferentes públicos para o fim de prescrição e sistematização de programas de treinamentos aeróbios. Vivenciar a mensuração do limiar anaeróbio e entender sua aplicação.
Avaliação funcional e da força	Conhecer as metodologias envolvidas na mensuração e avaliação dos componentes da aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho físico de crianças, adultos e idosos.
Leitura e Construção de Relatórios	Conceber entendimento acerca dos parâmetros fisiológicos, psicológicos e morfológicos e criação de relatórios avaliativos

6. HABILIDADES E COMPETÊNCIAS

- Capacidade de planejar e desenvolver estratégias de avaliação cineantropométrica, prescrição e periodização do exercício físico do iniciante a alta performance;
- Capacidade de compreender as questões científicas, técnicas, sociais, éticas e morais de forma contextualizada;

7. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Sem	Data	Conteúdo	Estratégia de ensino-aprendizagem	Aula Teórica/ Prática	Local
1	07/08	- Apresentação do Plano de Aula a Turma - Cronograma de aulas e modelo de avaliação - Perspectiva sobre a disciplina e mercado de trabalho - Início de conteúdo sobre Anamnese - Processo de estratificação de risco ACSM e PARq PRÁTICA: Construção de uma Anamnese	Objeto de Estudo: Não se Aplica Aula: Discussão em PBL, construção de uma Anamnese Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórica	Presencial
2	14/08	- Prêmio do Mérito Científico - Participação dos alunos - Critérios de cientificidade em medidas e avaliação; - Processo de validação, reprodutibilidade e confiabilidade; - Tipos de erros, sistemático e randômico. - Cálculos de erro de medida	Objeto de Estudo: Não se Aplica Aula: Interação em auditório Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórica	Presencial e Ambiente AVA
#	20/08	- AULA MAGNA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - Lançamento do Livro de treinamento de força	Não se aplica	Teórica	Presencial
3	21/08	- Mensuração da pressão arterial - Medidas de frequência cardíaca de repouso - Medidas de variabilidade de FC (VFC) - Aplicação de questionários de avaliação - PARQ - SF-36 - POMS - Ansiedade - Escala de Silhuetas e autoimagem - Escala de Esforço e de recuperação TAREFA PARA CASA: Conceituar e determinar os parâmetros de VFC	Objeto de Estudo: Vídeo Aula e artigos científicos Aula: Expositiva e Discussão em PBL Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórica e Prática	Presencial e Ambiente AVA
4	28/08	- Padrão antropométrico básico para medidas de massa corporal, estatura e perímetros corporais - Medidas de estruturas ósseas PRÁTICA: Execução de procedimentos práticos de perimetria com base nos pressupostos da ISAK QUESTIONÁRIO: questionário via SOCRATIVE (5 pontos)	Objeto de Estudo: Mapa Mental e Vídeo Aula Aula: Discussão em PBL e Aula Prática Pós Aula: Questionário 1,0 pontos	Prática	Presencial e Ambiente AVA
#	29/08 30/08 31/08	- CICLO DE APRESENTAÇÕES DO DIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA - Palestras e Oficinas	Não se aplica	Teórico e Prático	Presencial
5	04/09	RETOMADA: retomar conteúdo de perímetros corporais e suas marcações - Principais pontos anatômicos para dobras cutâneas - Determinação de gordura percentual a partir de métodos antropométricos ISAK - Cálculo do percentual de gordura - Análise por bioimpedância - Relatório geral da bioimpedância QUESTIONÁRIO: questionário via SOCRATIVE (5 pontos)	Objeto de Estudo: Vídeo Aula Aula: Expositiva, Apresentação e Discussão em PBL e práticas de aula Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórica	Presencial e Ambiente AVA
6	11/09	- Prova Prática (20 pontos) - Aplicação dos pressupostos para realização da avaliação antropométrica - Prática de diagnóstico por bioimpedância	Objeto de Estudo: Vídeo Aula Aula: Expositiva Prática Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Prática	Presencial e Ambiente AVA
7	18/09	1ª Verificação de Aprendizagem (V.A.) (40 pontos)	Avaliação	Teórico	Presencial
#	23/09	- GINCANA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (5 pontos extra)	Não se aplica	Prático	Presencial
8	25/09	- Devolutiva de prova - Revisão de notas - Sala de aula invertida SEMANA DEDICADA A PRODUÇÃO CIENTÍFICA NO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (10 pontos)	Objeto de Estudo: Apresentação e Vídeos Aula: Expositiva e Dialogada Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórico	Presencial e Ambiente AVA
9	02/10	- Análise linear do componente de flexibilidade; - Análise angular do componente de flexibilidade; - Análise adimensional do componente de flexibilidade; - Entender os parâmetros populacionais sobre flexibilidade; PRÁTICA: realizar todos os procedimentos para análise de flexibilidade	Objeto de Estudo: Apresentação e Vídeos Aula: Expositiva com prática em grupo Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórico/ Prático	Presencial e Ambiente AVA

10	09/10	- NÃO HAVERÁ AULA – PROFESSOR EM CONGRESSO NO EXTERIOR (AULA REPOSICIONADA NO DIA 29/08)	Objeto de Estudo: Não se aplica Aula: Não se aplica Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Prático	Presencial e Ambiente AVA
11	16/10	- Conceitos gerais sobre avaliação cardiorrespiratória - Avaliação submáxima do desempenho - Análise de estimativa e entendimento dos parâmetros de $VO_{2Máx}$ gerados com base na população PRÁTICA: desenvolver protocolo de Swain em sala de aula QUESTIONÁRIO: questionário via SOCRATIVE (5 pontos)	Objeto de Estudo: Vídeo e artigos científicos Aula: Sala de Aula Invertida e PBL Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Prático	Presencial
12	23/10	- PARTICIPAÇÃO NO CIPEEX - Ciclo de Apresentações - SEMANA DA SAÚDE DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (20 pontos para 3VA)	Objeto de Estudo: Não se aplica Aula: Não se aplica Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Prático	Presencial
13	30/10	- Conceitos gerais sobre avaliação cardiorrespiratória máxima - Avaliação progressiva máxima do desempenho - Avaliação quadrática de tempo limite - Análise de estimativa e entendimento dos parâmetros de $VO_{2Máx}$ gerados com base na população PRÁTICA: desenvolver protocolo progressivo máximo e T_{Lim} em sala de aula QUESTIONÁRIO: questionário via SOCRATIVE (5 pontos)	Objeto de Estudo: Vídeo Aulas Aula: Sala de Aula Invertida e PBL Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórico	Presencial
14	06/11	- Prova Prática (20 pontos) - Avaliação Cardiorrespiratória de Campo - Avaliação Cardiorrespiratória Beep test	Objeto de Estudo: Mapa Mental Aula: Sala de Aula Invertida e PBL Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Prático	Presencial
#	08/11	- PROVÃO Simulado (40 pontos)	Avaliação	Teórica	Presencial
15	13/11	- Devolutiva de Prova - Revisão de Notas - Sala de Aula invertida - SEMANA DEDICADA A PRODUÇÃO CIENTÍFICA NO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (10 pontos)	Objeto de Estudo: Vídeos e Mapa Mental Aula: Explicativa Dialogada Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Teórico	Presencial
16	20/11	- FERIADO NACIONAL (CONSCIÊNCIA NEGRA) - AULA REPOSICIONADA NO DIA 31/08	Não se aplica	-	-
17	27/11	- Conceitos pertinentes a utilização de diferentes parâmetros de força - Apresentação da dinamometria como medida real de força - Avaliação de carga máxima como medida indireta de força máxima (Teste de 1RM) - Introdução a Avaliação do Movimento e Suas Implicações Clínicas; - FMS para Avaliar Disfunções	Objeto de Estudo: Vídeos e Mapa Mental Aula: Conceitual expositiva e Prática Pós Aula: Questionário 1,0 ponto	Prático	Presencial e Ambiente AVA
18	04/12	- MOSTRA ACADÊMICA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (20 pontos)	Não se aplica	Prático	Presencial
19	11/12	3ª Verificação de aprendizagem (V.A.) (40 pontos)	Avaliação	Teórica	Presencial
20	18/12	Revisão Geral de Notas e Finalização da Disciplina	Não se aplica	Prática	Presencial

8. PROCEDIMENTOS DIDÁTICOS

Metodologia:

Aula expositiva dialogada
Retomada de conteúdo
Mapa mental
Oficinas

Questionários recursos educativos e tecnologias da informação e comunicação; mapa mental; roda de conversa; sala de aula invertida; software socrative e Mentimeter, ambiente Lyceum; quadro-branco/pincel, projetor multimídia, livros, ebook, figuras de revistas/jornais, artigos científicos, computador, celular e internet.

Recursos de Acessibilidade disponíveis aos acadêmicos

O curso assegura acessibilidade metodológica, digital, comunicacional, atitudinal, instrumental e arquitetônica, garantindo autonomia plena do discente.

9. ATIVIDADE INTEGRATIVA e INTERDISCIPLINARIDADE

- Aula Magna do Curso de Educação Física
- Dia do Profissional de Educação Física (29 a 31/08/2024)
- Gincana Intercursos (23/09/2024)

- Mostra Acadêmica (02 e 04/12/2024)

- Interdisciplinaridade com a disciplina estágio supervisionado (Estágio de musculação e estágio de avaliação física);
- Interdisciplinaridade entre conteúdos sobre avaliação cardiorrespiratório e fisiologia do exercício;

10. PROCESSO AVALIATIVO DA APRENDIZAGEM

1ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 100 pontos

Composição da nota:

- VA teórica – 0 a 40 pontos
- VA prática – 0 a 20 pontos
- Aprendendo a resolver problemas – 0 a 10 pontos
- Questionário APS – 0 a 10 pontos
- Questionário avaliativo socrativo – 0 a 10 pontos
- Atividade produção científica – 0 a 10 pontos

2ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 100 pontos

Composição da nota:

- Provão teórico – 0 a 40 pontos
- Prova prática – 0 a 20 pontos
- Aprendendo a resolver problemas – 0 a 10 pontos
- Questionário APS – 0 a 10 pontos
- Questionário avaliativo socrativo – 0 a 10 pontos
- Atividade produção científica – 0 a 10 pontos

3ª Verificação de aprendizagem (V. A.) – valor 0 a 100 pontos

Composição da nota:

- VA teórica – 0 a 40 pontos
- prática de extensão – 0 a 20 pontos (semana da saúde)
- Aprendendo a resolver problemas – 0 a 10 pontos
- Questionário APS – 0 a 10 pontos
- Atividade apresentação Mostra Acadêmica – 0 a 20 pontos

ORIENTAÇÕES ACADÊMICAS

- Nas três VAs - O pedido para avaliação substitutiva tem o prazo de 3 (três) dias úteis a contar da data de cada avaliação com apresentação de documentação comprobatória (Art. 94 do Regimento Geral da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA). A solicitação deverá ser protocolizada em formulário on-line específico da Secretaria Acadêmica no Sistema Acadêmico Lyceum obrigatoriamente.
- Nas três VAs - O pedido para revisão de nota tem o prazo de 3 (três) dias úteis a contar da data da publicação, no Sistema Acadêmico Lyceum, do resultado ou devolutiva feita pelo docente de cada avaliação. (§ 1 do art. 96 do Regimento Geral da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA). A solicitação deverá ser feita por meio de processo físico na Secretaria Acadêmica da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA com a avaliação original em anexo, obrigatoriamente.
- Proibido uso de qualquer material de consulta durante a prova. "Atribui-se nota zero ao acadêmico que deixar de submeter-se às verificações de aprendizagens nas datas designadas, bem como ao que nela utilizar - se de meio fraudulento" (Art. 95 do Regimento Geral da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA).

Participação em eventos científicos:

Portaria – Frequência e nota dos alunos que apresentarem trabalhos em eventos científicos

Fica estabelecido que o acadêmico do Curso de Educação Física terá a oportunidade de apresentar 01 trabalho, orientado por um docente obrigatoriamente, em evento científico por semestre. A justificativa de falta será concedida apenas ao apresentador do trabalho, sendo de responsabilidade deste a apresentação dos documentos comprobatórios, e que, claramente, constem o nome do acadêmico como apresentador, como também, a data de realização do evento. Todas as solicitações devem ser realizadas via processo acadêmico de justificativa de faltas na secretaria acadêmica da Universidade Evangélica de Goiás.

11. BIBLIOGRAFIA

Básica:

1. HEYWARD, H.V. *Avaliação física e prescrição de exercícios: técnicas avançadas*. 4 ed. Porto Alegre, RS: 2004.

2. HEYWARD,, Vivian H.; STOLARCZYK, Lisa M.. *Avaliação da composição corporal aplicada*. Ed. Manole, 2000.
3. PITANGA, Francisco José Gondim. *Testes, medidas e avaliação em Educação Física e esportes*. 4 ed. São Paulo, SP, Brasil: Ed. Phorte, 2005.

Bibliografia complementar:

1. LOPES, A.L.; RIBEIRO, G.S. **ANTROPOMETRIA APLICADA A SAÚDE E AO DESEMPENHO ESPORTIVO: UMA ABORDAGEM A PARTIR DA METODOLOGIA ISAK**. RIO DE JANEIRO: ED. RUBIO, 2014.

Anápolis, 05 de agosto de 2024.

Fábio Santana

Prof. Ms. Fábio Santana
COORDENADOR DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UniEVANGÉLICA



Alberto Souza

Prof. Dr. Alberto Souza de Sá Filho
PROFESSOR(A) RESPONSÁVEL PELA DISCIPLINA






TITLE	
FILE NAME	
RESQUEST ID	
REQUESTED	REQUESTED BY
STATUS	● Completed

Fábio Santana (fabio.santana@unievangelica.edu.br)

	28/11/2024 23:34:08UTC±0		02/12/2024 22:34:38UTC±0 45.4.96.50
SENDED		SIGNED	

Alberto Souza (alberto.filho@unievangelica.edu.br)

	02/12/2024 22:34:38UTC±0		03/12/2024 13:05:22UTC±0 45.4.96.50
SENDED		SIGNED	

	03/12/2024 13:05:22 UTC±0
COMPLETED	O documento foi concluído.



Para obter e validar o documento em versão digital, faça a leitura do código ao lado ou utilize o link abaixo:

<https://aee.portalassinatura.abaris.com.br/sign/download/e9%2fQIYqMr0WGHeVS3S18aU40212lhxCZ0dN95DdlfMARfYLVXExxzfrIs3Tjb5IUdM1w8IEI58uZJmSMge%2bhCO%2bDIIBKgeUxQ9vUloyMEQ%2bMARcdfXbzMePgqqpPXC>