

**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE E DO ESPORTE**

<b>Área de Conhecimento</b>	<b>Ementa/Bibliografia</b>
<p><b>Formação Esportiva e de Lazer (Esportes Individuais)</b></p>	<p><b><u>Ementa:</u></b>                      Metodologia do Judô História e evolução do judô. Cerimonial. Postura. Princípios fundamentais. Tipos de quedas. Composição dos diferentes grupos e técnicas de judô. Judô educacional. Judô adaptado. Judô com defesa pessoal. Ensino e aprendizagem. Regulamentação e arbitragem Tópicos Especiais em Lutas Esportivas Histórico, tipos e características dos esportes de combate: Capoeira, Luta grecoromana, Karatê, Aikidô, Taekondo, Kung-Fu, Boxe, Jiu-Jitsu, Muai-tai, Ninjitsu, entre outros. Esportes de combate para populações especiais Metodologia do Ensino do Judô História e evolução do Judô. Cerimonial. Posturas. Princípios Fundamentais. Tipos de Quedas. Composição dos diferentes grupos de técnicas no Judô. Judô Educacional. Judô adaptado. Judô com defesa pessoal. Ensino e Aprendizagem. Regulamentação e Arbitragem</p> <p><b><u>Bibliografia:</u></b>                      METODOLOGIA DO JUDÔ                      BIBLIOGRAFIA BÁSICA                      VIRGILIO, Stanlei. A arte do judô. 2. ed. Campinas: Papirus, 1986. 162 p. 153                      GAMA, Raimundo João. Manual de Iniciação do Judô. R.J: Grupo Palestra Sport. 1986,                      TAKESHITA, Kwanichi. Judô: antigo jiu-jitsu. São Paulo: Brasil Ed., [19--]. 91 p.                      BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR                      MONTEIRO, Luciana Botelho. O treinador de Judô no Brasil. R.Janeiro: Sprint Ltda. 1998.                      ROZA, Antonio Francisco Cordeiro. Judô infantil: uma brincadeira séria! S.P: Phorte, 2010                      SANTOS, Saray Giovana dos. Judô: filosofia aplicada. Florianópolis: Ed. da UFSC, 2009.108                      TAKESHITA, Kwanichi. Judô: antigo jiu-jítsu. São Paulo: Brasil Ed., [19--]. 91 p.                      VIRGILIO, Stanlei. A arte do judô. 2. ed. Campinas: Papirus, 1986. 162 p.</p> <p>TÓPICOS ESPECIAIS EM LUTAS ESPORTIVAS                      BIBLIOGRAFIA BÁSICA                      BREDÁ, Mauro. Pedagogia do esporte aplicada às lutas. São Paulo: Phorte, 2010. 158 p.                      FRANCHINI, Emerson. Judô: desempenho competitivo. 2. ed. Barueri: Manole, 2010. 462                      OLIVEIRA, Paulo Roberto de. Periodização contemporânea do treinamento desportivo: modelo das cargas concentradas de força - sua aplicação nos jogos desportivos (basquetebol, futebol de campo, futsal, voleibol) e luta (judô). São Paulo: Phorte, 2008. 254 p.                      BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR                      BOMPA, Tudor O. Treinamento total para jovens campeões. Barueri: Manole, 2002. 248 p.                      DANTAS, Estélio H. M. A prática da preparação física. 5. ed., rev. e ampl. Rio de Janeiro: Shape, 2003. 463 p.</p>

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I; KATCH, Victor L. Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. 1061

POWERS, S.K.; HOWLEY, E.T. Fisiologia do Exercício - Teoria e Aplicação ao Condicionamento e ao Desempenho. 3 ed. São Paulo: Manole, 2005. 576 p.

TANI, G.; BENTO, J.O.; PETERSEN, R.D.S. Pedagogia do desporto. Rio de Janeiro: Guanabara koogan, 2006. 411 p. 2005. 576.

#### METODOLOGIA DO ENSINO DO JUDÔ

##### BIBLIOGRAFIA BÁSICA

VIRGILIO, S. A Arte do Judô. Campinas-SP: Papirus, 1986, 162p.

GAMA, R. J. Manual de Iniciação do Judô. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport. 1986, 105 p.

MONTEIRO, L. B. O treinador de Judô no Brasil. Rio de Janeiro: Sprint Ltda. 1998, 113 p

##### BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

KUDO, K. O judô em ação. São Paulo: Sol, 1977. 128 p.

ROZA, A. F. C. Judô infantil: uma brincadeira séria!. São Paulo: Phorte, 2010 119 p

SANTOS, S. G. Judô: filosofia aplicada. Florianópolis: Ed. da UFSC, 2009. 108 p.

TEGNER, B. Guia completo de judô. 8. ed. Rio de Janeiro: Record, [1983]. 303 p.

WHITE, D. Judo: the practical way . [S. l.]: Barrie & Jenkins, 1977. 83 p.