

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

Área de Conhecimento	Ementa/Bibliografia
<p><b>Aspectos Comportamentais do Movimento Humano: Formação Esportiva</b></p>	<p><b><u>Ementa:</u></b>  <b>METODOLOGIA DO HANDEBOL</b>  Histórico. Aspectos técnicos e táticos do handebol. Regulamentação do handebol. Relação do handebol educacional com o de participação e o de rendimento. Pedagogia e Metodologia do handebol. Ensino, desenvolvimento e aperfeiçoamento dos fundamentos. Processo de seleção e iniciação. Arbitragem. Handebol adaptado.</p> <p><b>METODOLOGIA DO ENSINO DO HANDEBOL</b>  Histórico. Aspectos técnicos e táticos do handebol. Regras do handebol. Relação do handebol educacional com o de participação e o de rendimento. Pedagogia e Metodologia do handebol educacional. Ensino, desenvolvimento e aperfeiçoamento dos fundamentos. Processo de seleção e iniciação. Handebol adaptado.</p> <p><b><u>Bibliografia:</u></b>  <b>METODOLOGIA DO HANDEBOL</b></p> <p><b>BIBLIOGRAFIA BÁSICA</b>  CALEGARI, Décio Roberto; ARAUJO, Paulo Ferreira de; GORLA, José Irineu. Handebol em cadeira de rodas: regras e treinamento. São Paulo: Phorte, 2010. 118 p.  SIMÕES, Antonio Carlos. Handebol defensivo: conceitos técnicos e táticos. 2. ed. rev. e ampl. São Paulo: Phorte, c2008. 285 p.  TÔNDOLO, Delmar Alberto; SEDREZ, Sálvio Pereira. Arbitragem: uma nova visão: além das regras, o que mais um árbitro deveria saber. Blumenau: Nova Letra, 2008. 129 p.</p> <p><b>BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR</b>  GRECO, Pablo Juan. Caderno do goleiro de handebol. Belo Horizonte: [s.n.], 2002. 272 p.  SANTOS, Lúcio Rogério Gomes dos. Handebol: 1000 exercícios. 4. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. 347 p.  SANTOS, Ana Lúcia Padrão dos. Manual de mini-handebol. São Paulo: Phorte, 2003. 121 p.  TENROLLER, Carlos A. Handebol: teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. 128 p.  FERREIRA, Pedro. Regras de handebol: mais de mil perguntas e respostas. São Paulo: Ateniense, 1989. 227 p.</p> <p><b>METODOLOGIA DO ENSINO DO HANDEBOL</b></p> <p><b>BIBLIOGRAFIA BÁSICA</b>  CALEGARI, D. R.; ARAUJO, P. F.; GORLA, J. I. Handebol em cadeira de rodas: regras e treinamento. São Paulo: Phorte, 2010. 118 p.  GRECO, P. J. Caderno do goleiro de handebol. Belo Horizonte: [s.n.],</p>

	<p>2002. 272 p.</p> <p>SANTOS, L. R. G. Handebol: 1000 exercícios. 4. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. 347 p.</p> <p><b>BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR</b></p> <p>OLIMPIADAS especiais: handebol: manual de treinamento de técnico voluntário. Brasília, DF: Secretaria dos Desportos da Presidência da República, 1992. 71 p.</p> <p>SANTOS, A. L. P. Manual de mini-handebol. São Paulo: Phorte, 2003. 121 p.</p> <p>SIMÕES, A. C. Handebol defensivo: conceitos técnicos e táticos. 2. ed.. São Paulo: Phorte, 2008. 285 p.</p> <p>TENROLLER, C. A. Handebol: teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. 128 p.</p> <p>TÔNDOLO, D. A.; SEDREZ, S. P. Arbitragem: uma nova visão além das regras, o que mais um árbitro deveria saber. Blumenau: Nova Letra, 2008. 129 p.</p>
<p><b>Aspectos Comportamentais do Movimento Humano: Formação Esportiva e de Lazer – Esporte Individuais</b></p>	<p><b>Ementa:</b></p> <p><b>METODOLOGIA DO ATLETISMO I</b></p> <p>Histórico das provas atléticas. Material, instalações e implementos. Marcação e setorização do campo atlético. Corridas: velocidade, meio-fundo e fundo. Corrida com barreira e obstáculo. Saltos. Lançamentos da pelota, do dardo e arremesso do peso. Regulamentação.</p> <p><b>METODOLOGIA DO ATLETISMO II</b></p> <p>Revezamentos. Saltos com vara e altura. Lançamentos do disco e do martelo. Cross-country. Maratona. Marcha atlética. Provas combinadas. O ensino do atletismo educacional, iniciação, desenvolvimento e aperfeiçoamento dos fundamentos. Atletismo adaptado a populações especiais. Desenvolvimento e aperfeiçoamento dos fundamentos.</p> <p><b>METODOLOGIA DO ENSINO DO ATLETISMO I</b></p> <p>Histórico das provas atléticas. Material, instalações e implementos. Marcação e setorização do campo atlético. Corridas: velocidade, meiofundo e fundo. Corrida com barreira e obstáculo. Saltos. Lançamentos da pelota, do dardo e arremesso do peso.</p> <p><b>METODOLOGIA DO ENSINO DO ATLETISMO II</b></p> <p>Revezamentos. Saltos com vara e altura. Lançamentos do disco e do martelo. Cross-country. Maratona. Marcha atlética. Provas combinadas. O ensino do atletismo educacional, iniciação, desenvolvimento e aperfeiçoamento dos fundamentos. Atletismo adaptado a populações especiais. Desenvolvimento e aperfeiçoamento dos fundamentos.</p> <p><b>Bibliografia:</b></p> <p><b>METODOLOGIA DO ATLETISMO I</b></p> <p><b>BIBLIOGRAFIA BÁSICA</b></p> <p>CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Atletismo Regras Oficiais de Competição 2010/2011. Phorte. 2010. 295 p.</p> <p>FERNANDES, J.L. Atletismo Corridas. 3. ed. rev. São Paulo: Ed. E.P.U.</p>

2003. 156 p.  
FERNANDES, J.L. Atletismo Saltos. 3.ed. São Paulo: Ed. E.P.U. 2003. 125 p.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

BOMPA, Tudor O. A periodização no treinamento esportivo. São Paulo: Manole, 2001. 257 p.  
BARBANTI, Valdir José. Treinamento esportivo: as capacidades motoras dos esportistas. Barueri: Manole, 2010. 245 p.  
SULLIVAN, J. Andy; ANDERSON, Steven J. (Ed.). Cuidados com o jovem atleta: enfoque interdisciplinar na iniciação e no treinamento esportivo. Barueri: Manole, 2004. 524 p.  
DINTIMAN, G.; Ward, B.; TELLEZ, T. Velocidade nos esportes- Programa nº1 para atletas. 2.ed. Manole. 1999.  
EVANGELISTA, A. L. Treinamento de corrida de rua: uma abordagem fisiológica e metodológica. Phorte. 2009  
NEWSHOLME, E. ; LEECH, T. ; DUESTER, G. Corrida-Ciência do treinamento e desempenho. São Paulo: Phorte. 2006.

### **METODOLOGIA DO ATLETISMO II**

#### **BIBLIOGRAFIA BÁSICA**

FERNANDES, J.L. Atletismo Corridas. 3. ed. rev. São Paulo: Ed. E.P.U. 2003. 156 p.  
FERNANDES, J.L. Atletismo Saltos. 3. ed. rev. São Paulo: Ed. E.P.U. 2003. 125 p.  
FERNANDES, J.L. Atletismo Lançamentos (arremesso). 2. ed. rev. e aum. São Paulo: Ed. E.P.U. 2003. 129 p.

#### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

BRASIL. Caderno técnico-didático: atletismo. Brasília, DF: Departamento de Documentação e Divulgação, 1977. 140 p  
FRÓMETA, Edgardo Romero; TAKAHASHI, Kiyoshi. Guia metodológico de exercícios em atletismo: formação, técnica e treinamento. Porto Alegre: Artmed, 2004. 139 p.  
NEWSHOLME, E.; LEECH, T.; DUESTER, G. Corrida-Ciência do treinamento e desempenho. Phorte. 2006.  
OLIVEIRA, Maria Cecília Mariano de. Atletismo escolar: uma proposta de ensino na educação infantil. Rio de Janeiro: Sprint, 2006. 120 p.  
SCHMOLINSKY, Gerhardt. Atletismo. 3.ed. Lisboa: Estampa, 1982. 508 p

### **METODOLOGIA DO ENSINO DO ATLETISMO I**

#### **BIBLIOGRAFIA BÁSICA**

FERNANDES, J. L. Atletismo Corridas. Ed. E.P.U. 2003.  
FERNANDES, J. L. Atletismo Saltos. Ed. E.P.U. 2003.  
CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Atletismo Regras Oficiais de Competição 2010/2011. São Paulo: Phorte. 2010.  
**BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Atletismo Regras Oficiais de Competição 2010/2011. São Paulo: Phorte. 2010  
EVANGELISTA, A. L. Treinamento de corrida de rua: uma abordagem fisiológica e metodológica. São Paulo: Phorte. 2009  
FERNANDES, J. L. Atletismo Lançamentos (arremessos). Ed. E.P.U. 2003.  
NEWSHOLME, E. ; LEECH, T. ; DUESTER, G. Corrida-Ciência do treinamento e desempenho. Phorte. 2006..  
SILVA, Pedro Antonio da. 3000 Exercícios e jogos para educação física escolar. 3.ed. Sprint, 2007. v.2.

## **METODOLOGIA DO ENSINO DO ATLETISMO II**

### **BIBLIOGRAFIA BÁSICA**

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Atletismo Regras Oficiais de Competição 2010/2011. São Paulo: Phorte. 2010.  
FERNANDES, J. L. Atletismo Corridas. São Paulo: Ed. E.P.U. 2003.  
FERNANDES, J.L. Atletismo Lançamentos (arremessos). São Paulo: Ed. E.P.U. 2003.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Atletismo Regras Oficiais de Competição 2010/2011. São Paulo: Phorte. 2010.  
FERNANDES, J. L. Atletismo Saltos. São Paulo: Ed. E.P.U. 2003.  
EVANGELISTA, A. L. Treinamento de corrida de rua: uma abordagem fisiológica e metodológica. São Paulo: Phorte. 2009.  
NEWSHOLME, E.; LEECH, T.; DUESTER, G. Corrida Ciência do treinamento e desempenho. São Paulo: Phorte. 2006.  
SCHMOLINSKY, G. Atletismo. 3.ed. Lisboa: Estampa. 1982.