



ROTEIRO DIDÁTICO – AULAS REMOTAS EM TEMPOS DE COVID-19

Departamento: Departamento de Educação Física

Curso: Educação Física

Disciplina: Medidas e Avaliação em Educação Física

Turma: 02

Professor(a): Ademar Avelar de Almeida Júnior

Período: 17/08/2020 a 31/12/2020

Carga Horária: 68 horas

1. APRESENTAÇÃO:

Conceitos de medidas e avaliação. Uso e interpretação da medida em educação física. Importância de medir e avaliar no contexto da educação física. Avaliação antropométrica do estado nutricional, princípios e aplicações. Avaliação da atividade e da aptidão física. Avaliação de comportamentos e de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis.

2. OBJETIVOS:

Fornecer aos alunos as bases conceituais da área de medidas e avaliação. Possibilitar a análise de alguns parâmetros nutricionais e da atividade física na promoção da saúde. Oferecer subsídios para o desenvolvimento de programas de avaliação física baseados em critérios científicos na área da Educação Física.



3. CONTEÚDOS:

3.1 - UNIDADE 1 – Aspectos relacionados à qualidade das informações

3.1.1. Fundamentos para medidas e avaliação em Educação Física.

- a) Conceitos básicos vinculados ao processo de coleta de dados
- b) Validade e erros de medida
- c) Valores de referência
- d) Delineamento dos programas de avaliação

3.2 - UNIDADE 2 – Triagem de saúde, nível de atividade física e equilíbrio energético

3.2.1. Triagem de saúde e estratificação de riscos

- a) Anamnese clínica
- b) Medidas de parâmetros hemodinâmicos

3.2.2. Avaliação da atividade física habitual

- a) Dispêndio energético
- b) Técnicas de medida da atividade física

3.2.3. Avaliação do consumo alimentar

- a) Consumo alimentar
- b) Procedimentos de medida da ingestão alimentar

3.3 - UNIDADE 3 – Aptidão física relacionada à saúde: avaliação dos aspectos morfológicos

3.3.1. Avaliação da composição corporal

- a) Modelos de análise e fracionamento do peso corporal
- b) Procedimentos de medidas indiretas
- c) Procedimentos de medidas duplamente indiretas: bioimpedância elétrica e Espessura de dobras cutâneas
- d) Uso de equações preditivas e de índices antropométricos



4. CRONOGRAMA DAS ATIVIDADES:

Dia do mês/semana	Horário	Atividade a ser realizada/Recursos
Aulas 1 a 6 19/08 a 23/09 (Quarta-feira)	07h45 às 09h25	Organização inicial dos trabalhos e estudos. Orientação para realização das principais atividades. Avaliação diagnóstica e apresentação do plano de ensino.
		Unidade 1 – Conceitos básicos vinculados ao processo de coleta de dados
		Unidade 1 – Validade
		Unidade 1 – Erros de medida
		Unidade 1 – Valores de referência
		AVALIAÇÃO – UNIDADE 1
Aulas 7 a 13 30/09 a 11/11 (Quarta-feira)	07h45 às 09h25	Unidade 2 – Anamnese e triagem de saúde
		Unidade 2 – Medidas de parâmetros hemodinâmicos
		Unidade 2 – Dispendio energético e técnicas de medida da atividade física
		Unidade 2 – Dispendio energético e técnicas de medida da atividade física
		Unidade 2 – Avaliação do consumo alimentar
		Unidade 2 – Avaliação do consumo e dispendio energético
Aulas 14 a 19 18/11 a 23/12 (Quarta-feira)	07h45 às 09h25	Unidade 3 – Composição corporal: Modelos de análise, fracionamento do peso corporal e procedimentos de medidas indiretas
		Unidade 3 – Procedimentos de medidas duplamente indiretas
		Unidade 3 – Padronização das medidas antropométricas e uso de referenciais normativos
		Unidade 3 – Avaliação da composição corporal
		Unidade 3 – Avaliação da composição corporal
		AVALIAÇÃO – UNIDADE 3



5. REALIZAÇÕES DOS(AS) ACADÊMICOS(AS):

- Assistir aulas ao vivo no dia e horário da disciplina;
- Assistir vídeos no Youtube e outras plataformas, que serão enviados ao longo da disciplina;
- Fazer a leitura prévia de textos introdutórios dos assuntos que serão ministrados na aula ao vivo;
- Elaborar resenhas de textos e dos vídeos que serão enviados antes das aulas;
- Confeccionar os trabalhos que serão solicitados;

6. AVALIAÇÃO:

Os acadêmicos serão avaliados da seguinte maneira:

- 50% da nota final será referente à três provas, valendo 0-10 pontos, que serão ministradas a partir do Google formulários;
- 40% da nota final será referente à soma da nota dos trabalhos passados ao longo das aulas (descrição de vídeos e resenhas de textos, além da resolução de exercícios referentes ao conteúdo da disciplina);
- 10% da nota final será referente a frequência e participação durante as aulas;

7. REFERÊNCIA

GUEDES, DP.; GUEDES, J.E.R.P. **Manual Prático para Avaliação em Educação Física**. São Paulo: Manole. 2006.