



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

ESTE DOCUMENTO NÃO SUBSTITUI O ORIGINAL

Programa Analítico de Disciplina

EFI194 Medidas e Avaliação em Educação Física

Departamento de Educação Física - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde

| | | | | |
|-----------------------------|-----------------------|-----------------|-----------------|--------------|
| Número de créditos: 3 | | <u>Teóricas</u> | <u>Práticas</u> | <u>Total</u> |
| Duração em semanas: 15 | Carga horária semanal | 2 | 1 | 3 |
| Períodos - oferecimento: II | Carga horária total | 30 | 15 | 45 |

Pré-requisitos (Pré ou co-requisitos)*

BAN210*

Ementa

Fundamentos gerais. Medidas e avaliação em Educação Física. Testes físicos e motores. Antropometria. Somatotipo. Ética em avaliação.

Oferecimento aos Cursos

| Curso | Modalidade | Período |
|-------------------------------------|-------------------|----------------|
| Educação Física(BAC) | Obrigatória | 4 |
| Educação Física - Bacharelado(BAC) | Obrigatória | 4 |
| Educação Física(LIC) | Optativa | - |
| Educação Física - Licenciatura(LIC) | Optativa | - |



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

ESTE DOCUMENTO NÃO SUBSTITUI O ORIGINAL

EFI194 Medidas e Avaliação em Educação Física

| Seq | Aulas Teóricas | Horas/Aula |
|------------|--|-------------------|
| 1 | Fundamentos gerais 1.1. Terminologia básica 1.2. Anatomia essencial para a antropometria 1.3. Equipamentos | 6 |
| 2 | Medidas e avaliação em Educação Física 2.1. Conceitos 2.2. Obejtivos - princípios 2.3. Tipos de avaliação 2.4. Etapas de um programa de avaliação 2.5. Parâmetros a serem observados na escolha de um teste | 4 |
| 3 | Testes físicos e motores 3.1. Conceito - aplicabilidade 3.2. Composição corporal 3.3. Estatura e Altura 3.4. Peso 3.5. Perímetros 3.6. Diâmetros 3.7. Comprimeintos e envergadura 3.8. Dobras cutâneas | 5 |
| 4 | Antropometria 4.1. Seleção de testes: procedimentos básicos 4.2. Testes de desempenho motor: força e resistência muscular 4.3. Testes de habilidade motora: agilidade, velocidade, coordenação, flexibilidade e equilíbrio 4.4. Elaboração de uma bateria de testes 4.5. Bateria de testes para avaliação do rendimento 4.6. Bateria de testes para a avaliação da aptiddão física e saúde | 10 |
| 5 | Somatotipo | 3 |
| 6 | Ética em avaliação | 2 |



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

ESTE DOCUMENTO NÃO SUBSTITUI O ORIGINAL

EFI194 Medidas e Avaliação em Educação Física

EFI194 Medidas e Avaliação em Educação Física

| Seq | Aulas Práticas | Horas/Aula |
|------------|--|-------------------|
| 1 | Antropometria 1.1. Estatura e altura 1.2. Peso 1.3. Perímetros 1.4. Diâmetros 1.5. Comprimentos e envergadura 1.6. Dobras cutâneas | 8 |
| 2 | Testes físicos e motores 2.1. Testes de desempenho motor: força e resistência muscular 2.2. Testes de habilidade motora: agilidade, velocidade, coordenação, flexibilidade e equilíbrio 2.3. Elaboração de uma bateria de testes 2.4. Baterias de testes para avaliação do rendimento 2.5. Bateria de testes para avaliação da aptidão física e saúde | 7 |



UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA

ESTE DOCUMENTO NÃO SUBSTITUI O ORIGINAL

EFI194 Medidas e Avaliação em Educação Física

Referências Bibliográficas

Bibliografia Básica:

- 1 - MARINS, J.C. e GIANNICHI, R.S. Avaliação e Prescrição de Atividade Física - Guia Prático. 2.ed. Rio de Janeiro: Shape, 1998. 341 p. [Exemplares disponíveis: 2]
- 2 - NORTON, K; OLDS, T. Antropométrica. Porto Alegre: Artmed, 2005. [Exemplares disponíveis: 1]
- 3 - QUEIROGA, M. R. Testes e medidas para avaliação de aptidão física relacionada à saúde em adultos. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. [Exemplares disponíveis: 1]

Bibliografia Complementar:

- 4 - CARNAVAL, P. E. Medidas e avaliação em ciências do esporte. 5.ed. Rio de Janeiro: Shape, 2002. [Exemplares disponíveis: 1]
- 5 - MORROW JR, J. R.; JACKSON, A. W.; DISCH, J. G.; MOOD, D. P. Medida e avaliação do desempenho humano. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2003. [Exemplares disponíveis: 1]
- 6 - PETROSKI, E. L. (Org.). Antropometria - técnicas e padronizações. Porto Alegre: Palotti, 1999. [Exemplares disponíveis: 1]
- 7 - PITANGA, F. J. G. Testes, medidas e avaliação em educação física e esporte. São Paulo: Phorte Editora, 2004. [Exemplares disponíveis: 1]
- 8 - TRITSCHLER, K. Medida e avaliação em educação física e esportes. 5ª ed. São Paulo: Manole, 2003. [Exemplares disponíveis: 1]