



MINISTÉRIO DA DEFESA  
EXÉRCITO BRASILEIRO  
DECEx - DEPA  
COLÉGIO MILITAR DE CURITIBA

**SELEÇÃO DE CANDIDATOS VOLUNTÁRIOS PARA COMPOR O CADASTRO DE RESERVA DE VAGAS COM A FINALIDADE DE PRESTAÇÃO DO SERVIÇO TÉCNICO TEMPORÁRIO COMO OFICIAL TÉCNICO TEMPORÁRIO DA 5ª REGIÃO MILITAR**

**1. ÁREA:**

MAGISTÉRIO.

**2. SUBÁREA:**

LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO PARA O TESTE ESCRITO:**

3.1 Esportes Coletivos e individual (histórico, regras e metodologia de ensino):

- a. Atletismo
- b. Judô.

3.2 Fisiologia do Exercício

- a. Energia para a atividade física;
- b. Desempenho no exercício e estresse ambiental;
- c. Composição corporal, equilíbrio energético e controle de peso.

3.3 Treinamento Desportivo

- a. Os fundamentos do Treinamento Desportivo;
- b. Variáveis do treinamento: Volume, Intensidade e suas relações.

3.4 Avaliação Física

- a. Avaliação do crescimento físico;
- b. Avaliação do desempenho motor;
- c. Avaliação da composição corporal.

3.5 Educação Física Escolar

- a. Educação Física no Espaço da escola;
- b. Educação Física e o esporte como prática pedagógica;
- c. Educação Física escolar: cotidiano pedagógico e formação de professores;
- d. Legislação Educacional;
- e. Base Nacional Comum Curricular.

#### 4. LISTA DE PONTOS PARA O TESTE DIDÁTICO

- 4.1 Atletismo iniciação;
- 4.2 Atletismo e treinamento para adolescentes;
- 4.3 Atletismo para pessoas com deficiência;
- 4.4 Judô iniciação;
- 4.5 Judô e treinamento para adolescentes;
- 4.6 Judô para pessoas com deficiência

#### 5 BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA:

FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ (São Paulo). Confederação Brasileira de Judô. Regras internacionais de competição de Judô: (aprovadas pelo comitê executivo da fij, em fevereiro/98, em garmisch - alemanha). (Aprovadas pelo Comitê Executivo da FIJ, em fevereiro/98, em Garmisch - Alemanha). 2018. Disponível em: [https://www.fpj.com.br/imagens\\_destaque/JUDO+-+REGRAS+ARBITRAGEM\[1\].pdf](https://www.fpj.com.br/imagens_destaque/JUDO+-+REGRAS+ARBITRAGEM[1].pdf). Acesso em: 21 jun. 2021.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO (São Paulo). World Athletics - Wa. **Regras de competição e Regras técnicas**: edição 2020 versão oficial para brasil. Edição 2020 Versão Oficial para Brasil. 2019. Disponível em: [https://www.cbat.org.br/repositorio/cbat/documentos\\_oficiais/regras/regrasdecompeticaoeregrastecnicas\\_edicao2020.pdf](https://www.cbat.org.br/repositorio/cbat/documentos_oficiais/regras/regrasdecompeticaoeregrastecnicas_edicao2020.pdf). Acesso em: 21 jun. 2021.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE JUDÔ. **Regulamento Nacional de Eventos da Confederação Brasileira de Judô**. 2018. Disponível em: <https://cbj.com.br/painel/arquivos/regras/151056041218101346080618regulamento-nacional-de-eventos-cbj-2018-v2.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2021.

#### ARTIGOS/LIVROS:

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. **Educação física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas**. Revista mackenzie de educação física e esporte, v. 1, n. 1, 2002.

BOMPA, Tudor O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. 5.ed – São Paulo: Phorte Editora, 2013.

FINCK, SILVIA CHRISTINA MADRID. **A Educação Física e o esporte na escola: cotidiano, saberes e formação**. 2.ed.rev. Curitiba: Ibepe, 2010.

GONZÁLEZ, Fernando Jaime et al. **Lutas, Capoeira e Práticas Corporais de Aventura**. 2017. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/170986/001055495.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 21 jun. 2021.

McARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. 8.ed. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2016

PITANGA, F.J.G. . **Testes, medidas e avaliação em educação física e esportes**. São Paulo: Phorte, 2020.

ROSE JUNIOR, Dante De. **Modalidades Esportivas Coletivas**. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2006.

TEIXEIRA, HUDSON VENTURA. **Educação Física e Desportos: Técnicas, táticas, regras e penalidades**. 5.ed. São Paulo: Saraiva, 2013.

## LEGISLAÇÃO

BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Diário Oficial da União, Brasília, 23 de dezembro de 1996. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm)>. Acesso em: 21 Jun. 2021

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Curricular Comum**. Educação é a Base. Base Nacional Comum Curricular. Terceira versão revista. Brasília: MEC, 2016. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>> . Acesso em: 21 06 2021.