



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS**



**EDITAL Nº 007 DE 04/02/2022**

**CONCURSO DE MONITORIA REMUNERADA**

O DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS DO INSTITUTO DE EDUCAÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO, faz saber que de acordo com a Deliberação nº 057/1995-CEPE, encontram-se abertas as inscrições para os concursos de monitorias remuneradas, visando o preenchimento de 01(uma) vaga para a disciplina:

**IE181 – ATLETISMO I**

**INSCRIÇÃO**

As inscrições serão feitas no período de **07/02/2022 a 11/02/2022**. O aluno deverá enviar **nome completo, número de matrícula, e-mail e telefone com DDD** para o endereço eletrônico **brunoramalho@ufrj.br**

**CRITÉRIOS DE APROVAÇÃO E SELEÇÃO**

1. Será considerado aprovado, no exame de seleção, o candidato que obtiver nota igual ou superior a 7 (sete);
2. Só será selecionado o candidato aprovado que obtiver maior número de pontos e não estiver exercendo atividade remunerada pela Instituição e/ou não receber bolsa de órgãos financiados de pesquisa, que caracterize acumulação com a bolsa de monitoria (PIBIC, CNPq, FAPERJ e outras);
3. Em caso de empate, será selecionado o que obtiver melhor conceito na disciplina e, persistindo o empate, será o de melhor CR.

**DAS PROVAS**

A Prova será realizada no dia **18/02/2022 (6ª feira)** às **10h** através do endereço eletrônico que será disponibilizado pelo docente.

**CRITÉRIOS**

- Ter cursado a disciplina IE 181 – Atletismo I;
- Ter obtido CR mínimo de 7,0 na disciplina;
- Ter disponibilidade no horário da disciplina;
- Ter disponibilidade de horário para exercer a atividade de monitoria por 12h semanais.

**DO PRAZO**

A vigência deste concurso será somente para 2021-2, as vigências serão finalizadas automaticamente em 07-05-2022.

**PROGRAMA**

Teoria, metodologia e prática do processo ensino-aprendizagem; Métodos de ensino do atletismo; Mini-atletismo; Regras

1. História e Caracterização do Atletismo.
2. Elaboração e organização de planos de aula de atletismo.

3. Métodos de ensino (global, parcial e situacional)
4. Princípio Geral das Corridas (rasas; meio fundo; fundo; revezamento; e barreiras).
5. Princípio Geral dos Saltos (salto em altura; salto com vara; salto em distância e salto triplo).
6. Princípio Geral do Arremesso de peso

## **BIBLIOGRAFIA**

MATTHIESEN, Sara Quenzer. Atletismo: teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.

FERNANDES, Jose Luis. Atletismo: corridas. 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: EPU, 2003.

FERNANDES, Jose Luis. Atletismo: os saltos. 3. ed. São Paulo: EPU, 2008.

FERNANDES, Jose Luis. Atletismo: Lançamentos (e arremessos). 2. ed. rev. São Paulo: EPU, 2003.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Regras oficiais de atletismo: 2019. Disponível em:

[http://www.cbat.org.br/repositorio/cbat/documentos\\_oficiais/regras/regras\\_decompeticaoeregrastecnicas\\_edicao2020.pdf](http://www.cbat.org.br/repositorio/cbat/documentos_oficiais/regras/regras_decompeticaoeregrastecnicas_edicao2020.pdf)

FERNANDES, José Luis. Atletismo: arremessos. 2ªed.rev. São Paulo: EPU, c1978.

KIRSCH, A. Series metodologicas de ejercicios en atletismo. 1973.

KRING, Ray F. Atletismo nas escolas: guia prático de treinamento. 3. ed. São Paulo: Cultrix, 1982.