



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA



FICHA DE COMPONENTE CURRICULAR

CÓDIGO:	COMPONENTE CURRICULAR: Tópicos em Esportes - Esportes de Aventura, Orientação, Trekking e Rapel	
UNIDADE ACADÊMICA OFERTANTE: FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA		SIGLA: FAEFI
CH TOTAL TEÓRICA: 15 horas	CH TOTAL PRÁTICA: 15 horas	CH TOTAL: 30 horas

1. **OBJETIVOS**

Propiciar aos acadêmicos do Curso de Educação Física, informações básicas a respeito dos diferentes esportes de montanha, bem como também, promover sua prática com segurança e maior conscientização da realização dos mesmos em contato com a natureza, sem agredí-la.

2. **EMENTA**

Trata do estudo da prática dos diferentes esportes de praticados em ambientes de serras e montanhas. Do conhecimento dos riscos e dos mecanismos de segurança em sua execução, da conscientização de sua realização junto à natureza, sem interferir no seu processo de natural de funcionamento.

3. **PROGRAMA**

Parte 1

- Orientação

Orientação por bússola

Orientação por carta e terreno

Parte 2

- Trekking

Logística de equipamentos para travessias

Alimentação, hidratação,

Gerenciamento de riscos.

Parte 3

- Técnicas Verticais (Rapel)

Equipamentos básicos

Nós a amarrações, ancoragem, descida em positivo e negativo

Subida por corda.

4. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

LAZER: esporte, turismo e aventura: a natureza em foco. Campinas: Alínea, 2009. 264 p., il. (Estudos do lazer). Inclui bibliografia. ISBN 9788575163245 (broch.)

VIAGENS, lazer e esporte: o espaço da natureza. Barueri: Manole, 2006. xi, 214 p., il. Inclui bibliografia. ISBN 8520423507 (broch.).

KORTGE, Carolyn Scott. **A caminhada para o condicionamento físico espiritual.** São Paulo: Cultrix, 2003. 182 p., il., 23 cm. ISBN 853160768X (broch.).

ENVIRONMENT and sport, an international overview = Meio ambiente e desporto, uma perspectiva internacional. Porto: Universidade do Porto, c1997. 294 p., il. Inclui bibliografia. ISBN 9729669988 (enc.).

5. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

Raul Friedmann. **Fundamentos De Orientação, Cartografia E Navegação Terrestre.** 3.ed. Universidade Tecnológica Federal do Parana, 2009.

Guilherme Cavalari. **Manual de trekking e aventura.** Kalapalo Editora. 2012.

Fabício Morozoni, **Rapel Técnico.** 1.Ed. Clube dos Autores, 2019.

6. APROVAÇÃO

Prof. Dr. Cristiano Lino Monteiro de Barros
Coordenador do Curso Educação Física

Prof. Dr. Marcos Seizo Kishi
Diretor da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia



Documento assinado eletronicamente por **Cristiano Lino Monteiro de Barros, Coordenador(a)**, em 26/05/2022, às 14:24, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Marcos Seizo Kishi, Diretor(a)**, em 30/05/2022, às 18:59, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3588726** e o código CRC **3B525208**.