

FASUL EDUCACIONAL **(Fasul Educacional EaD)**

PÓS-GRADUAÇÃO

FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

DISCIPLINA: FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO
RESUMO
A fisiologia humana é uma área de conhecimento fundamental para estudantes de todas as áreas da saúde. Ao mencionar a fisiologia do exercício, a fisioterapia passa a ser um dos destaques entre as profissões ligadas à saúde que utilizam o conhecimento referente a esse assunto. Uma forma de facilitar o entendimento do conceito de fisiologia humana é defini-la como sendo o funcionamento de todos os sistemas do corpo humano, do ponto de vista estrutural (mecânico), físico e químico. A fisiologia do exercício permeia todos esses conhecimentos, com a particularidade de estudá-los em sistemas sob o estímulo e a interferência de exercícios físicos, sejam eles terapêuticos ou não. A etiologia do termo fisiologia vem do grego phýsis, que significa natureza, e de logos, que se refere a conhecimento.
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO
AULA 1 MÚSCULO ESTRIADO ESQUELÉTICO – ESTRUTURA GERAL ORGANIZAÇÃO DO TECIDO MUSCULAR ESTRIADO ESQUELÉTICO COMPOSIÇÃO QUÍMICA E MICROESTRUTURAS DO MEE ESTRUTURAS MICROSCÓPICAS E UNIDADES CONTRÁTEIS DA MUSCULATURA ESTRIADA ESQUELÉTICA COMPOSIÇÃO MOLECULAR DOS MIOFILAMENTOS
AULA 2 ATIVAÇÃO DO MÚSCULO ESTRIADO ESQUELÉTICO MECANISMO DE DESENVOLVIMENTO DO MOVIMENTO OU DA TENSÃO MUSCULARES CLASSIFICAÇÃO DAS FIBRAS MUSCULARES SISTEMAS ENERGÉTICOS ANAERÓBICOS SISTEMAS ENERGÉTICO AERÓBICO
AULA 3 SISTEMA NERVOSO CENTRAL SISTEMA NERVOSO PERIFÉRICO UNIDADE MOTORA ATO E ARCO REFLEXO RECEPTORES PROPRIOCEPTIVOS
AULA 4 ORGANIZAÇÃO DO SISTEMA ENDÓCRINO GLÂNDULAS E HORMÔNIOS GH E O EXERCÍCIO HORMÔNIOS VERSUS GLICOSE CATECOLAMINAS E O EXERCÍCIO
AULA 5

COMPONENTES DO SISTEMA CARDIOVASCULAR
PRESSÃO ARTERIAL E EXERCÍCIO
EXERCÍCIO CONTRA RESISTÊNCIA VERSUS EXERCÍCIO EM RITMO ESTÁVEL
EXERCÍCIOS PROGRESSIVOS COM MEMBROS SUPERIORES E RECUPERAÇÃO
SUPRIMENTO SANGUÍNEO DO CORAÇÃO

AULA 6

PULMÕES: ESTRUTURAS E FUNÇÕES
PULMÕES: ESTRUTURAS E FUNÇÕES
VOLUMES PULMONARES
TRANSPORTE E PERMUTA DOS GASES
DINÂMICA DA VENTILAÇÃO PULMONAR
VENTILAÇÃO E DEMANDAS ENERGÉTICAS DO EXERCÍCIO

BIBLIOGRAFIAS

- GUYTON, A. C.; HALL, J. E. Tratado de fisiologia médica. 11. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2006.
- PETERSON, L.; RENSTRÖM P. Lesões do esporte: prevenção e tratamento. 3. ed. Barueri/SP: Manole, 2002.
- TORTORA, G. J.; GRABOWSKI, S. R. Princípios de anatomia e fisiologia. 9. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

DISCIPLINA:

DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR E APRENDIZAGEM

RESUMO

Qual é a relação da motricidade com os processos do pensamento? O comportamento motor tem, diretamente, uma relação com as emoções, a afetividade, o social? A resposta assertiva para essas questões é sim. O motivo que se pode investigar é que há uma interligação do pensar e da efetividade motriz. Para Wallon (Fonseca, 2008, p.15-16), a motricidade corresponde à primeira sequência paralela e simultânea que é criada estruturalmente relacionada com o meio, e é considerada um instrumento essencial dos processos de pensamento e suas interações com a vida de um modo geral. Outro ponto importante também citado por Fonseca (2008, p. 16-17) são as fases de maturação biológica referentes ao movimento e ao pensamento, desde os meses iniciais de vida, bem como na primeira fase do bebê na qual ele passa de deitado para sentado. Posteriormente, ele evolui do sentar para o engatinhar, em seguida para o andar e o correr, mas isso ocorre de acordo com a maturação e o envolvimento do ser junto ao meio social, ou seja, há uma demanda do ambiente por meio da influência de outros humanos ou até mesmo de estímulos relacionados a objetos, como brinquedos, roupas e outros acessórios, uma vez que a criança procura se relacionar com os objetos, o que é uma sociointeração, e, assim, tem construções de pensamento. A partir disso, tem uma maturação de outros processos cognitivos, como linguagem, memória, atenção, percepção, planejamento etc.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR E O APRENDIZADO EM DIVERSOS CONTEXTOS
ASPECTOS NEUROBIOLÓGICOS DO COMPORTAMENTO MOTOR
EMOÇÕES, AFETIVIDADE E O COMPORTAMENTO MOTOR

PROCESSOS INTEGRADORES DA LINGUAGEM E O DESENVOLVIMENTO
NEUROPSICOMOTOR
PRÁTICAS PSICOPEDAGÓGICAS E PSICOMOTRICIDADE

AULA 2

LUDICIDADE E PSICOMOTRICIDADE
PSICOGÊNESE, APRENDIZAGEM E DESENVOLVIMENTO
CONTRIBUIÇÕES DA EPISTEMOLOGIA GENÉTICA DE PIAGET AO PROCESSO
NEUROPSICOMOTOR
APRENDIZAGEM E COORDENAÇÃO MOTORA FINA
PLASTICIDADE CEREBRAL E COMPORTAMENTO NEUROPSICOMOTOR

AULA 3

PROCESSOS COGNITIVOS E COMPORTAMENTO MOTOR: PENSAR, AGIR E
EXECUÇÃO
BRINCADEIRA É COISA SÉRIA PARA A MENTE: QUANDO O BRINCAR CONTRIBUI
PARA A MOTRICIDADE
EDUCAÇÃO PSICOMOTORA E SUAS HABILIDADES MENTAIS VISUAIS
PSICOMOTRICIDADE E FUNCIONAMENTO CORTICAL: INTEGRAÇÃO BIOLÓGICA E O
SOCIAL
PSICOMOTRICIDADE, PROCESSOS COGNITIVOS E NEUROFUNCIONALIDADE: A
CONTRIBUIÇÃO DA ESCOLA RUSSA

AULA 4

NEUROPSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO INFANTOJUVENIL: UM PREPARO PARA
AS DEMAIS FASES DO DESENVOLVIMENTO
NEUROPSICOMOTRICIDADE, APRENDIZAGEM E ENVELHECÊNCIA
INTERVENÇÕES PSICOMOTORAS NAS FASES DO DESENVOLVIMENTO EM
RELAÇÃO À DEFICIÊNCIA INTELLECTUAL
TRANSTORNOS DE COORDENAÇÃO MOTORA E O APRENDER
DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E FORMAÇÃO DE EDUCADORES

AULA 5

NEUROPSICOMOTRICIDADE NO CONTEXTO FAMILIAR
NEUROPSICOMOTRICIDADE COMO FERRAMENTA DO DESENVOLVIMENTO
ESCOLAR
NEUROPSICOMOTRICIDADE, DEFICIÊNCIA MOTORA E ATIVIDADE FÍSICA
DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR NA MÚSICA
ATIVIDADE NEUROPSICOMOTORA, CRIATIVIDADE E JOGOS

AULA 6

PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL E OS PROCESSOS PSICOLÓGICOS
PSICOMOTRICIDADE E NEUROCIÊNCIAS
PSICOMOTRICIDADE E NEUROPSICOLOGIA
PSICOPEDAGOGIA E NEUROPSICOMOTRICIDADE
PSICOLOGIA DO COMPORTAMENTO, ADAPTAÇÃO, APRENDIZAGEM E
PSICOMOTRICIDADE

BIBLIOGRAFIAS

- COSENZA, R.; GUERRA, L. Neurociência e educação. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- HOLANDA, V. N. et al. As bases biológicas do medo: uma revisão sistemática da literatura. Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia, v. 1, n. 3, 2013.
- LENT, R. Cem bilhões de neurônios: conceitos fundamentais de neurociência. São Paulo: Atheneu, 2004.

DISCIPLINA:
EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA

RESUMO

Esta disciplina tem como objetivo rever conceitos básicos, documentos e discutir a relação entre Educação Física e Educação Física Adaptada. Vivemos em um momento em que toda e qualquer aula deve ser pensada e planejada para atender e respeitar as diferenças.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

INTRODUÇÃO

LESÃO MEDULAR: TETRAPLEGIA E TETRAPARESIA

LESÃO MEDULAR: PARAPLEGIA E PARAPARESIA

ARTROGRIPOSE

ESPINHA BÍFIDA

DISTROFIA MUSCULAR

AULA 2

DEFICIÊNCIA DE MEMBROS SUPERIORES

DEFICIÊNCIA DE MEMBROS SUPERIORES

DEFICIÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES

TCE E AVE

PARALISIA CEREBRAL 1

PARALISIA CEREBRAL 2

AULA 3

INTRODUÇÃO

DEFICIÊNCIA SENSORIAL

DEFICIÊNCIA AUDITIVA

EXERCÍCIOS PARA O ALUNO COM DEFICIÊNCIA AUDITIVA

O ALUNO SURDO-CEGO

ATIVIDADES PARA O ALUNO SURDO-CEGO

AULA 4

INTRODUÇÃO

DEFICIÊNCIA VISUAL: CONCEITO E CAUSAS

CLASSIFICAÇÃO DA DEFICIÊNCIA VISUAL

ESTRATÉGIAS PARA INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA COM PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

ADAPTAÇÕES DE MATERIAIS

ATIVIDADES, JOGOS E ESPORTES ADAPTADOS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

AULA 5

INTRODUÇÃO

EDUCAÇÃO PARALÍMPICA

OBJETIVOS E REFERÊNCIAS DA EDUCAÇÃO PARALÍMPICA

VALORES PARALÍMPICOS

MODALIDADES PARALÍMPICAS

EDUCAÇÃO PARALÍMPICA: ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS

AULA 6

INTRODUÇÃO

OS ESTABELECIDOS E OS OUTSIDERS

CARACTERÍSTICAS DA RELAÇÃO ESTABELECIDOS-OUTSIDERS: RÓTULO, AUTO IMAGEM E ESTIGMA SOCIAL

CARACTERÍSTICAS DA RELAÇÃO ESTABELECIDOS-OUTSIDERS: PODER, COESÃO E PROTEÇÃO DA IDENTIDADE

CARACTERÍSTICAS DA RELAÇÃO ESTABELECIDOS-OUTSIDERS: IMAGEM, SUJEIÇÃO A PADRÕES ESPECÍFICOS, ANOMIA E PADRÃO DE ESTIGMATIZAÇÃO

OS ESTABELECIDOS E OS OUTSIDERS NA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

BIBLIOGRAFIAS

- BRASIL. Decreto 3.298, de 20 de dezembro de 1999. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/d3298.htm.
- BRASIL. Lei n. 7.853, de 24 de outubro de 1989. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L7853.htm.
- BRASIL. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990. Estatuto da Criança e do Adolescente. Disponível em http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8069.htm.

DISCIPLINA:

DIMENSÕES PSICOLÓGICAS DO ESPORTE

RESUMO

O esporte é um fenômeno cuja prática tem se multiplicado rapidamente, atraindo participantes de todas as idades e em todas as camadas sociais, no mundo inteiro. Não raramente, muitas pessoas aderem ao esporte com altas expectativas de se tornarem atletas de sucesso nacional e internacional.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

INTRODUÇÃO

CONCEITOS DE PSICOLOGIA DO ESPORTE

OBJETIVOS DA PSICOLOGIA DO ESPORTE

ÁREAS E CAMPOS DE ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA ESPORTIVA

A IMPORTÂNCIA DE UMA EQUIPE INTERDISCIPLINAR

AULA 2

INTRODUÇÃO

A INFLUÊNCIA DAS DIFERENÇAS SOCIAIS E ECONÔMICAS

O IMPACTO DA FAMÍLIA NO ESPORTE

TORCIDA, MÍDIA, REDES SOCIAIS E SUAS INFLUÊNCIAS NO ESPORTE

A RELAÇÃO TÉCNICO X ATLETA

AULA 3

INTRODUÇÃO
MOTIVAÇÃO NO ESPORTE
CONCENTRAÇÃO NO ESPORTE
DIFICULDADES DE APRENDIZAGEM NO ESPORTE
OVERTRAINING E BURNOUT

AULA 4

INTRODUÇÃO
A IMPORTÂNCIA DO SONO
O USO DA MEMÓRIA NO ESPORTE
A RELAÇÃO DO HUMOR COM O DESEMPENHO ESPORTIVO
QUALIDADE DE VIDA NO ESPORTE

AULA 5

INTRODUÇÃO
AGRESSIVIDADE X PASSIVIDADE NO ESPORTE
AUTOESTIMA, AUTOCONFIANÇA E AUTOEFICÁCIA NO ESPORTE
ESTABELECIMENTO DE METAS
A LIDERANÇA NO MEIO ESPORTIVO

AULA 6

INTRODUÇÃO
ESPORTES DE LUTAS: FORMAS DE ATUAR
PSICOLOGIA CLÍNICA ESPORTIVA
TÉCNICAS COGNITIVAS E COMPORTAMENTAIS NO ESPORTE
TÉCNICAS DE RELAXAMENTO E DINÂMICAS DE GRUPO

BIBLIOGRAFIAS

- ALVES, R. F.; BRASILEIRO, M. C. E.; BRITO, S. M. O. Interdisciplinaridade: um conceito em construção. *Episteme*, n. 19, p. 139-148, 2004.
- BARA FILHO, M. G. Efeitos psicofisiológicos do fenômeno do “Burnout” em nadadores. Dissertação (Mestrado em Ciências do Esporte) – Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 1999.
- BRANDT, R. et al. Saúde mental e fatores associados em atletas durante os jogos abertos de Santa Catarina. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 20, n. 4, p. 276-280, jul./ago. 2014.

DISCIPLINA:
DEFICIÊNCIA FÍSICA

RESUMO

Cada vez mais a busca pela inclusão vem ganhando força em todos os espaços: educação, trabalho e lazer. Entretanto, para que essa inclusão seja real e efetiva, é necessário que as diferenças sejam vistas como oportunidade para o aprendizado e não como dificuldades. Nesta disciplina, o aluno irá compreender que não podemos aceitar que pessoas com deficiência tenham oportunidades limitadas em relação a atividades sociais, relacionamentos, educação, lazer ou trabalho.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

INTRODUÇÃO
ALGUNS TIPOS DE COMPROMETIMENTO
DEFICIÊNCIA FÍSICA – CONCEITOS GERAIS
ACESSIBILIDADE
ITENS PARA OBSERVAÇÃO

AULA 2

INTRODUÇÃO
SISTEMA NERVOSO PERIFÉRICO
CÉLULAS DO SISTEMA NERVOSO
VIAS AFERENTES
VIAS EFERENTES

AULA 3

INTRODUÇÃO
FASE DOS MOVIMENTOS RUDIMENTARES
FASE DOS MOVIMENTOS FUNDAMENTAIS
FASE DOS MOVIMENTOS ESPECIALIZADOS
PLASTICIDADE CEREBRAL

AULA 4

INTRODUÇÃO
MALFORMAÇÃO CONGÊNITA, ESPINHA BÍFIDA E HIDROCEFALIA
AMPUTAÇÃO
PARALISIA CEREBRAL
DISTROFIA MUSCULAR

AULA 5

INTRODUÇÃO
TECNOLOGIA ASSISTIVA
ADEQUAÇÃO POSTURAL DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA FÍSICA
ACESSIBILIDADE PARA A PESSOA COM DEFICIÊNCIA FÍSICA
A UTILIZAÇÃO DO COMPUTADOR PELA PESSOA COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

AULA 6

INTRODUÇÃO
ADAPTAÇÕES NA ACADEMIA PARA A PESSOA COM DEFICIÊNCIA FÍSICA
EXERCÍCIOS/ESPORTES PARA INDIVÍDUOS COM COMPROMETIMENTO EM MEMBROS INFERIORES
EXERCÍCIOS/ESPORTES PARA INDIVÍDUOS COM COMPROMETIMENTO EM TRONCO E/OU MEMBROS SUPERIORES
ESPORTES PARA PESSOAS COM COMPROMETIMENTO EM MEMBROS E TRONCO

BIBLIOGRAFIAS

- BRASIL. Decreto n. 3.298, de 20 de dezembro de 1999. Diário Oficial da União, Poder Legislativo, Brasília, DF, 29 ago. 2018.

- LIMA et al. Projeto de atenção fisioterapêutica na lesão medular. PRAC, S.d. Disponível em: <http://www.prac.ufpb.br/enex/trabalhos/6CCSDFTPROBEX2013404.pdf>. Acesso em: 29 ago. 2018.
- WHO – World Health Organization. International Classification of Functioning, Disability and Health: ICF. World Health Organization, 2008.

DISCIPLINA:
SISTEMA NERVOSO - ORGANIZAÇÃO ANATÔMICA E FUNCIONAL

RESUMO

O organismo humano possui uma estrutura complexa que o mantém em funcionamento. O Sistema Nervoso (SN) é um dos sistemas que esse complexo compreende. O SN tem funções muito específicas e, como tal, é entendido como o responsável pela comunicação dentro do organismo humano. Considera-se que seja um sistema complexo por envolver muitos integrantes com funções muito específicas. Outra característica do SN é o fator “alcance”, visto que ele se desdobra em todas as áreas do organismo, permitindo uma real integração da informação. Esta disciplina tem como objetivo compreender o funcionamento do Sistema Nervoso e descrever suas divisões estruturais.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

O SISTEMA NERVOSO NO ORGANISMO HUMANO
A FORMAÇÃO DO SISTEMA NERVOSO
O SISTEMA NERVOSO CENTRAL
O SISTEMA NERVOSO PERIFÉRICO
A BARREIRA HEMATOENCEFÁLICA (BHE)

AULA 2

ESTRUTURA BÁSICA DO CÉREBRO
ANATOMIA DO CÓRTEX
FUNÇÕES CORTICAIS
ANATOMIA DO DIENCÉFALO
ESTRUTURA DO SISTEMA LÍMBICO

AULA 3

O TECIDO NERVOSO
NEURÔNIO
CÉLULAS DA GLIA
SINAPSES
TRANSPORTE AXONAL E POTENCIAL DE AÇÃO

AULA 4

SISTEMA NERVOSO SENSORIAL
SISTEMA SENSORIAL
VISÃO
AUDIÇÃO
SENTIDOS QUÍMICOS E O TATO

AULA 5

CONCEITUANDO ONTOGÊNESE E FILOGÊNESE
FILOGÊNESE DO SISTEMA NERVOSO
FILOGÊNESE DO SISTEMA NERVOSO HUMANO
ONTOGÊNESE EMBRIONÁRIA HUMANA
A ONTOGÊNESE NO DESENVOLVIMENTO HUMANO

AULA 6

NEUROPLASTICIDADE
APRENDIZAGEM
APRENDIZAGEM E NEUROPLASTICIDADE
MEMÓRIA
MEMÓRIA E NEUROPLASTICIDADE

BIBLIOGRAFIAS

- KANDEL, E. R.; SCHWARTZ, J. H.; JESSELL, T. H. Principles of neural science. 5. ed. McGraw-Hill, 2012.
- MONTANARI, T. Tecido nervoso. In: MONTANARI, T. Aula de história. Porto Alegre: Ed. da Autora, 2016.
- DAMIANI, D.; DAMIANI, A. M. Neurociências e o conhecimento sobre o cérebro humano. Rev Eletron Olive, v. 1, n. 1, jan.-dez./2016. Disponível em: www.oliverevista.com.br.

DISCIPLINA:

ÉTICA E RESPONSABILIDADE PROFISSIONAL

RESUMO

Nesta disciplina, trazemos a ética como disciplina nas relações interpessoais. Para apresentarmos este contexto, escolhemos cinco temas relacionados à ética, iniciando com a sua definição e conceito ao longo de sua história, incluindo o aporte à moral e o seu entendimento no desenvolvimento da humanidade, bem como a interpretação da ética na atualidade e junto ao mundo empresarial.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

INTRODUÇÃO
O QUE É A MORAL?
HISTÓRIA DA HUMANIDADE
A ÉTICA NA ATUALIDADE
ÉTICA E O MUNDO EMPRESARIAL

AULA 2

INTRODUÇÃO
ÉTICA INTERPESSOAL
O PENSAMENTO FILOSÓFICO ANTIGO
PENSAMENTO FILOSÓFICO DA ATUALIDADE
CARACTERÍSTICAS DE UMA PESSOA ÉTICA

AULA 3

INTRODUÇÃO
ÉTICA E DESENVOLVIMENTO COMPORTAMENTAL
SOCIALIZAÇÃO

EVOLUÇÃO E CULTURA ÉTICA
PADRÕES ÉTICOS

AULA 4

INTRODUÇÃO

VALORES E ÉTICA

CONHECIMENTOS, HABILIDADES E ATITUDES – A TÉCNICA C.H.A.

CHAVE DA COMPETÊNCIA PROFISSIONAL: CONHECIMENTOS, HABILIDADES, ATITUDES, VALORES E EXPERIÊNCIAS – C.H.A.V.E.

ÉTICA DENTRO DO CONCEITO DE C.H.A.V.E.

AULA 5

INTRODUÇÃO

MEU PASSADO ÉTICO: APRENDIZADO DO PASSADO

UMA NOVA TRANSFORMAÇÃO PESSOAL

TRANSFORMAÇÃO SOCIAL

TRANSFORMAÇÃO PROFISSIONAL

AULA 6

INTRODUÇÃO

IMPACTO SOCIOLÓGICO DA ÉTICA

IMPACTO POLÍTICO DA ÉTICA

EU E A ÉTICA DAQUI PARA A FRENTE! DICAS PESSOAIS

ÉTICA COMO ELEMENTO IMPRESCINDÍVEL DA MUDANÇA PESSOAL E EMPRESARIAL

BIBLIOGRAFIAS

- ARANHA, M. L. A. Temas de filosofia. São Paulo: Moderna, 1997.
- ARISTÓTELES. Ética a Nicômaco. 4. ed. São Paulo: Nova Cultural, 1991.
- BAUMAN, Z.; DONSKIS, L. Cegueira moral: a perda da sensibilidade na modernidade líquida. Rio de Janeiro: Zahar, 2014.

DISCIPLINA:

ASPECTOS FISIOLÓGICOS APLICADOS À CRIANÇAS E ADOLESCENTES

RESUMO

As alterações fisiológicas relacionadas ao processo de crescimento e desenvolvimento humano são estudadas e analisadas por diversas áreas do conhecimento, entre elas, podemos destacar a Biologia, Medicina, Psicologia e Educação Física. Nesta disciplina, abordaremos as funções inerentes ao crescimento e desenvolvimento e a Educação Física. Para isso, é necessário entender de forma clara e objetiva o papel de cada processo, a fim de não correlacionarmos de forma indiscriminada crescimento e desenvolvimento como conceitos iguais, pois ambos se referem a processos que, embora indissociáveis, considerando que a ocorrência isolada, são fenômenos diferentes com correspondência direta entre si.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

INTRODUÇÃO

INFÂNCIA (0-4 ANOS)

MEIA-INFÂNCIA (5-9 ANOS)
INÍCIO DA ADOLESCÊNCIA (10-14 ANOS)
ADOLESCÊNCIA OU FASE DE CONSOLIDAÇÃO (15-19 ANOS)

AULA 2

INTRODUÇÃO

RECOMENDAÇÕES DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO DURANTE A INFÂNCIA

RECOMENDAÇÕES DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO DURANTE A MEIA-INFÂNCIA

RECOMENDAÇÕES DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO DURANTE O INÍCIO DA ADOLESCÊNCIA (PUBERDADE)

RECOMENDAÇÕES DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO DURANTE A ADOLESCÊNCIA OU FASE DE CONSOLIDAÇÃO (ENTRE 15 E 19 ANOS)

AULA 3

INTRODUÇÃO

CORAÇÃO

PRESSÃO

EFEITOS DO TREINAMENTO NA HIPERTROFIA CARDÍACA E NO DÉBITO CARDÍACO
VENTILAÇÃO PULMONAR

AULA 4

INTRODUÇÃO

HIIT E APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA

HIIT E APTIDÃO MUSCULAR

HIIT E OBESIDADE

HIIT E CAPACIDADE ANAERÓBIA

AULA 5

INTRODUÇÃO

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO DE FORÇA

TREINAMENTO DE FORÇA PARA CRIANÇAS

FORÇA MUSCULAR E PUBERDADE

FORÇA MUSCULAR E ADOLESCÊNCIA

AULA 6

INTRODUÇÃO

RESPOSTAS MUSCULARES AO TREINAMENTO DE FORÇA

PROCESSOS ADAPTATIVOS NO SISTEMA NEURAL

PROCESSOS ADAPTATIVOS DO SISTEMA TENDINOSO

PROCESSOS ADAPTATIVOS DO SISTEMA ÓSSEO

BIBLIOGRAFIAS

- AHNERT, J.; SCHNEIDER, W. Development and stability of motor skills from preschool age to early adulthood. Findings of the Munich, 2007.
- ANDERSEN, S. L.; TEICHER, M. H. Stress, Sensitive Periods and Maturational Events in Adolescent Depression. Trends in Neuroscience, v. 31, n. 4, p 183– 91, 2008.
- ARMSTRONG, N.; WELSMAN, J. R. Development of aerobic fitness during childhood and adolescence. Pediatric Exercise Science, v. 12, p. 128-149, 2000.

DISCIPLINA: GINÁSTICA - ATIVIDADES E EXPRESSÕES RÍTMICAS
RESUMO
<p>A ginástica constitui um conteúdo de certa forma dicotômico, pois apesar de possibilitar a base para uma diversidade de outros movimentos, práticas corporais e esportes, ela em si pode ser composta de elementos complexos e de dificuldade de ensino. Nosso estudo, durante as aulas seguintes, permeará o conhecimento geral sobre a ginástica, seus elementos funcionais, o ensino, o processo escolar e o planejamento, além das modalidades de ginásticas previstas para a escola. O resultado desse percurso será uma reflexão desafiadora do que fazemos cotidianamente de forma corriqueira, ou seja, um olhar diferente e mais aguçado para as estratégias diárias de planejar, escolher e organizar nossas aulas.</p> <p>Os temas principais desta disciplina são:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Os processos históricos da ginástica;2. Aspectos técnicos – grupos corporais (elementos corporais);3. Ensino da ginástica;4. Considerações acerca do ensino da ginástica;5. Relação professor e estudante.
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO
<p>AULA 1 INTRODUÇÃO GRUPOS CORPORAIS (ELEMENTOS CORPORAIS) ENSINO DA GINÁSTICA CONSIDERAÇÕES ACERCA DO ENSINO DA GINÁSTICA RELAÇÃO PROFESSOR E ESTUDANTE</p> <p>AULA 2 INTRODUÇÃO METODOLOGIA DE TRABALHO SUGERIDA PELA BNCC DIRETRIZES PARA O ENSINO DA GINÁSTICA – ENSINO MÉDIO PLANEJAMENTO SISTEMATIZAÇÃO DE AULAS</p> <p>AULA 3 INTRODUÇÃO GINÁSTICA PARA TODOS UTILIZAÇÃO DE MATERIAIS ALTERNATIVOS PROCESSO DE COLABORAÇÃO E COLETIVIDADE O CIRCO COMO POSSIBILIDADE</p> <p>AULA 4 INTRODUÇÃO ROTINAS OBRIGATÓRIAS OU ESTRUTURAÇÃO DOS EXERCÍCIOS SEGURANÇA NA MACRO GINÁSTICA ACROBÁTICA NA ESCOLA INCLUSÃO E AFETIVIDADE</p>

AULA 5

INTRODUÇÃO

APARELHOS DA GINÁSTICA RÍTMICA

GINÁSTICA ARTÍSTICA

APARELHOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA

CONSIDERAÇÕES ACERCA DAS GINÁSTICAS RÍTMICA E ARTÍSTICA

AULA 6

INTRODUÇÃO

CONTEXTOS DE EXPRESSIVIDADE

COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA

SISTEMA DE VARIÁVEIS E EXEMPLO DE UTILIZAÇÃO

EVENTOS GÍMNICOS

BIBLIOGRAFIAS

- UNICAMP, Campinas, v. 13, n. especial, p. 197-210, maio 2015.
- DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN C. J. Compreendendo o Desenvolvimento Motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 1. ed. São Paulo: Phorte Editora, 2001.

DISCIPLINA:

EXERCÍCIO FÍSICO E ENVELHECIMENTO

RESUMO

Mais do que discutir a importância da prática de atividades físicas na terceira idade, nesta disciplina, será ressaltado o papel da educação física no empoderamento dessa população! Entre os principais pontos a serem compreendidos, estão os fatos de que o envelhecimento é altamente individualizado, de que é possível ser senescente sem ser senil, de que o autoconceito de idoso varia de acordo com as próprias crenças culturais e de que os estados social e emocional do idoso interferem em sua funcionalidade e, assim, no envelhecimento físico.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

CONCEITOS E CLASSIFICAÇÃO

ENVELHECIMENTO SOCIAL

ENVELHECIMENTO PSICOLÓGICO

ENVELHECIMENTO FUNCIONAL

AUTONOMIA E INDEPENDÊNCIA

AULA 2

SISTEMAS CARDIOVASCULAR E PULMONAR

SISTEMAS NERVOSOS CENTRAL E PERIFÉRICO

SISTEMAS METABÓLICO E ENDÓCRINO

SISTEMA LOCOMOTOR

SISTEMAS TEGUMENTAR E SENSORIAL

AULA 3

EXERCÍCIOS CARDIORRESPIRATÓRIOS

EXERCÍCIOS RESISTIDOS
EXERCÍCIOS DE FLEXIBILIDADE
EXERCÍCIOS DE EQUILÍBRIO E OUTRAS VALÊNCIAS
EXERCÍCIOS COGNITIVOS

AULA 4

FATORES AMBIENTAIS
FATORES NUTRICIONAIS
FATORES FARMACOLÓGICOS
FATORES PATOLÓGICOS
FATORES NEUROLÓGICOS

AULA 5

NÍVEIS DE ENVELHECIMENTO
AVALIAÇÃO FÍSICA EM IDOSOS
PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS
INTERDISCIPLINARIDADE NA ATUAÇÃO
DIDÁTICA PARA IDOSOS

AULA 6

GINÁSTICA, HIDROGINÁSTICA E TREINAMENTO FUNCIONAL
ALONGAMENTO, PILATES E TÉCNICAS ORIENTAIS
ATIVIDADES AERÓBICAS
TREINAMENTO RESISTIDO/ACADEMIA
ATIVIDADES RECREATIVAS

BIBLIOGRAFIAS

- DANTAS, E. H. M.; SANTOS, C. A. S. (Org.). Aspectos biopsicossociais do envelhecimento e a prevenção de quedas na terceira idade. Joaçaba: Editora Unoesc, 2017.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Tábua de vida: evolução da mortalidade: 2001: Brasil. Disponível em: https://ww2.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/tabuadevida/evolucao_da_mortalidade_2001.shtm.
- OMS – Organização Mundial da Saúde. Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde. Resumo. 2015. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>.

DISCIPLINA:

CONTROLE DA APRENDIZAGEM MOTORA

RESUMO

Esta é a disciplina de controle e aprendizagem motora. Ao longo das aulas, iremos estudar a coordenação motora, o controle do movimento humano e o processo de aprendizagem motora. Com base no conhecimento de como o sistema nervoso central é organizado, e como o sistema sensorial utiliza as informações ambientais para controlar o movimento, é possível planejar e adequar a prática, de modo a facilitar a aquisição e a especialização de habilidades motoras. O controle e a aprendizagem motora estão diretamente associados, sendo, frequentemente, objetos de pesquisa de diversas áreas da educação, da saúde e do esporte.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

AULA 1

ÁREAS DE ESTUDO DO COMPORTAMENTO MOTOR
IMPLICAÇÕES PARA PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA
MÉTODOS UTILIZADOS PARA AVALIAR CONTROLE E APRENDIZAGEM MOTORA
CLASSIFICAÇÃO DE HABILIDADES MOTORAS
ATENÇÃO E PRODUÇÃO DE MOVIMENTO

AULA 2

CONTRIBUIÇÕES CENTRAIS NO CONTROLE MOTOR
RECEPTORES SENSORIAIS
REFLEXOS
FEEDFORWARD E FEEDBACK
REDUNDÂNCIA E VARIABILIDADE MOTORA

AULA 3

TEORIAS DO CONTROLE MOTOR
COORDENAÇÃO DO MOVIMENTO
CONTROLE DO MOVIMENTO E POSTURA
DIFERENÇAS INDIVIDUAIS E CAPACIDADES
EXEMPLOS INSTRUTIVOS PARA PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

AULA 4

DEFINIÇÃO DE APRENDIZAGEM MOTORA E DESEMPENHO
TEORIAS DA APRENDIZAGEM MOTORA
CARACTERÍSTICAS DO PROCESSO DE AQUISIÇÃO DE HABILIDADES
PROCESSO DE APRENDIZAGEM E CONSTRUÇÃO DO PANORAMA PERCEPTUAL-
MOTOR
TOMADA DE DECISÃO NAS AÇÕES E RESPOSTAS MOTORAS

AULA 5

ESTÁGIOS DE DESENVOLVIMENTO MOTOR
MÉTODOS PARA MENSURAÇÃO DA APRENDIZAGEM MOTORA
ESTÁGIOS DE APRENDIZAGEM MOTORA
INSTRUÇÕES VERBAIS E NÃO VERBAIS
FEEDBACK AUMENTADO

AULA 6

MEDIDAS DE RETENÇÃO E TRANSFERÊNCIA
LEI DA PRÁTICA E MOTIVAÇÃO
PRÁTICA MENTAL
TIPOS DE APRENDIZAGEM
ESTRATÉGIAS PARA A ESTRUTURAÇÃO DA PRÁTICA

BIBLIOGRAFIAS

- SOUZA, A. L. C.; OLIVEIRA FILHO, R. Motivação intrínseca e extrínseca em crianças de 7 a 14 anos na iniciação do voleibol. Educação Física em Revista – EFR, v. 7, n. 2, p. 76-83, 2013.

- TANI, G. et al. Pesquisa na área de comportamento motor: modelos teóricos, métodos de investigação, instrumentos de análise, desafios, tendências e perspectivas. Rev. da Educação Física, Maringá, v. 21, n. 3, p. 329-380, 2010.
- UGRINOWITSCH, H. et al. Mudança no foco de atenção ao longo da prática de uma habilidade motora. Motriz: rev. educ. fis., Rio Claro, v. 19, n. 2, Apr./June 2013.

DISCIPLINA:
CORPO CONSCIENTE E A SAÚDE DO TRABALHADOR
RESUMO
Esta disciplina objetiva a apresentação de noções gerais acerca da cooperação internacional. Mediante o questionamento da concepção clássica de Estado, será introduzida a ideia de cooperação internacional, além de breves apontamentos acerca de seus meios de concretização mais usuais. Será colocada em evidência a ideia de um dever de cooperação internacional, expondo-se o arcabouço normativo que sustenta o conceito. Também serão tecidos comentários iniciais sobre a cooperação internacional em matéria de direitos humanos.
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO
AULA 1 INTRODUÇÃO TRABALHO E SAÚDE TRABALHO E PSQUIISMO O ADOECIMENTO E A ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO ESTRESSE E FATORES LABORAIS
AULA 2 INTRODUÇÃO AS INSTÂNCIAS PSÍQUICAS E O EQUILÍBRIO EMOCIONAL MECANISMOS DE DEFESA DESCRIÇÃO DOS MECANISMOS DE DEFESA SAÚDE MENTAL NO TRABALHO E MECANISMOS DE DEFESA
AULA 3 INTRODUÇÃO PULSAÇÃO, FLUXO E MOVIMENTO ENERGIA E EMOÇÕES PERSONALIDADE PRIMÁRIA – FONTE DAS POTENCIALIDADES O PROCESSO DO ENCOURAÇAMENTO
AULA 4 INTRODUÇÃO ESTÁGIO OCULAR ESTÁGIO ORAL ESTÁGIO ANAL ESTÁGIO GENITAL
AULA 5 INTRODUÇÃO PERFIL ESQUIZÓIDE

PERFIL ORAL
PERFIL MASOQUISTA
PERFIL RÍGIDO

AULA 6

INTRODUÇÃO
PSICOSSOMÁTICA E O TRABALHO
BIOENERGÉTICA NAS ORGANIZAÇÕES
CONCEITOS E EXERCÍCIOS DE BIOENERGÉTICA
O DESPERTAR DAS ORGANIZAÇÕES

BIBLIOGRAFIAS

- DUARTE, L. R. S.; CASTRO, E. M. C. Amor, Trabalho E Conhecimento: As Fontes Da Vida. Revista Latino-Americana De Psicologia Corporal, n. 7, 2009, p. 1– 19. Disponível em: <http://psicorporal.emnuvens.com.br/rbpc>.
- MORIN, E. M. Os sentidos do trabalho. In: Revista De Administração De Empresas. ERA, v. 41, n. 3, jul./set. 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rae/v41n3/v41n3a02.pdf>.
- OLIVEIRA, S. R.; PICCININI, V. C.; FONTOURA, D. S.; SCHWEIG, C. Buscando o sentido do trabalho. In: XXVIII ENANPAD, 2004. Curitiba. Disponível em: <http://www.anpad.org.br/admin/pdf/enanpad2004-grt-2734.pdf>.