

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 CONVERSA INICIAL 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 NA PRÁTICA FINALIZANDO
AULA 2 CONVERSA INICIAL ATIVAÇÃO DO MÚSCULO ESTRIADO ESQUELÉTICO MECANISMO DE DESENVOLVIMENTO DO MOVIMENTO OU DA TENSÃO MUSCULARES CLASSIFICAÇÃO DAS FIBRAS MUSCULARES SISTEMAS ENERGÉTICOS ANAERÓBICOS SISTEMAS ENERGÉTICO AERÓBICO NA PRÁTICA FINALIZANDO
AULA 3 CONVERSA INICIAL SISTEMA NERVOSO CENTRAL SISTEMA NERVOSO PERIFÉRICO UNIDADE MOTORA ATO E ARCO REFLEXO RECEPTORES PROPRIOCEPTIVOS

NA PRÁTICA
FINALIZANDO

AULA 4

CONVERSA INICIAL
ORGANIZAÇÃO DO SISTEMA ENDÓCRINO
GLÂNDULAS E HORMÔNIOS
GH E O EXERCÍCIO
HORMÔNIOS VERSUS GLICOSE
CATECOLAMINAS E O EXERCÍCIO
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

AULA 5

CONVERSA INICIAL
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
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

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
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

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

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

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

FINALIZANDO

AULA 2

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

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

FINALIZANDO

AULA 3

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

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
FINALIZANDO

AULA 4

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

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 INTELECTUAL

TRANSTORNOS DE COORDENAÇÃO MOTORA E O APRENDER

DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E FORMAÇÃO DE EDUCADORES

FINALIZANDO

AULA 5

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

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

FINALIZANDO

AULA 6

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

PSICOMOTRICIDADE RELACIONAL E OS PROCESSOS PSICOLÓGICOS

PSICOMOTRICIDADE E NEUROCIÊNCIAS

PSICOMOTRICIDADE E NEUROPSICOLOGIA

PSICOPEDAGOGIA E NEUROPSICOMOTRICIDADE

PSICOLOGIA DO COMPORTAMENTO, ADAPTAÇÃO, APRENDIZAGEM E PSICOMOTRICIDADE

FINALIZANDO

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 NA PRÁTICA FINALIZANDO
AULA 2 DEFICIÊNCIA DE MEMBROS SUPERIORES DEFICIÊNCIA DE MEMBROS SUPERIORES DEFICIÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES TCE E AVE PARALISIA CEREBRAL 1 PARALISIA CEREBRAL 2 NA PRÁTICA FINALIZANDO
AULA 3 INTRODUÇÃO DEFICIÊNCIA SENSORIAL DEFICIÊNCIA AUDITIVA EXERCÍCIOS PARA O ALUNO COM DEFICIÊNCIA AUDITIVA O ALUNO SURDO-CEGO ATIVIDADES PARA O ALUNO SURDO-CEGO NA PRÁTICA FINALIZANDO
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
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

AULA 5

INTRODUÇÃO
EDUCAÇÃO PARALÍMPICA
OBJETIVOS E REFERÊNCIAS DA EDUCAÇÃO PARALÍMPICA
VALORES PARALÍMPICOS
MODALIDADES PARALÍMPICAS
EDUCAÇÃO PARALÍMPICA: ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

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
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

BIBLIOGRAFIAS

- BRASIL. Decreto 3.298, de 20 de dezembro de 1999. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/d3298.htm. Acesso em: 3 jan. 2018.
- BRASIL. Lei n. 7.853, de 24 de outubro de 1989. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L7853.htm. Acesso em: 3 jan. 2018.
- 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. Acesso em: 3 jan. 2018.

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

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

O SISTEMA NERVOSO NO ORGANISMO HUMANO

A FORMAÇÃO DO SISTEMA NERVOSO

O SISTEMA NERVOSO CENTRAL

O SISTEMA NERVOSO PERIFÉRICO

A BARREIRA HEMATOENCEFÁLICA (BHE)

FINALIZANDO

AULA 2

INTRODUÇÃO

CONTEXTUALIZANDO

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

AULA 3

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

AULA 4

INTRODUÇÃO
CONTEXTUALIZANDO
SISTEMA NERVOSO SENSORIAL
SISTEMA SENSORIAL
VISÃO
AUDIÇÃO
SENTIDOS QUÍMICOS E O TATO
FINALIZANDO

AULA 5

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

AULA 6

INTRODUÇÃO
CONTEXTUALIZANDO
NEUROPLASTICIDADE
APRENDIZAGEM
APRENDIZAGEM E NEUROPLASTICIDADE
MEMÓRIA
MEMÓRIA E NEUROPLASTICIDADE
FINALIZANDO

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. Acesso: 18 abr. 2018.

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

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.

Os temas principais desta disciplina são:

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

AULA 1

INTRODUÇÃO

GRUPOS CORPORAIS (ELEMENTOS CORPORAIS)

ENSINO DA GINÁSTICA

CONSIDERAÇÕES ACERCA DO ENSINO DA GINÁSTICA

RELAÇÃO PROFESSOR E ESTUDANTE

AULA 2

INTRODUÇÃO

METODOLOGIA DE TRABALHO SUGERIDA PELA BNCC

DIRETRIZES PARA O ENSINO DA GINÁSTICA – ENSINO MÉDIO

PLANEJAMENTO

SISTEMATIZAÇÃO DE AULAS

AULA 3

INTRODUÇÃO

GINÁSTICA PARA TODOS

UTILIZAÇÃO DE MATERIAIS ALTERNATIVOS

PROCESSO DE COLABORAÇÃO E COLETIVIDADE

O CIRCO COMO POSSIBILIDADE

AULA 4

INTRODUÇÃO

ROTINAS OBRIGATÓRIAS OU ESTRUTURAÇÃO DOS EXERCÍCIOS

SEGURANÇA NA MACRO

GINÁSTICA ACROBÁTICA NA ESCOLA

INCLUSÃO E AFETIVIDADE

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. Acesso em: 4 jul. 2018.
- 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>. Acesso em: 4 jul. 2018.

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
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

AULA 2

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

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
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

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
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

AULA 5

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

AULA 6

MEDIDAS DE RETENÇÃO E TRANSFERÊNCIA
LEI DA PRÁTICA E MOTIVAÇÃO

PRÁTICA MENTAL
TIPOS DE APRENDIZAGEM
ESTRATÉGIAS PARA A ESTRUTURAÇÃO DA PRÁTICA
NA PRÁTICA
FINALIZANDO

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. Aprendizagem motora: tendências, perspectivas e problemas de investigação. In: _____. (Ed.). Comportamento motor: aprendizagem e desenvolvimento. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. p. 17-33.
- 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>. Acesso em: 21 out. 2019.
- 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>. Acesso em: 21 out. 2019.
- 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>. Acesso em: 21 out. 2019.