

PLANO DE ENSINO		
Vigência do Plano	Semestre	Nome do Componente Curricular
2015.2	02	ESTUDO DO MOVIMENTO I
Carga Horária Semestral		Núcleo/Módulo/Eixo
90		Fundamentos biológicos
Componentes Correlacionados		
Biomorfofuncional I e II, PFS I e II		
Docente		
Francisco Oliveira		
Ementa		
Abordagem de conceitos e princípios da fisiologia do exercício aplicada ao movimento humano.		

COMPETÊNCIA

Conhecimentos

1. Compreender as respostas fisiológicas ao exercício do ponto de vista metabólico, respiratório, cardiovascular, músculo-esquelético e neural;
2. Entender a forma com que os sistemas interagem entre si contribuindo para a manutenção do equilíbrio interno dinâmico do organismo frente ao exercício físico;
3. Entender os aspectos gerais da fisiologia do exercício nos sistemas biológicos envolvidos no exercício físico agudo e crônico e entender a importância desses conceitos para o exercício profissional

Habilidades

1. Entender, interpretar e expressar-se corretamente em língua materna falada e na linguagem corporal (não-verbal);
2. Desenvolver uma postura crítica e investigadora em relação à prescrição de exercícios;
3. Utilizar do conhecimento adquirido para compreender o funcionamento corporal durante a prática de atividade física e exercício físico.

Atitudes

1. Agir de acordo com os princípios éticos que regem a profissão na relação interpessoal e com o cliente/paciente;
2. Respeitar as diferentes opiniões, valores e crenças na relação interpessoal;
3. Mostrar autonomia de estudo e pesquisa;
4. Zelar pelos materiais utilizados em laboratórios evitando possíveis danos;
5. Colaborar com o colega na construção do conhecimento;
6. Compartilhar material de aprendizagem com os colegas;
7. Cumprir as regras determinadas pelo componente e/ou as que forem estabelecidas em comum acordo com o grupo;
8. Mostrar interesse na construção coletiva do conhecimento.

Conteúdo Programático

Módulo I

Introdução a fisiologia do exercício

Fundamentos do metabolismo do Exercício: Vias de produção de ATP a partir dos carboidratos, lipídios e proteínas, vias aeróbicas e anaeróbicas durante o repouso e exercício, seleção dos substratos para diferentes tipos de exercício;

Adaptações Agudas e crônicas neuromusculares ao exercício;

Adaptações metabólicas do treinamento;

Módulo II

Adaptações endócrinas e o exercício físico;

Adaptações agudas cardiovasculares ao exercício;

Adaptações crônicas cardiovasculares ao exercício

Módulo III

Respostas e adaptações do sistema respiratório ao exercício

Equilíbrio Térmico e exercício

Descondicionamento e repouso no leito

Exercício e Populações especiais : crianças e adolescentes, diabéticos, cardiopatas, pneumopatas, atletas, obesos, mulheres e gestantes

Atividade física e saúde: promoção da atividade física

Métodos e Técnicas de Aprendizagem

Os conteúdos serão apresentados de forma a estimular a participação efetiva dos alunos no processo de produção do conhecimento, privilegiando metodologias ativas:

Construção de contextos de construção do conhecimento

Discussões de artigos

Dinâmicas de Grupo

Aula Práticas

Discussões de casos clínicos e problemáticas relacionadas à prática da vivência do fisioterapeuta

Critérios e Instrumento de Avaliação - Datas

Avaliação / modalidade

Diagnóstica/processual/somativa

Módulo 1

Avaliação escrita Teórica 27/08 : peso 9

Atividades processuais em sala(link prática-teorica): peso 1

2a. chamada avaliação escrita: 29/08/2015

Módulo 2

Avaliação escrita teórica 08/10: peso 10

2a. chamada 2o. módulo: 10/10/2015

Módulo 3

Apresentação de seminário 12/11: peso 10

2ª. Chamada 3 módulo : 21/11/2015

Prova Final : 23a 29/11/2015

Recursos

Datashow, espaço físico da sala, área externa da faculdade

Referências Básicas

MCARDLE, W.D. Katch, F.I., Katch, V.L. Fisiologia do exercício : energia, nutrição e desempenho humano. 7 ed. Rio de Janeiro, Guanabara-Koogan, 2011

POWERS, Scott. Fisiologia do Exercício. 6ed. São Paulo: Manole, 2009

WILLARD, HELEN S. , Fisiologia Do Esporte E Do Exercício. 2ed. São paulo: manole editora ltda., 2001

Referências Complementares

- LEMURA, L.M. Duvillard, S.P.V. Fisiologia do exercício clínico : aplicação e princípios fisiológicos. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan.2006
- ROBERGS, R.A., Roberts, S. Princípios fundamentais de fisiologia do desempenho e saúde. 1 ed São Paulo: Phorte, 2002
- FOSS, M.L., KETEVIAN, S.J. Bases fisiológicas do exercício e do esporte. 6ed Rio de Janeiro: Ed. Guanabara-Koogan, 2000.
- CARVALHO et al. Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica: aspectos práticos e responsabilidades. Arquivos Brasileiros e cardiologia. 2006; 83(5):448-52
- ACSM- American College Sports of Medicine. Pesquisa do ACSM para fisiologia do exercício clínico. 1 ed Rio de Janeiro: Guanabara-koogan, 2004
- Artigos de periódicos científicos; textos sugeridos em aula; pesquisas em sites indicados