

<b>PLANO DE CURSO</b>		
<b>Vigência do Plano</b>	<b>Semestre</b>	<b>Nome do Componente Curricular</b>
2024.2	2º	FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO
<b>Carga Horária Semestral</b>		<b>Núcleo/Módulo/Eixo</b>
90		Eixo 1: Fundamentos biológicos e bases estruturais do movimento humano
<b>Componentes Correlacionados</b>		
Biomorfofuncional I e II e Fisiologia aplicada a fisioterapia		
<b>Docente</b>		
Francisco Oliveira		
<b>Ementa</b>		
Abordagem de conceitos e princípios da fisiologia do exercício aplicada ao movimento humano.		

<b>Competência</b>
<b>Conhecimentos</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>Compreender as respostas fisiológicas ao exercício do ponto de vista metabólico, respiratório, cardiovascular, músculo-esquelético e neural;</li> <li>Entender os mecanismos com que os sistemas interagem entre si contribuindo para a manutenção do equilíbrio interno dinâmico do organismo frente ao exercício físico;</li> <li>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</li> <li>Entender as respostas e adaptações dos órgãos e sistemas ao treinamento físico progressivo.</li> </ol>

<b>Habilidades</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>Interpretar as respostas fisiológicas de múltiplos sistemas corporais ao exercício físico;</li> <li>Desenvolver uma postura crítica e investigadora em relação à prescrição de exercícios;</li> <li>Compreender o funcionamento corporal durante a prática de atividade física e exercício físico.</li> <li>Desenvolver a capacidade de avaliar valências físicas;</li> </ol>

<b>Atitudes</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>Agir de acordo com os princípios éticos que regem a profissão na relação interpessoal;</li> <li>Respeitar as diferentes opiniões, valores e crenças na relação interpessoal;</li> <li>Desenvolver autonomia de estudo e pesquisa;</li> <li>Zelar pelos materiais utilizados em laboratórios;</li> <li>Cumprir as regras determinadas pelo componente e/ou as que forem estabelecidas em comum acordo com o grupo;</li> <li>Mostrar interesse na construção coletiva do conhecimento;</li> <li>Respeitar as características físicas dos seus colegas.</li> </ol>

<b>Conteúdo Programático</b>
<p>Módulo I</p> <p>Introdução a fisiologia do exercício</p> <p>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;</p> <p>Adaptações Agudas e crônicas neuromusculares ao exercício;</p> <p>Adaptações metabólicas do treinamento;</p> <p>Módulo II</p> <p>Adaptações endócrinas e o exercício físico;</p> <p>Adaptações agudas cardiovasculares ao exercício;</p> <p>Adaptações crônicas cardiovasculares ao exercício</p> <p>Módulo III</p> <p>Respostas e adaptações do sistema respiratório ao exercício</p> <p>Equilíbrio Térmico e exercício</p> <p>Exercício e Populações especiais : crianças e adolescentes, diabéticos, cardiopatas, pneumopatas, atletas, obesos, mulheres e gestantes</p>

**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**

Unidade 1  
 Avaliação escrita Teórica (somativa) : Valor: 8  
 Avaliação processual (somativa): Valor: 2  
 data: 19/09/2024

Unidade 2  
 Avaliação escrita teórica (somativa): Valor: 10  
 data: 31/10/2024

Unidade 3  
 Avaliação escrita teórica : Valor: 10  
 data: 05/12/2024

\*ao final de todas as unidades é dado Feedback em grupo de forma qualitativa e quantitativa.

Prova Final : 10/12/2024

**Recursos**

Datashow, espaço físico da sala, área externa da faculdade, esteiras, caneleiras, colchonetes, halter.

**Referências Básicas**

- KENNEY, W. Larry; WILMORE, Jack H.; COSTILL, David L.. Fisiologia do esporte e do exercício. 7 ed. São Paulo: Manole Ltda., 2020. E-book.
- MCARDLE, William D.. Fisiologia do exercício: nutrição, energia e desempenho humano. 8 ed. Rio de Janeiro: Grupo Gen, 2016. E-book.
- POWERS, Scott K.. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. 8 ed. Barueri: Manole Editora Ltda, 2014.
- POWERS, Scott K.; HOWLEY, Edward T.. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. 9 ed. São Paulo: Manole Ltda., 2017. E-book.

**Referências Complementares**

- FAGUNDES, Diego Santos; MANSOUR, Noura Reda. Cinesiologia e fisiologia do exercícioPorto Alegre: SAGAH, 2019. E-book.
- JOHNSON, Michel J.; TAYLOR, Albert W.. Fisiologia do exercício na terceira idadeBarueri, SP: Manole Ltda., 2015.
- NEGRÃO, Carlos Eduardo; BARRETTO, Antonio Carlos Pereira; Rondon, Maria Urbana Pinto Brandão. Cardiologia do exercício. 4 ed. São Paulo: . E-book.
- POLLOCK, Michael L.. Doença cardíaca e reabilitação. 3 ed. São Paulo: Revinter, 2003.
- WILMORE, Jack H.. Fisiologia do esporte e do exercício. 2 ed. São Paulo: Manole Editora Ltda, 2001.