

| PLANO DE ENSINO | | |
|--|-----------------|--------------------------------------|
| Vigência do Plano | Semestre | Nome do Componente Curricular |
| 2023.1 | 2º | FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO |
| 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
4. Entender as adaptações dos órgãos e sistemas ao treinamento físico progressivo.



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

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

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

Unidade 1

Avaliação escrita Teórica : peso 10

data: 23/03/2023

Unidade 2

Avaliação escrita teórica : peso 10

data: 13/04/2023

Unidade 3

Avaliação escrita teórica : peso 10

data: 01/06/2023

Prova Final :

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 exercício Porto Alegre: SAGAH, 2019. E-book.
JOHNSON, Michel J.; TAYLOR, Albert W.. Fisiologia do exercício na terceira idade Baurueri, 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.