

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS**

Faculdade de Educação Física e Dança

PROJETO:

CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM TREINAMENTO FORÇA

GOIÂNIA-GO

2018

1. IDENTIFICAÇÃO DO CURSO:

1.1. Nome do Curso: Especialização em Treinamento Força

1.2. Unidade Acadêmica: Faculdade de Educação Física e Dança

1.3. Departamento:

1.4. Coordenador : Prof. Dr. Carlos Alexandre Vieira

Telefones: Sala 4 – FEF – UFG: (62) 3521-1787; cel. (62) 98111-3242

e-mail: vieiraca1@uol.com.br

Sub-Coordenador: Prof. Dr. Mário Hebling Campos

Telefones: Sala 4 – FEF – UFG: (62) 3521-1787; cel. (62) 98199-3557

e-mail: mariohcampos@gmail.com

1.6. Secretaria do curso:

Telefones: FEFD – UFG: (62) 3521 1099

e-mail: treinamentodeforca.fefd.ufg@gmail.com

2. OBJETIVOS DO CURSO

- Aprofundamento, atualização e aperfeiçoamento de saberes e técnicas diretamente relacionados ao treinamento de força.
- Formação multidisciplinar, que possibilite o conhecimento e compreensão de diversos aspectos relacionados ao treinamento de força.
- Capacitação para o ingresso em Programas de Pós Graduação *Stricto Sensu* em Educação Física e áreas correlatas.
- Estimular a produção de conhecimento, a interação entre pesquisadores e o fortalecimento dos grupos de pesquisa em Biodinâmica da Faculdade de Educação Física.

3. METODOLOGIA

O processo de formação se pautará na participação em aulas teóricas expositivas, aulas práticas, apresentação de seminários, dinâmicas de grupo, vivências, trabalhos individuais e em

grupo, mesas redondas, participação nos grupos de estudo da FEFD-UFG e elaboração de um trabalho de conclusão de curso (TCC).

O curso será desenvolvido dentro do calendário anual da UFG e terá a duração total de 364 horas distribuídas em quatorze disciplinas. Cada disciplina poderá ser organizada por um grupo de docentes e desenvolvida em módulos. As aulas acontecerão, prioritariamente, quinzenalmente em encontros presenciais realizados as sextas das 18h – 22h e aos sábados das 8:00 às 12:00h e das 14:00 às 18h. As disciplinas poderão ter uma parcela de até 20% de carga horária desenvolvida à distância, por meio da plataforma moodle.

A avaliação dos alunos ao longo do curso será por meio de provas escritas, trabalhos individuais e em grupos, apresentação de seminários e pela defesa pública dos TCCs.

As disciplinas do curso serão organizadas em duas áreas temáticas fundamentais para o treinamento de força, conforme o esquema que segue.

1) Fundamentos Biodinâmicos

- Abertura: Treinamento de força e pesquisas científicas
- Adaptações Cardiovasculares induzidas pelo Treinamento de Força
- Adaptações Neuro-Musculares induzidas pelo Treinamento de Força
- Bioquímica e Exercício
- Biomecânica
- Nutrição e Exercício
- Bases Científicas do Treinamento de Força

2) Fundamentos Metodológicos

- Treinamento de Força aplicado a populações especiais
- Treinamento de força: corpo, saúde e estética
- Tendências atuais relacionadas ao treinamento, desempenho e saúde
- Medidas e avaliação aplicadas ao treinamento de força
- Metodologia da Pesquisa Científica
- Bioestatística
- Gestão aplicada ao treinamento personalizado

A primeira área temática envolve um conteúdo predominantemente teórico de Fundamentos de Biodinâmica visando o entendimento dos mecanismos biológicos relacionados ao exercício físico. A segunda área, de Fundamentos Metodológicos, é composta por disciplinas com conteúdos que englobam programas de treinamento de força, métodos e técnicas de estruturação e controle do treinamento, assim como as tendências atuais sobre o treinamento de força.

Além da carga horária presencial destinada às disciplinas, serão realizados encontros presenciais para exposição de seminários e palestras, grupos de estudo e defesa pública dos TCCs.

Serão organizados grupos de estudo, que terão atividades presenciais e à distância voltadas para o desenvolvimento dos TCCs. Dessa forma, cada aluno poderá participar de um grupo de estudo, onde será definido um orientador.

O orientador será preferencialmente um docente que atue neste curso de especialização, contudo o aluno poderá optar por docentes externos ao curso. No caso de orientadores externos ao curso, deverão ter vínculo com uma Instituição de Ensino Superior, com titulação mínima de mestre e desenvolver pesquisa com temáticas dentro do escopo dos conteúdos abordados no curso. Para cada aluno orientado, os docentes precisam apresentar uma declaração manifestando ciência e comprometimento com o processo de orientação.

O trabalho de conclusão de curso será construído individualmente ou em grupos, podendo ser entregue no formato de monografia ou artigo científico, a critério do orientador, em comum acordo com o (s) aluno (s). Caso a opção seja por um artigo científico, uma revista deverá ser indicada (preferencialmente dos extratos superiores) para que o aluno siga as normas de formatação e submissão, sendo facultativa a submissão de fato.

Ao final do curso, o aluno deverá apresentar o TCC perante banca examinadora composta por 3 membros, cada qual com titulação mínima de mestre, em situações especiais – justificadas pelo orientador – os membros da banca poderão ser especialistas. A banca de defesa será presidida pelo orientador que poderá sugerir os outros dois membros, definidos pela coordenação. Com duas semanas de antecedência à defesa, o TCC deverá ser entregue na secretaria do curso em três cópias impressas e uma digital (enviada por e-mail para a coordenação), junto com uma carta assinada pelo orientador indicando que o aluno está apto para defesa do TCC.

Caso o TCC seja em formato de artigo, as normas de formatação da revista escolhida deverão ser indicadas em documento entregue juntamente com o TCC. A banca julgadora de defesa deverá emitir parecer com uma das três opções: “Aprovado”, “Aprovação condicionada a alterações no trabalho” ou “Reprovado”. Para que o diploma entre em fase de expedição, a versão final do TCC aprovado deverá ser entregue na secretaria do curso em uma cópia impressa e outra digital

(enviada por e-mail para a coordenação), NO PRAZO MÁXIMO DE UM MÊS APÓS A DATA DA DEFESA. Em caso de “Aprovação condicionada a alterações no trabalho”, deverá ser anexada à versão final do TCC, uma carta do orientador indicando que as alterações exigidas pela banca examinadora foram cumpridas e incorporadas ao texto.

4 NECESSIDADE/IMPORTÂNCIA DO CURSO PARA A UFG, REGIÃO E ÁREA DO CONHECIMENTO

O treinamento de força vem se consolidando, ao longo dos anos, como uma das mais importantes práticas de exercício. A literatura científica da área vem destacando a importância dessa prática para as diversas populações. É possível encontrar estudos envolvendo jovens, adultos e idosos, comparando os efeitos do exercício entre os sexos, estudos direcionados às populações especiais, acometidas por determinadas patologias, tais como, câncer, obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares, Parkinson entre outras, bem como existe uma vertente muito consolidada sobre os benefícios do treinamento de força para os esportes de rendimento, onde observa-se a aplicabilidade dessa intervenção como atividade complementar na grande maioria dos esportes.

Atualmente, o treinamento de força vem sendo desenvolvido em grandes centros de treinamento, clubes e academias de ginástica, certamente esses espaços cumprem seu papel na sociedade, oportunizando a orientação necessária para a realização dessa atividade. São locais que podem proporcionar lazer, bem estar, socialização, promoção da saúde, condicionamento físico, desempenho, reabilitação e melhora da qualidade de vida da população em geral. Para tanto as academias de ginástica, clubes e centros de treinamento necessitam de profissionais que tenham formação sólida, ampliada e multidisciplinar, que possibilite o conhecimento e compreensão dos aspectos biológicos, pedagógicos, cognitivos e sociais do movimento humano.

O número de adeptos ao treinamento de força vem aumentando em todo o mundo, gerando grande demanda por cursos de capacitação profissional. Essa demanda social evidencia-se ao observar que instituições científicas internacionais procuram desenvolver diretrizes sobre os melhores procedimentos a serem adotados para essa prática, tais como o Colégio Americano de Medicina do Esporte, que disponibiliza para os profissionais que atuam nesse segmento as recomendações adotadas para essa prática – *“Progression Models in Resistance Training for Health Adults”*. Ou ainda, nessa mesma linha, as recomendações sugeridas pelo *“National Strength and Condition Association”*.

O Estado de Goiás apresenta um quantitativo significativo de clubes e academias de ginástica, de grande a pequeno porte, que empregam uma grande parcela de profissionais de Educação Física e áreas correlatas. Entretanto, há uma carência de cursos públicos em nível de Pós-Graduação voltados para capacitação desses profissionais, em especial com essa temática.

A Universidade Federal de Goiás (UFG) constitui uma referência de qualidade no Estado, por suas ações no âmbito do ensino, da extensão e da pesquisa. No que toca especificamente à pós-graduação é um pólo de excelência na região e no país em várias áreas. Atualmente, possui mais de 50 cursos de pós-graduação *Stricto Sensu*, além de oferecer inúmeros cursos de Pós-Graduação *Lato Sensu* com o objetivo de promover aprofundamento, atualização e aperfeiçoamento de saberes diretamente relacionados à intervenção profissional.

Neste cenário a Faculdade de Educação Física e Dança (FEFD) da UFG oferece o curso de Especialização em Treinamento de Força apresentando seu compromisso com o desenvolvimento social regional por meio de produção e transmissão de conhecimento, capacitando profissionais de Educação Física e áreas correlatas para atuação neste amplo e crescente campo de trabalho.

O processo formativo do curso tem um carácter inter e multidisciplinar de tal forma a aprofundar os conhecimentos técnico-científicos e pedagógicos específicos para atuação na área do treinamento de força, estimulando análises críticas e ampliadas neste campo profissional, além de promover a inserção dos alunos em grupos de pesquisa, capacitando-os para o ingresso em Programas de Pós Graduação *Stricto Sensu* em Educação Física e áreas correlatas.

Importante destacar que os cursos *Lato Sensu* são tradicionalmente oferecidos na FEFD desde 1997, nas áreas de Academia de Ginástica; Educação Física Escolar; Lazer e Educação; e Atividade Física, Saúde e Educação, totalizando mais de 200 especialistas formados e com pesquisas monográficas realizadas.

A rica experiência no *Lato Sensu* da FEFD com os cursos de Educação Física Escolar tem contribuído para o desenvolvimento regional, principalmente na área de Educação Física Escolar, além de fortalecer os grupos de pesquisa da área sócio-pedagógica da FEFD. Da mesma maneira, o curso de Especialização em Intervenção Profissional em Academia de Ginástica e o de Especialização em Atividade Física, Saúde e Educação que já foram oferecidos na unidade possibilitaram equipar os laboratórios de pesquisa e fortalecer os grupos de estudo da área de Biodinâmica do Movimento Humano, cujas linhas de pesquisa enfocam conhecimentos relacionados com o campo da Atividade Física e Saúde.

A FEFD, com o oferecimento do curso de Especialização em Treinamento de Força, dá continuidade ao processo de consolidação dos grupos de pesquisa no campo da Biodinâmica. Além

de proporcionar capacitação profissional aos alunos, o curso estimulará a interação e cooperação entre docentes, o fortalecimento e ampliação das linhas de pesquisa e a produção de conhecimento, principalmente no grupo de pesquisadores da área de Biodinâmica, favorecendo a implantação de um curso de mestrado *Stricto Sensu* em Educação Física. Nesse sentido, existe previsão de ingresso subsequente de estudantes também para os anos de 2020, 2022 e 2024. Tal necessidade justifica-se no fato de termos uma demanda reprimida de profissionais que buscam especializar-se na área do Treinamento de Força, para além disso, existe apenas um outro curso com características similares que ocorre na Universidade de Brasília, porém a distância e o custo para se manter na cidade inviabilizam a participação de muitos estudantes residentes em Goiânia e arredores.

5. CARACTERIZAÇÃO DO CURSO

5.1. Clientela Alvo: Graduados em Licenciatura e Bacharelado em Educação Física, Esporte e áreas afins.

5.2. Carga Horária Total: 364 horas

5.3. Tipo de Ensino: Presencial () Semi-Presencial () À Distância

5.4. Periodicidade da Oferta: Anual () Bianual Semestral () Outra ()

5.5. Período de Realização: primeira entrada de 14/09/2018 a 31/03/2020 N° de meses: 18; segunda entrada de 22/05/2020 a 22/11/2021

5.6. Turno: sexta das 18h – 22h e sábado das 08:00 às 12:00 horas e das 14:00 às 18:00 horas, quinzenalmente.

5.7. Número de Vagas: 60 em cada entrada.

5.8. Local onde as aulas serão ministradas: Faculdade de Educação Física e Dança

6. PROPOSTA COM PREVISÃO DE FINANCIAMENTO DO CURSO?

Sim Não

Se a resposta for “Sim”, informar:

- ❖ **Identificação do Contrato:**
- ❖ **N° do processo na UFG:**
- ❖ **Órgão proponente:**
- ❖ **Forma de repasse de recursos financeiros à UFG:**

7. GESTÃO FINANCEIRA

Pró-Reitoria de Administração e Finanças

(X) **Fundação de Apoio**

Se for Fundação de Apoio informar:

- ❖ **Nome da Fundação de Apoio:**
- ❖ **Previsão de ingresso anual subsequente de estudantes: (se houver)**
 - a. **1º ano: 2018**
 - b. **2º ano: 2020**
 - c. **---**

8. ESTRUTURA E FUNCIONAMENTO DO CURSO

8.1. DO PROCESSO DE SELEÇÃO

8.1.1 O Processo de seleção, inscrição e matrícula será executado de acordo com o Edital de seleção elaborado pela Coordenação do curso e aprovado pela Unidade Acadêmica responsável.

8.1.2. As inscrições referentes a primeira entrada de alunos serão realizadas no período de 16/07/2018 a 09/08/2018, via formulário eletrônico acessado no site: <http://pos.fefd.ufg.br/>. As inscrições para a segunda entrada de alunos serão definidas a posteriori.

8.1.2.1. Serão necessárias as seguintes informações para preenchimento do formulário: Nome, endereço, telefone fixo, celular, filiação, naturalidade, data de nascimento, sexo, título eleitoral, RG, CPF, Graduação.

8.1.2.2. Ao preencher e enviar o formulário de inscrição, o candidato concorda com as normas de seleção adotadas pelo Curso de Especialização em Treinamento de Força da Faculdade de Educação Física e Dança da UFG.

8.1.2.3. Para confirmar a inscrição no processo seletivo o candidato deverá pagar a taxa de inscrição (R\$ 100,00) por meio de uma guia de recolhimento que será enviada pela secretaria no e-mail do candidato, após o preenchimento do formulário eletrônico.

8.1.2.4. As informações prestadas no ato da inscrição serão de inteira responsabilidade do candidato, dispondo a instituição do direito de excluir do processo seletivo aquele que não preencher o formulário de forma completa e/ou que fornecer dados comprovadamente inverídicos.

8.1.3. O processo de seleção ao Curso de Especialização em Treinamento de Força será desenvolvido por uma Comissão de Seleção, designada pelo Conselho Diretor da Faculdade de Educação Física e Dança da UFG, de acordo com o regulamento do curso e com os procedimentos definidos neste Edital.

8.1.4. O processo de seleção será desenvolvido na Faculdade de Educação Física e Dança da UFG, em local a ser definido e divulgado pela Comissão de Seleção.

8.1.5. A seleção constará de uma avaliação na área de Biodinâmica do Movimento Humano.

8.1.6. A avaliação de que trata o item 8.1.5 deste projeto será eliminatória e classificatória.

8.1.7. A avaliação receberá um valor entre zero (0) e cem (100).

8.1.8. A avaliação do processo seletivo referente a primeira entrada de alunos (prova escrita) ocorrerá no dia 18/08/2018 das 09:00 às 11:00 horas. A avaliação do processo seletivo referente a segunda entrada de alunos será definida a posteriori.

8.1.9. Para fazer a prova escrita, o candidato deverá apresentar o documento de identificação pessoal indicado no formulário de inscrição.

8.1.10. Não haverá segunda chamada ou repetição da avaliação.

8.1.11. O não comparecimento do candidato ao exame caracterizará desistência do mesmo e resultará na sua eliminação do processo seletivo.

8.1.12. A classificação do candidato dependerá de sua nota na prova escrita.

8.1.13. Em caso de empate na nota da prova, a classificação ordinal será feita de acordo com a idade dos candidatos, da maior para a menor.

8.1.14. O resultado final do processo seletivo referente aos alunos da primeira entrada será homologado pelo Conselho Diretor da Faculdade de Educação Física e Dança/UFG e fixado no (s)

quadro (s) de aviso da secretaria e divulgado por meio eletrônico na página <http://pos.fefd.ufg.br/>, em 25/08/2018. O resultado final do processo seletivo referente aos alunos da segunda entrada será definido a posteriori.

8.1.15. Da divulgação final do resultado do processo seletivo constará o nome de todos os candidatos, com exceção daqueles considerados desistentes, bem como suas respectivas notas.

8.1.16. O número de vagas será de 60 (sessenta), sujeito à alteração conforme plano de trabalho aprovado para esta turma, incluídos os dez por cento (10%) destinadas a servidores da UFG.

8.2. Cronograma de Realização de Disciplinas dos alunos da primeira entrada. O cronograma de disciplinas dos alunos da segunda entrada será definido a posteriori.

Disciplinas	Período	Local onde será realizado a aula
Treinamento de força e pesquisas científicas	14/09/2018 a 14/09/2018	Auditório FEFD
Adaptações Cardiovasculares induzidas pelo Treinamento de Força	28/09/2018 a 29/09/2018	Auditório FEFD
Adaptações Neuro-musculares induzidas pelo Treinamento de Força	05/10/2018 a 06/10/2018	Auditório FEFD
Tendências atuais relacionadas ao treinamento, desempenho e saúde	19/10/2018 a 20/10/2018	Auditório FEFD
Biomecânica	09/11/2018 a 10/11/2018	Auditório FEFD
Bioquímica e Exercício	23/11/2018 a 24/11/2018	Auditório FEFD
Biomecânica	07/12/2018 a 08/12/2018	Auditório FEFD
Nutrição e exercício	08/02/2019 a 09/02/2019	Auditório FEFD
Metodologia da Pesquisa Científica	22/02/2019 a 23/02/2019	Auditório FEFD
Nutrição e exercício	15/03/2019 a 16/03/2019	Auditório FEFD
Medidas e avaliação aplicadas ao treinamento de força	29/03/2019 a 30/03/2019	Auditório FEFD
Bases científicas do treinamento de força	12/04/2019 a 13/04/2019	Auditório FEFD
Bioestatística	26/04/2019 a 27/04/2019	Auditório FEFD
Bases científicas do treinamento de força	10/05/2019 a 11/05/2019	Auditório FEFD
Metodologia da Pesquisa Científica	31/05/2019 a 01/06/2019	Auditório FEFD
Treinamento de força aplicado a populações especiais	14/06/2019 a 15/06/2019	Auditório FEFD

Treinamento de força: corpo, saúde e estética	28/06/2019 a 29/06/2019	Auditório FEFD
Treinamento de força aplicado a populações especiais	02/08/2019 a 03/08/2019	Auditório FEFD
Treinamento de força aplicado a populações especiais	16/08/2019 a 17/08/2019	Auditório FEFD
Treinamento de força aplicado a populações especiais	30/08/2019 a 31/08/2019	Auditório FEFD
Treinamento de força aplicado a populações especiais	20/09/2019 a 21/09/2019	Auditório FEFD
Tendências atuais relacionadas ao treinamento, desempenho e saúde	04/10/2019 a 05/10/2019	Auditório FEFD
Tendências atuais relacionadas ao treinamento, desempenho e saúde	18/10/2019 a 19/10/2019	Auditório FEFD
Gestão aplicada ao treinamento personalizado	08/11/2019 a 09/11/2019	Auditório FEFD
Metodologia da Pesquisa Científica	22/11/2019 a 23/11/2019	Auditório FEFD

8.3. Previsão de Período de realização do trabalho de conclusão do Curso dos alunos da primeira entrada (O período de realização do trabalho de conclusão dos alunos da segunda entrada será definido a posteriori).

Até 31/03/2020.

8.4 Estrutura Curricular (preenchimento obrigatório de todas as colunas) dos alunos da primeira entrada. O cronograma da Estrutura Curricular dos alunos da segunda entrada será definido a posteriori.

Disciplinas	Carga Horária				Docente Responsável e Participantes	Titulação	CPF de docente EXTERNO À UFG	IES onde está atuando
	T	P	Total	CH por docente				
Treinamento de força e pesquisas científicas	4	0	4	4	Martim Francisco Bottaro Marques	Dr.	316.253.551-49	UnB
Adaptações Cardiovasculares induzidas pelo Treinamento de Força	10	5	15	15	Cláudio André Barbosa de Lira	Dr.		UFG
Adaptações Neuro-musculares induzidas pelo Treinamento de Força	10	5	15	15	Amilton Vieira	Dr.	217.335.678-01	UnB
Bioquímica e Exercício	15	0	15	15	Cláudio André Barbosa de Lira	Dr.		UFG
Biomecânica	20	10	30	15 15	Mário Hebling Campos Fernanda Grazielle da Silva Azevedo Nora	Dr. Dra.		UFG UFG
Nutrição e Exercício	25	5	30	15 15	Maria Sebastiana Silva Gustavo Pimentel	Dra. Dr.		UFG UFG
Bases Científicas do Treinamento de Força	20	10	30	30	Paulo Roberto Viana Gentil	Dr.		UFG
Medidas e avaliação aplicadas ao treinamento de força	10	5	15	15	Carlos Alexandre Vieira	Dr.		UFG
Treinamento de força aplicado a populações especiais	60	15	75	15 15 15 15 15	Paulo Roberto Viana Gentil Juliana Alves Carneiro Carlos Alexandre Vieira Rodrigo Souza Celes Eduardo Lusa Cadore	Dr. Ms. Dr. Dr.	701.048.911-49 941.985.860-04	UFG UFG UnB UFRGS
Treinamento de força: corpo, saúde e estética Força	10	5	15	15	Tadeu João Ribeiro Baptista	Dr.		UFG
Metodologia da Pesquisa Científica	30	15	45	15 30	Carlos Alexandre Vieira Mário Hebling Campos	Dr. Dr.		UFG UFG
Bioestatística	10	5	15	15	Gustavo de Conti Teixeira Costa	Dr.		UFG
Tendências atuais relacionadas ao treinamento, desempenho e saúde	30	15	45	15 15 15	João Batista Ferreira Júnior Fabrício Del Vecchio Saulo Sampaio Soares	Dr. Dr. Ms..	048.517.266-60 215.829.628-39 015.092.295-74	IFSM UFPEL UnB

Gestão aplicada ao treinamento personalizado	10	5	15	15	Wanderson Nogueira	Ms.		Personal Trainer
--	----	---	----	----	--------------------	-----	--	------------------

Resumo

Nº total de professores: 18

Nº de professores doutores: 15

Nº de professores mestres: 3

Nº de professores especialistas: 0

Nº de professores de outras instituições: 8

Porcentagem de carga horária de professor da UFG: 70,1%

Porcentagem de carga horária de professor externo: 29,9%

8.5 Relação dos Docentes e respectivos Links dos Currículos Lattes na Base de Dados do CNPq (www.cnpq.br).

Nome do Curso: Treinamento de Força

Coordenador(a): Carlos Alexandre Vieira

Subcoordenador (a): Mário Hebling Campos

ORDEM	DOCENTES	TITULAÇÃO	LINKS CURRICULUM LATTES
1	Carlos Alexandre Vieira	Dr.	http://lattes.cnpq.br/9938400037921472
2	Mário Hebling Campos	Dr.	http://lattes.cnpq.br/7453152742646125
3	Claudio Andre Barbosa de Lira	Dr.	http://lattes.cnpq.br/3289964716112944
4	Paulo Gentil	Dr.	http://lattes.cnpq.br/1035626376037407
5	Fernanda Grazielle da Silva Azevedo Nora	Dra.	http://lattes.cnpq.br/8031963003997806
6	Maria Sebastiana Silva	Dra.	http://lattes.cnpq.br/1329422634395496
7	Gustavo Pimentel	Dr.	http://lattes.cnpq.br/2291502930022342
8	Tadeu João Ribeiro Baptista	Dr.	http://lattes.cnpq.br/9002864045147738
9	Gustavo de Conti Teixeira Costa	Dr.	http://lattes.cnpq.br/9537322186772529
10	João Batista Ferreira Júnior	Dr.	http://lattes.cnpq.br/8388444271024838
11	Eduardo Cadore	Dr.	http://lattes.cnpq.br/3081925668583886
12	Martim Bottaro	Dr.	http://lattes.cnpq.br/8352652260448205
13	Amilton Vieira	Dr.	http://lattes.cnpq.br/2655981698975093
14	Fabrizio Boscolo Del Vecchio	Dr.	http://lattes.cnpq.br/4479595583234972
15	Rodrigo Souza Celes	Dr.	http://lattes.cnpq.br/3418816397734888
16	Juliana Carneiro	Ms.	http://lattes.cnpq.br/8696147331750260
17	Saulo Soares	Ms.	http://lattes.cnpq.br/0134405797355153
18	Wanderson Nogueira	Ms.	http://lattes.cnpq.br/0008332355625532

9. DISCIPLINAS

9.1. Apresentação das Disciplinas

Nome da Disciplina: Treinamento de força e pesquisas científicas.

Carga horária: 4 horas

Ementa

Novas perspectivas científicas sobre o treinamento de força. Apresentar o panorama nacional e internacional das pesquisas científicas relacionadas ao treinamento de força.

Metodologia

Apresentação do panorama, nacional/internacional, das pesquisas científicas relacionadas ao treinamento de força por meio de uma palestra com um convidado de renome internacional. Após a apresentação será aberto aos alunos um momento para reflexão e debate sobre as possibilidades futuras de pesquisas na área. O processo avaliativo será por meio de um trabalho individual e/ou coletivos sobre a temática em questão.

Bibliografia básica

FLECK, S.J.; KRAEMER, W.J. Fundamentos do treinamento de força muscular. São Paulo: Artmed, 2002.

FLECK, S.J.; SIMÃO, R.; Força. Princípios Metodológicos do Treinamento. São Paulo: Editora Phorte, 2008.

GENTIL, P. Bases Científicas do Treinamento de Hipertrofia. Rio de Janeiro: Ed. Sprint, 2 edição, 2009.

Bibliografia complementar

ACSM. Manual de pesquisa das diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição. 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

ACSM. Teste de Esforço e Prescrição de Exercício. 5 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.

GOBBI, S.; VILLAR, R.; ZAGO, A.S. Bases Teórico-Práticas do Condicionamento Físico. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

BROOKS, D. S. O Livro Completo para o Treinamento Personalizado. São Paulo: Editora Phorte, 2008.

Nome da Disciplina: Adaptações Cardiovasculares induzidas pelo Treinamento de Força

Carga horária: 15 horas

Ementa

Fisiologia do sistema cardiovascular, respostas e adaptações fisiológicas ao exercício aeróbio. Métodos de avaliação do desempenho aeróbio.

Metodologia

- Aulas expositivas.
- Discussões em grupo
- Utilização de recursos audiovisuais.
- Estudos dirigidos.
- Pesquisas de artigos científicos.

Bibliografia básica

ACSM. Diretrizes do ACSM para os Testes de Esforços Sua Prescrição, 8ª. Ed., 2011, Ed. Guanabara-Koogan.

FOSS, M. L.; KETEYIAN, S. J. Bases Fisiológicas do Exercício e do Esporte, 6. Ed., 2000, Ed. Guanabara Koogan.

POWERS, S. K.; HOWLEY, E.T. Fisiologia do exercício: Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho, 6ª Ed., 2009, Ed. Manole.

Bibliografia complementar

GARBER, C. E.; BLISSMER, B.; DESCHENES, M.R.; FRANKLIN, B.A.; LAMONTE, M.J.; LEE, I.M.; NIEMAN, D.C.; SWAIN, D.P. American College of Sports Medicine. American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. Med Sci Sports Exerc. 2011 Jul;43(7):1334-59.

MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. Fisiologia Do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano, 7ª. Ed., 2011. Ed. Guanabara Koogan.

MOOREN, F. C.; VÖLKER, K. Fisiologia do Exercício Molecular e Celular. Ed. Santos, 2012.

NEDER, J. A.; NERY, L. E. Fisiologia Clínica do Exercício: Teoria e Prática, 2003, Ed. Artes Médicas.

WASSERMAN, K.; HANSEN, J.E.; SUE, D.Y.; STRINGER, W.W.; SIETSEMA, K.; SUN, X.G.; WHIPP, B.J. Principles of Exercise Testing and Interpretation: Including Pathophysiology and Clinical Applications, 5a. Ed., 2011, Ed. Lippincott Williams & Wilkins.

WILMORE, J.H., DAVID, L.; COSTILL, L. W. K. Fisiologia do Esporte e do Exercício, 4ª Ed., 2010.

Nome da Disciplina: Adaptações Neuro-Musculares induzidas pelo Treinamento de Força
Carga horária: 15 horas

Ementa

Fisiologia do sistema neuro-muscular, respostas e adaptações fisiológicas ao treinamento de força.

Metodologia

- Aulas expositivas.
- Discussões em grupo
- Utilização de recursos audiovisuais.
- Estudos dirigidos.
- Pesquisas de artigos científicos.

Bibliografia básica

ACSM. Diretrizes do ACSM para os Testes de Esforços Sua Prescrição, 8ª. Ed., 2011, Ed. Guanabara-Koogan.

FOSS, M. L.; KETEYIAN, S. J. Bases Fisiológicas do Exercício e do Esporte, 6. Ed., 2000, Ed. Guanabara Koogan.

POWERS, S. K.; HOWLEY, E.T. Fisiologia do exercício: Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho, 6ª Ed., 2009, Ed. Manole.

Bibliografia complementar

GARBER, C. E.; BLISSMER, B.; DESCHENES, M.R.; FRANKLIN, B.A.; LAMONTE, M.J.; LEE, I.M.; NIEMAN, D.C.; SWAIN, D.P. American College of Sports Medicine. American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. Med Sci Sports Exerc. 2011 Jul;43(7):1334-59.

MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. Fisiologia Do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano, 7ª. Ed., 2011. Ed. Guanabara Koogan.

MOOREN, F. C.; VÖLKER, K. Fisiologia do Exercício Molecular e Celular. Ed. Santos, 2012.

NEDER, J. A.; NERY, L. E. Fisiologia Clínica do Exercício: Teoria e Prática, 2003, Ed. Artes Médicas.

WASSERMAN, K.; HANSEN, J.E.; SUE, D.Y.; STRINGER, W.W.; SIETSEMA, K.; SUN, X.G.; WHIPP, B.J. Principles of Exercise Testing and Interpretation: Including Pathophysiology and Clinical Applications, 5a. Ed., 2011, Ed. Lippincott Williams & Wilkins.

WILMORE, J.H., DAVID, L.; COSTILL, L. W. K. Fisiologia do Esporte e do Exercício, 4ª Ed., 2010.

Nome da Disciplina: Bioquímica e Exercício

Carga horária: 15 horas

Ementa

Metabolismo aeróbico: ácidos graxos, respiração celular e fosforilação oxidativa; espécies reativas de oxigênio; papel dos aminoácidos no metabolismo oxidativo. Bioquímica da contração muscular: metabolismo anaeróbico (fosfocreatina e glicogênio). Aspectos bioquímicos da ação hormonal e integração metabólica.

Metodologia

- Aulas expositivas.
- Discussões em grupo
- Utilização de recursos audiovisuais.
- Estudos dirigidos.
- Pesquisas de artigos científicos.

Bibliografia básica

CAMPBELL, Mary K. **Bioquímica**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000. xxiii, 752 p.

MARZZOCO, Anita; TORRES, Bayardo Baptista (Autor). **Bioquímica básica**. 3. ed. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, 2007. xii, 386 p. + 1 CD-ROM.

LEHNINGER, Albert Lester; NELSON, David L.; COX, Michael M. **Princípios de bioquímica**. 3. ed. São Paulo: Sarvier, 2002. 975 p.

Bibliografia complementar

MAUGHAN, Ron J.; GLEESON, Michael; GREENHAFF, Paul L. **Bioquímica do exercício e treinamento**. São Paulo: Manole, 2000. 240 p.

PRATT, Charlotte W.; CORNELLY, Kathleen. **Bioquímica essencial**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, 2006. 716 p.

Nome da Disciplina: Biomecânica

Carga horária: 30 horas

Ementa

Anatomia e Cinesiologia da coluna vertebral, membros superiores e membros inferiores. Exercícios de estabilização da coluna vertebral. Biomecânica da Postura. Métodos de avaliação postural. Técnicas de Levantamento de cargas. Biomecânica aplicada aos exercícios de musculação. Biomecânica das técnicas esportivas. Métodos de análise Biomecânica do Movimento Humano: Eletromiografia. Cinemetria. Dinamometria. Antropometria.

Metodologia

- Aulas expositivas.
- Discussões em grupo
- Utilização de recursos audiovisuais.
- Estudos dirigidos.

- Pesquisas de artigos científicos.
- Experimentos em laboratório
- Vivência de exercícios

Bibliografia básica

HALL, S. Biomecânica Básica. Barueri, SP: Manole. 5 ed. 2009.

HAMILL, J.; KNUTZEN, K. M. Bases Biomecânicas do Movimento Humano. Barueri, SP: Manole. 2ed. 2008.

McGINNIS, P. M. Biomecânica do Esporte e Exercício. Porto Alegre: Artmed. 2002.

NIGG, B. M.; HERZOG, W. Biomechanics of the musculo-eskeletal system. Chichester: England. 2007.

VIEL, E. Marcha Humana, a corrida e o salto: Biomecânica, investigações, normas e disfunções. Barueri: Manole. 2001.

NORDIN, M.; FRANKEL, V. H. Biomecânica do Sistema Musculoesquelético. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.

Bibliografia complementar

HALLIDAY, D.; RESNICK, R.; WALKER, J. Fundamentos de Física Volume 1: Mecânica. Rio de Janeiro – RJ: LTC Editora. 7ed. 2006.

KAPANDJI, I. A. Fisiologia Articular. São Paulo: Panamericana, 2007.

MOORE, K. L.; DALLEY A. F. Anatomia orientada para a clínica. 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

OKUNO, E.; FRATIN, L. Desvendando a Física do Corpo Humano: Biomecânica. São Paulo: Manole, 2003.

PANJABI, M. M.; WHITE, A. A. Biomechanics in the musculoskeletal system. Pennsylvania: Churchill Livingstone. 2001.

RASCH, P. Cinesiologia e Anatomia aplicada. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 1991.

Nome da Disciplina: Nutrição e Exercício

Carga horária: 30 horas

Ementa

Aspectos nutricionais e funcionais dos alimentos. Determinantes do comportamento alimentar, transtornos alimentares e suas consequências à saúde. Aspectos nutricionais aplicados ao treinamento de força: suplementação, desempenho e saúde.

Metodologia

- Aulas expositivas.
- Discussões em grupo
- Utilização de recursos audiovisuais.
- Estudos dirigidos.
- Pesquisas de artigos científicos.

Bibliografia básica

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Controle do peso corporal composição corporal, atividade física e nutrição 2. Ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003. ISBN 858525338X.
LANCHA JR, A. H.; PEREIRA-LANCHA, L. O. Nutrição e metabolismo: aplicados à atividade motora. 2 ed. Atheneu: São Paulo. 2012. ISBN: 978-85-388-0216-7.
MONTEIRO, J. P. Consumo Alimentar - visualizando porções. Série Nutrição e Metabolismo. Guanabara Koogan: Rio de Janeiro. 2007. ISBN: 9788527712590.

Bibliografia complementar

BIESEK, S.; ALVES, L. A.; GUERRA, I. Estratégias de nutrição e suplementação no esporte. Barueri, SP: Manole, 2005. ISBN 8520417450.
BROUNS, F. Fundamentos de nutrição para os desportos 2 Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 2005. ISBN 8527708795.
DE ANGELIS, R. C.; TIRAPÉGUI, J. Fisiologia da nutrição humana: aspectos básicos, aplicados e funcionais. Atheneu. 2007. ISBN-10: 8573799110.
NABHOLZ, T. V.. Nutrição esportiva aspectos relacionados à suplementação nutricional. Sao Paulo: Sarvier, 2007. ISBN 9788573781726.
SHILS, M. E.; SHIKE, M.; ROSS, A. C.; CABALLERO, B.; COUSINS, R. J. Nutrição moderna na saúde e na doença. Manole: São Paulo. 2009.

Nome da Disciplina: Bases Científicas do Treinamento de Força

Carga horária: 30 horas

Ementa

Estudo sobre os avanços científicos do treinamento resistido voltado para a hipertrofia muscular analisando princípios básicos como: fisiologia muscular, adaptações morfológicas, volume e intensidade de treino (séries, repetições, intervalo de recuperação, entre outras), métodos de treino e elaboração do treinamento.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas teórico-práticas As discussões teóricas serão balizadas no conhecimento produzido em periódicos científicos atuais, livros e outros materiais que possam auxiliar a construir ações que possibilitem ampliar esse conhecimento, como também a partir da experimentação, problematização dos conteúdos e aulas práticas. O processo avaliativo será por meio de provas e/ou trabalhos individuais e/ou coletivos que contemplem os conteúdos abordados na disciplina.

Bibliografia básica

- FLECK, S.J.; KRAEMER, W.J. Fundamentos do treinamento de força muscular. São Paulo: Artmed, 2002.
- FLECK, S.J.; SIMÃO, R.; Força. Princípios Metodológicos do Treinamento. São Paulo: Editora Phorte, 2008.
- GENTIL, P. Bases Científicas do Treinamento de Hipertrofia. Rio de Janeiro: Ed. Sprint, 2 edição, 2009.

Bibliografia complementar

- ACSM. Manual de pesquisa das diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição. 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- ACSM. Teste de Esforço e Prescrição de Exercício. 5 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.
- GOBBI, S.; VILLAR, R.; ZAGO, A.S. Bases Teórico-Práticas do Condicionamento Físico. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
- BROOKS, D. S. O Livro Completo para o Treinamento Personalizado. São Paulo: Editora Phorte, 2008.

Nome da Disciplina: Medidas e Avaliação aplicadas ao Treinamento de Força

Carga horária: 15 horas

Ementa

Apropriar-se dos conteúdos teóricos e metodológicos relacionados à produção de conhecimentos vinculados aos conteúdos da cineantropometria, e suas interfaces com o treinamento de força.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas presenciais teóricas e práticas. As discussões teóricas serão balizadas no conhecimento produzido em periódicos científicos atuais e livros para construção de uma visão ampliada dos conteúdos. O processo avaliativo será por meio de provas e/ou trabalhos individuais e/ou coletivos que contemplem os conteúdos abordados na disciplina.

Bibliografia básica

- ACSM. **Manual de pesquisa das diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição.** 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- HEYWARD, V.H.; STOLARCZYK, L.M. **Avaliação da composição corporal aplicada.** São Paulo: Manole, 2000.
- MALINA, R.M.; BOUCHARD, C. **Atividade física do atleta jovem: do crescimento à maturação.** São Paulo: Roca, 2002

Bibliografia Complementar

- ACSM. **Teste de esforço e prescrição de exercício.** 5 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.
- ACSM. **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição.** 7ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.
- BORG, G. **Escalas de Borg para a dor e o esforço percebido.** São Paulo: Manole, 2000.
- BOUCHARD, C. **Atividade física e obesidade.** 1ed. São Paulo: Manole, 2003.
- BROWN, L.E. **Treinamento de força.** National Strength and Conditioning Association (NSCA). Barueri, SP: Manole, 2008

Nome da Disciplina: Treinamento de Força aplicado a populações especiais

Carga horária: 75 horas

Ementa

Programas de treinamento de força para populações especiais. Efeitos dos exercícios aplicados à crianças, jovens, adultos, idosos, câncer, diabetes, obesidade e doenças cardiovasculares.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas teórico-práticas. As discussões teóricas serão balizadas no conhecimento produzido em periódicos científicos atuais, livros e outros materiais que possam auxiliar a construir ações que possibilitem ampliar esse conhecimento, como também a partir da experimentação e problematização dos conteúdos. O processo avaliativo será por meio de provas e/ou trabalhos individuais e/ou coletivos que contemplem os conteúdos abordados na disciplina.

Bibliografia básica

BATTAGLINI, C.; BOTTARO, M.; DENNEHY, C.; BARFOOT, D.; SHIELDS, E.; KIRK, D.; HACKNEY, A.C. Efeitos do treinamento de resistência na força muscular e níveis de fadiga em pacientes com câncer de mama. Rev Bras Med Esporte. 12(3):mai/jun, 2006.
MALINA, R.M.; BOUCHARD, C. Atividade física do atleta jovem: do crescimento à maturação. São Paulo: Roca, 2002.
ACSM. Teste de Esforço e Prescrição de Exercício. 5 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.
DALLA DÉA, V.H.S.; DUARTE, E. Síndrome de Down: Informações, Caminhos e histórias de Amor. São Paulo: Phorte, 2009.
DUARTE, E E TOSHIMA, S.L. Atividade Física para Pessoas com Necessidades Especiais: Experiências e Intervenções Pedagógicas. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2003
GORGATTI, M. G.; COSTA, R. F (Org). Atividade Física Adaptada: Qualidade de Vida para Pessoas com Necessidades Especiais. Barueri, SP: Manole, 2005.
MAUERBERG, E. Atividade Física Adaptada. Ribeirão Preto, SP: Novo Conceito Editora, 2011.
SPIRDUSO, W.W. Dimensões Físicas do Envelhecimento. Editora Manole, 1º Edição; 2005.

Bibliografia Complementar

BRASIL, Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. TNM: classificação de tumores malignos. 6.ed. Rio de Janeiro: INCA, 2004.
BRASIL, Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Estimativa 2010: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2009.
BRASIL, Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. ABC do câncer: abordagens básicas para o controle do câncer. 2ed. rev. e atual. Rio de Janeiro: INCA, 2012.
IRWIN, L.M. (ORG). ACSM's Guide to exercise and cancer survivorship. Champaign, IL: Human Kinetics, 2012.

Nome da Disciplina: Treinamento de força: corpo, saúde e estética.

Carga horária: 15 horas

Ementa

Estudos sobre saúde, estética e trabalho e suas relações com o treinamento de força, tendo o corpo como elemento articulador. Concepções estéticas e beleza e suas implicações para a saúde e para o trabalho do professor.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas presenciais teóricas. As discussões teóricas serão balizadas no conhecimento produzido em periódicos científicos atuais e livros para construção de uma visão ampliada dos conteúdos. O processo avaliativo será por meio de provas e/ou trabalhos individuais e/ou coletivos que contemplem os conteúdos abordados na disciplina.

Bibliografia básica

BAPTISTA, Tadeu João Ribeiro. Educação do corpo: produção e reprodução. Tese (Doutorado em Educação). Goiânia: UFG, 2007. 150 fl.

BAPTISTA, Tadeu João Ribeiro. Procurando o Lado Escuro da Lua: implicações sociais da prática de atividades corporais realizadas por adultos em academias de ginástica de Goiânia. Dissertação (Mestrado em Educação) Goiânia: UFG, 2001. 201 fl.

CANGUILHEM, Georges. O Normal e o Patológico. 6. ed. rev. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2006.

FURTADO, Roberto Pereira. Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. Revista Pensar a Prática. v.12, n.1, 2009.

_____. Novas tecnologias e novas formas de organização do trabalho do professor nas academias de ginástica. Revista Pensar a Prática. v. 10, n.2, 2007.

_____. O não-lugar do professor de educação física em academias de ginástica. Dissertação (Mestrado em Educação). Goiânia: UFG, 2007.

GONÇALVES, Aguinaldo. Conhecendo e discutindo saúde coletiva e atividade física. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.

GONÇALVES, Aguinaldo; VILARTA, Roberto (Org.). Qualidade de Vida e Atividade Física: explorando teoria e prática. Barueri: Manole, 2004.

Bibliografia Complementar

DE PELLEGRIN, Ana. Filosofia, estética e educação: a dança como construção social e prática educativa. Tese de doutorado. Campinas, UNICAMP, 2007.

MASCARENHAS, Fernando; VIEIRA, Carlos Alexandre; MARQUES, Taianne Marya Alves; BORGES, Paulo José Albino; SILVA, Bruno de Oliveira; SANTOS, Willian Batista dos.

Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande indústria do fitness: o caso curves Brasil. Revista Pensar a Prática. v.10, n.2, 2007.

VAZ, Alexandre Fernandez. Corpo, espetáculo, fetichismo: questões para a compreensão do movimento da indústria cultural hoje. In: DURÃO, Fábio Akcelrud; VAZ, Alexandre Fernandez (Org). A indústria cultural hoje. São Paulo: Boitempo, 2008.

_____. Dor e tecnificação no contemporâneo culto ao corpo. Revista Pensar a Prática, v.10, n.2, 2007.

SÁNCHEZ VÁZQUEZ, Adolfo. Convite à estética. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1999.

Nome da Disciplina: Metodologia da Pesquisa Científica

Carga horária: 45 horas

Ementa

Apresentação e análise dos projetos de pesquisa. Discussão sobre os fundamentos teórico-metodológicos de cada projeto e suas relações com a área de investigação. Adequação às diretrizes e normas para elaboração de trabalhos científicos. Redação Científica. Recursos para pesquisa em bases de dados.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas presenciais teóricas. As discussões teóricas serão balizadas no conhecimento produzido em periódicos científicos atuais e livros para construção de uma visão ampliada dos conteúdos. O processo avaliativo será por meio de apresentação de seminários de projetos de pesquisa.

Bibliografia básica

NETO, V. M. (org.). A pesquisa qualitativa na Educação Física. Porto Alegre: Sulina, 1999.
ECO, U. Como se faz uma tese. 11 Ed. São Paulo: Perspectiva, 1994.
POPPER, K. A lógica da pesquisa científica. 9 ed. São Paulo: Cultrix, 1993.
SEVERINO, A. J. Metodologia do Trabalho Científico. 20ª ed. São Paulo: Cortez, 1996.
THOMAS, J.R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. Métodos de pesquisa em atividade física. Porto Alegre: Artmed, 2011.
TRIVIÑOS Augusto N. S. Introdução à Pesquisa em Ciências Sociais: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo. Editora Atlas S/A. 1987.
VIEIRA, S. Introdução à Bioestatística. 2008. 4ed. Ed Elsevier.

Bibliografia Complementar

BEAUD, M. Arte da Tese: como redigir uma tese de mestrado ou de doutorado, uma monografia ou qualquer outro trabalho universitário. 2ª Ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1997.
MYNAIO, M. C. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. Rio de Janeiro/São Paulo: ABRASCO–HUCITEC, 1992.

Nome da Disciplina: Bioestatística

Carga horária: 15 horas

Ementa

Conceitos básicos de Estatística. Planejamento de estudos na área da saúde. Análise descritiva de dados. Probabilidade e aplicações. Modelos probabilísticos e aplicações. Inferência estatística. Testes de significância para comparar dois grupos. Intervalos de confiança para comparar dois grupos. Noções sobre técnicas estatísticas extensivamente usadas na área da saúde.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas presenciais teóricas. As discussões teóricas serão balizadas no conhecimento produzido em periódicos científicos atuais e livros para construção de uma visão ampliada dos conteúdos. O processo avaliativo será por meio de provas e/ou apresentação de trabalhos.

Bibliografia básica

SIQUEIRA, A. L.; TIBÚRCIO, J. D. Estatística na Área da Saúde: conceitos, metodologia, aplicações e prática computacional. Belo Horizonte: Coopmed, 2011.

PAGANO, M.; GAUVREAU, K. Princípios de Bioestatística. 2. ed. São Paulo: Pioneira Thompson Learning, 2004.

VIEIRA, S. Introdução à Bioestatística. 2008. 4ed. Ed Elsevier.

Bibliografia Complementar

ALMEIDA FILHO, N.; ROUQUAYROL, M. Z. Introdução à Epidemiologia. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

TRIOLA, M. F. Introdução à Estatística. 10. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2011.

Nome da Disciplina: Tendências atuais relacionadas ao treinamento, desempenho e saúde.

Carga horária: 45 horas

Ementa

Novas perspectivas científicas sobre o treinamento voltado para crianças, jovens, adultos e idosos, bem como populações especiais, no âmbito da saúde ou do desempenho.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas teórico-práticas, com professores especialistas nas diferentes áreas relacionadas ao treinamento, apresentando temas atuais e relevantes a área do treinamento. As discussões teóricas serão balizadas no conhecimento produzido em periódicos científicos atuais, livros e outros materiais que possam auxiliar a construir ações que possibilitem ampliar esse conhecimento, como também a partir da experimentação, problematização dos conteúdos e aulas práticas. O processo avaliativo será por meio de provas e/ou trabalhos individuais e/ou coletivos que contemplem os conteúdos abordados na disciplina.

Bibliografia básica

FLECK, S.J.; KRAEMER, W.J. Fundamentos do treinamento de força muscular. São Paulo: Artmed, 2002.

FLECK, S.J.; SIMÃO, R.; Força. Princípios Metodológicos do Treinamento. São Paulo: Editora Phorte, 2008.

GENTIL, P. Bases Científicas do Treinamento de Hipertrofia. Rio de Janeiro: Ed. Sprint, 2 edição, 2009.

Bibliografia complementar

ACSM. Manual de pesquisa das diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição. 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

ACSM. Teste de Esforço e Prescrição de Exercício. 5 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.

GOBBI, S.; VILLAR, R.; ZAGO, A.S. Bases Teórico-Práticas do Condicionamento Físico. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

BROOKS, D. S. O Livro Completo para o Treinamento Personalizado. São Paulo: Editora Phorte, 2008.

Nome da Disciplina: Gestão aplicada ao treinamento personalizado.

Carga horária: 15 horas

Ementa

Captação e gestão de clientes, estratégias de negócios, relação interpessoal e retenção de alunos, contratos e prestação de serviços, estrutura financeira e ferramentas tecnológicas.

Metodologia

O conteúdo será desenvolvido em aulas teórico-práticas, com professores especialistas nas diferentes áreas relacionadas a gestão do treinamento personalizado. O processo avaliativo será por meio de provas e/ou trabalhos individuais e/ou coletivos que contemplem os conteúdos abordados na disciplina.

Bibliografia básica

SANTOS, Edno Oliveira. Administração Financeira da pequena e média empresa. São Paulo: Editora Atlas, segunda edição, 2010.

BRASIL. Sebrae. Caderno Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas: Diário do Comércio e Indústria, São Paulo, 28/09/ 2006.

Bibliografia complementar

JÄRVINEN, J.; KARJALUOTO, H. “The use of Web analytics for digital marketing performance measurement.” *Industrial Marketing Management*, v. 50, p. 117-127, 2015.

GABRIEL, Martha. Marketing na era digital. São Paulo: Novatec, 2010.

TURCHI, Sandra. Estratégias de marketing digital e e-commerce. São Paulo: Atlas, 2012.

OKADA, S. I., SOUZA, E. M. S. Estratégias de marketing digital na era da busca. *Revista Brasileira de Marketing*, v.10, n.1, p 46-72. 2011.

KOTLER, Philip; ARMSTRONG, Gary. Princípios de marketing. 15. ed. São Paulo: Person Educacional do Brasil, 2015.