

Programa Analítico de Disciplina

EFI 319 - Fisiologia Aplicada aos Esportes

Departamento de Educação Física - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde

Catálogo: 2019

Número de créditos: 2
Carga horária semestral: 30h
Carga horária semanal teórica: 1h
Carga horária semanal prática: 1h
Semestres: II

Objetivos

Não definidos

Ementa

Diagnósticos das qualidades físicas principais dos esportes. Avaliação física nos esportes. Fisiologia do futebol. Fisiologia do vôlei. Fisiologia da corrida. Fisiologia do basquetebol. Fisiologia do ciclismo. Fisiologia do triátlon. Fisiologia do tênis. Overtraining. Ambientes especiais de treinamento: calor, frio e altitude.

Pré e co-requisitos

EFI 218 e EFI 318

Oferecimentos obrigatórios

Não definidos

Oferecimentos optativos

Curso	Grupo de optativas
Educação Física - Bacharelado	Geral

EFI 319 - Fisiologia Aplicada aos Esportes

Conteúdo					
Unidade	T	P	ED	Pj	To
1. Diagnósticos das qualidades físicas principais dos esportes	1h	0h	0h	0h	1h
2. Avaliação física nos esportes	1h	0h	0h	0h	1h
3. Fisiologia do futebol	1h	0h	0h	0h	1h
4. Fisiologia do vôlei	1h	0h	0h	0h	1h
5. Fisiologia da corrida	1h	0h	0h	0h	1h
6. Fisiologia do basquetebol	1h	0h	0h	0h	1h
7. Fisiologia do ciclismo	1h	0h	0h	0h	1h
8. Fisiologia do triátlon	1h	0h	0h	0h	1h
9. Fisiologia do tênis	1h	0h	0h	0h	1h
10. Overtraining	1h	0h	0h	0h	1h
11. Ambientes especiais de treinamento: calor, frio e altitude	5h	0h	0h	0h	5h
12. Avaliação física nos esportes	0h	2h	0h	0h	2h
13. Fisiologia do futebol	0h	4h	0h	0h	4h
14. Fisiologia do vôlei	0h	1h	0h	0h	1h
15. Fisiologia da corrida	0h	2h	0h	0h	2h
16. Fisiologia do basquetebol	0h	2h	0h	0h	2h
17. Fisiologia do triátlon	0h	2h	0h	0h	2h
18. Fisiologia do tênis	0h	2h	0h	0h	2h
Total	15h	15h	0h	0h	30h

(T)Teórica; (P)Prática; (ED)Estudo Dirigido; (Pj)Projeto; Total(To)

Planejamento pedagógico	
Carga horária	Itens
Teórica	Não definidos
Prática	Não definidos
Estudo Dirigido	Não definidos
Projeto	Não definidos
Recursos auxiliares	Não definidos

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: GRUV.K1EB.J9I3

EFI 319 - Fisiologia Aplicada aos Esportes

Bibliografias básicas

Descrição	Exemplares
GARRET, W.; KIRKENDALL, D. A ciência do exercício e dos esportes. Porto Alegre: Artmed, 2003.	0
KRAEMER, W.; HÄKKINEN. Treinamento de força para o esporte. Porto Alegre: Artmed, 2004.	0
MARINS, J.; SÉRGIO, R. G. Manual de avaliação e prescrição de atividade física. Rio de Janeiro: SHAPE, 2003.	0
McARDLE, W.; KATCH, F. & KATCH, V. Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano. Rio de Janeiro: Guanabara, 1992.	0

Bibliografias complementares

Descrição	Exemplares
AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. Manual de pesquisa das diretrizes do ACMS para os testes de esforço e sua prescrição. Rio de Janeiro: Guanabara, 2003.	0
DANTAS, E. A prática da preparação física. Rio de Janeiro: Shape, 2008.	0
POWERS, S.; HOWLEY, E. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desenvolvimento. São Paulo: Manole, 2000.	0
ROBERGS, R.; ROBERTS, S. Fisiologia do exercício para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Editora Phorte, 2002.	0
WEINECK, J. Biologia do esporte. São Paulo: Manole, 1991.	0
WEINECK, J. Treinamento ideal. São Paulo: Manole, 1999.	0
WILMORE, J.; COSTIL, D. Fisiologia do esporte e do exercício. São Paulo: Manole, 2001.	0