



DEPARTAMENTO DE BIOCÊNCIAS

Disciplina: FISILOGIA DO EXERCÍCIO II

Código: EFF470

Carga Horária Semanal: Teórica: Prática: horas Total: 60h

Número de Créditos:04 Período:

Pré/co-requisitos: (-)

PLANO DE CURSO

EMENTA:

Estudos da Fisiologia Humana quando em movimento contínuo, intermitente e de intensidade e duração variáveis e a análise dos efeitos estruturais e funcionais de adaptação do indivíduos sadios.

OBJETIVOS GERAIS:

A revisão dos princípios da fisiologia do exercício, suas aplicações ao treinamento desportivo e implicações práticas colocará o aluno em condições de melhor lidar com o treinamento de indivíduos sadios.

PROGRAMA

Unidades

Conteúdo

METODOLOGIA:

Aulas teóricas-expositivas ; teórico-práticas; seminários.

AVALIAÇÃO:

BIBLIOGRAFIA:

FOX, Bowers e FOSS . Base fisiológicas da Educação Física e dos Desportos. 4ª edição, Guanabara, RJ 1991

WERNECK, J. Biologia do Esporte. Manole , SP 1991.