



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

<b>Ano</b>	2023
<b>Tp. Período</b>	Anual
<b>Curso</b>	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)
<b>Disciplina</b>	3266 - INTRODUCAO A FISILOGIA DO EXERCICIO
<b>Turma</b>	EFI

**Carga Horária:** 68

## PLANO DE ENSINO

### EMENTA

Estudo dos princípios teórico-práticos da fisiologia do exercício clássica e moderna. Análise dos processos metabólicos associados a alterações orgânicas que ocorrem durante o exercício físico.

### I. Objetivos

Estudar e compreender os princípios teórico-práticos da fisiologia do exercício/atividade física e sua interação com os sistemas corporais.

### II. Programa

- I. Importância do conhecimento do funcionamento do corpo para o profissional de educação física e seu papel na prevenção de doenças, promoção e educação para saúde. Revisão de Bioenergética
- II. Sistema Nervoso e o controle do corpo (sensibilidade e motricidade): Sistema Nervoso Central e Periférico
- III. Fisiologia do Sistema Cardiovascular (Sistema circulatório aberto e fechado; Ciclo Cardíaco; Sistema Vascular; Pressão Arterial)
- IV. Fisiologia do Sistema Respiratório (Mecânica Respiratória; Trocas Gasosas)
- V. Fisiologia do Sistema muscular esquelético (Contração Muscular; Propriedades Mecânicas do Sistema Muscular Esquelético/Metabolismo energético).
- VI. Fisiologia Endócrina (Síntese hormonal; Mecanismos de ação hormonal; Glândulas e seus respectivos hormônios)
- VII. Fisiologia Renal (Líquidos corporais; Sistema ácido-básico; Filtração glomerular, Reabsorção e secreção; Balanço de íons e nutrientes)
- VIII. Fisiologia Digestória (Estrutura e função; o do Trato Gastrointestinal, Motilidade)

### III. Metodologia de Ensino

Aulas teóricas presenciais e remotas e aulas práticas.

### IV. Formas de Avaliação

Provas e trabalhos: Provas escritas, apresentação de trabalhos, participação em atividades práticas e em estudos experimentais. Avaliações práticas: As atividades práticas constarão de trabalhos individuais ou em grupos que integrarão todos os bimestres avaliativos (preparação, execução e apresentação de estudos experimentais em grupos)  
Exame: Avaliação cumulativa - todos os conteúdos ministrados.

### V. Bibliografia

#### Básica

- GUYTON, A.C.; HALL, J.E. Tratado de Fisiologia Médica. 12. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011 GUYTON, A.C. e Hall J.E.– Tratado de Fisiologia Médica. Editora Elsevier. 13ª ed., 2017.
- MCARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. Fisiologia do exercício, energia, nutrição e desempenho humano. 5ª.ed. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara Koogan, 2003.
- MCARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. Fisiologia do exercício. Energia, nutrição e desempenho humano. 3ª.ed. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara Koogan, 1992.
- CAMERON, L. C.; MACHADO, Marco. Tópicos avançados em bioquímica do exercício. Rio de Janeiro: Shape, 2004. LEHNINGER, Albert L.; NELSON, David L.; COX, Michael M. Princípios de bioquímica. 5. ed São Paulo: Sarvier, 2011. MAUGHAN R.J.; GLEESON, Michael; GREENHAFF, Paul L. Bioquímica do exercício e treinamento. São Paulo: Manole, 2000. MAUGHAN RJ, SHIRREFFS SM. Biochemistry of exercise IX. Human Kinetics, 1996.
- MCARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. Fisiologia do exercício, energia, nutrição e desempenho humano. 5ª.ed. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara Koogan, 2003.

#### Complementar

- NEGRÃO, C.; BARRETO, A. Cardiologia do exercício. São Paulo: Manole, 2005.
- OLIVEIRA, M.; NÓBREGA, A. Tópicos especiais em medicina do esporte. São Paulo: Atheneu, 2003. WILMORE, J.; COSTILL, D. Fisiologia do esporte e do exercício. São Paulo: Manole, 2001.
- FOSS, M.; KETEVIAN, S. Bases fisiológicas do exercício e do esporte. 6ª.ed. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara Koogan, 2000.
- HOWLEY, E.; POWERS, S. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. São Paulo: Manole, 2000.
- MCARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. Fisiologia do exercício. Energia, nutrição e desempenho humano. 3ª.ed. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara Koogan, 1992.
- CADERNOS DE REFERÊNCIA DE ESPORTE. Fisiologia do exercício. Brasília: Fundação Vale, UNESCO, vol 2, 74 p., 2013. Acesso em janeiro de 2015.

### APROVAÇÃO



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

<b>Ano</b>	2023	
<b>Tp. Período</b>	Anual	
<b>Curso</b>	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)	
<b>Disciplina</b>	3266 - INTRODUCAO A FISILOGIA DO EXERCICIO	<b>Carga Horária:</b> 68
<b>Turma</b>	EFI	

## PLANO DE ENSINO

**Inspetoria:** DEDUF/G  
**Tp. Documento:** Ata Departamental  
**Documento:** 01  
**Data:** 17/05/2023