



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

Ano	2023
Tp. Período	Anual
Curso	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)
Disciplina	3266 - INTRODUÇÃO A FISILOGIA DO EXERCÍCIO
Turma	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 R.J., SHIRREFFS S.M. 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.; KETEYIAN, 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

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

PLANO DE ENSINO

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