



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

|             |                                                       |
|-------------|-------------------------------------------------------|
| Ano         | 2012                                                  |
| Tp. Período | Anual                                                 |
| Curso       | EDUCAÇÃO FÍSICA - Licenciatura (080/I)                |
| Disciplina  | 0691/I - FISIOLOGIA HUMANA APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA |
| Turma       | EFI/I-A                                               |
| Local       | IRATI                                                 |

|                 |    |
|-----------------|----|
| Carga Horária:  | 68 |
| C. Horár. Ext.: | 0  |

## PLANO DE ENSINO

### EMENTA

Características gerais do funcionamento de células, tecidos e sistemas orgânicos: digestório, muscular, cardiorespiratório, nervoso, endócrino. Noções gerais de sistemas energéticos.

### I. Objetivos

&#9679;Introduzir a Fisiologia Humana;  
&#9679;Compreender a fisiologia dos sistemas digestório, muscular, cardiorespiratório, nervoso e endócrino;  
&#9679;Explicar os sistemas de energia utilizados durante a prática de exercícios.  
&#9679;Compreender o corpo humano como um todo e suas funções correlacionadas atividade física.

### II. Programa

&#9679;Introdução à Fisiologia Humana  
&#9679;Fisiologia do Sistema Digestório  
&#9679;Fisiologia do Sistema Muscular  
&#9679;Fisiologia do Sistema Vascular  
&#9679;Fisiologia do Sistema Urinário  
&#9679;Fisiologia do Sistema Respiratório  
&#9679;Fisiologia do Sistema Nervoso  
&#9679;Fisiologia do Sistema Endócrino  
&#9679;Sistemas Energéticos

### III. Metodologia de Ensino

-Aula expositiva interativa  
-Estudo de texto (capítulos de livro e artigos)  
-Estudo dirigido (reforço de conteúdos)  
-Seminário (apresentação de artigo)  
-Mesa redonda (debate sobre conteúdos teóricos/práticos)  
-Aulas práticas (laboratório, academia, quadras esportivas, pista)  
-Aulas práticas em diferentes ambientes do ensino da Educação Física

### IV. Formas de Avaliação

A avaliação implicará no acompanhamento constante do processo de construção do conhecimento do aluno, que ocorre de forma interativa, envolvendo professor, colegas e todo tipo de fonte de informações que enriqueça a incorporação ativa do conhecimento (expresso, em síntese, nos objetivos e conteúdos desse plano de ensino).

Os instrumentos de avaliação a serem utilizados são os seguintes:

- 1-Dois testes do conteúdo desenvolvido durante cada semestre de forma individual e sem consulta;
- 2-Trabalhos individuais e/ou pequenos grupos (teóricos/práticos) sobre os temas do programa.

Serão levados em conta, na atribuição das notas: o conteúdo dos trabalhos organizados na totalidade, consistência, descrição clara e objetiva, apresentado com capricho; a presença e participação efetiva do aluno às aulas, sua permanência e contribuições nas aulas, a pontualidade na entrega das tarefas, a clareza e capricho dos textos escritos, além do domínio de conteúdo nas questões dos testes.

### V. Bibliografia

#### Básica

GUYTON, A. C and HALL J. Tratado de fisiologia médica..10. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.  
GUYTON, A. C. Fisiologia humana e mecanismos das doenças. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1993.  
GUYTON, A. C. Fisiologia humana. 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1988.  
MACEY, R. I. Fisiologia humana. São Paulo: Edgard Blücher Ltda, 1974.  
MAMUS R, SANTOS MG. Efeitos bioquímicos da suplementação de carboidratos após uma competição simulada de Short Duathlon Terrestre. Rev Port Cien Desp 6(1) 29–37, 2007.  
McARDLE,W.D.; KATCH, F.L. & KATCH, V.L. Fisiologia do exercício, energia, nutrição e desempenho. 5 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.  
MONTEIRO, W. D.; FARINATTI, P. de T. V. Fisiologia e avaliação funcional. 4. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.  
ROBERGS RA, GHIASVAND F AND PARKER D. Biochemistry of exercise-induced metabolic acidosis. Am J Physiol Regul Integr



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

|                    |                                                      |                          |
|--------------------|------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>Ano</b>         | 2012                                                 |                          |
| <b>Tp. Período</b> | Anual                                                |                          |
| <b>Curso</b>       | EDUCAÇÃO FÍSICA - Licenciatura (080/I)               |                          |
| <b>Disciplina</b>  | 0691/I - FISILOGIA HUMANA APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA | <b>Carga Horária:</b> 68 |
|                    |                                                      | <b>C. Horár. Ext.:</b> 0 |
| <b>Turma</b>       | EFI/I-A                                              |                          |
| <b>Local</b>       | IRATI                                                |                          |

## PLANO DE ENSINO

Comp Physiol 287: R502–R516, 2004.

ROBERGS RA, ROBERTS SO. Fisiologia do exercício para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte, 2002

ROSSI L, TIRAPEGUI J. Aspectos atuais sobre exercício físico, fadiga e nutrição. Rev. paul. Educ. Fís., São Paulo, 13(1): 67-82, jan./jun. 1999.

WILMORE, Jack H.; COSTILL, David L. Fisiologia do esporte e do exercício. 2. ed Barueri: Manole, 2001.

### Complementar

---

### APROVAÇÃO

**Inspetoria:** DEFISIO/G

**Tp. Documento:** Ata Departamental

**Documento:** 05

**Data:** 25/03/2013