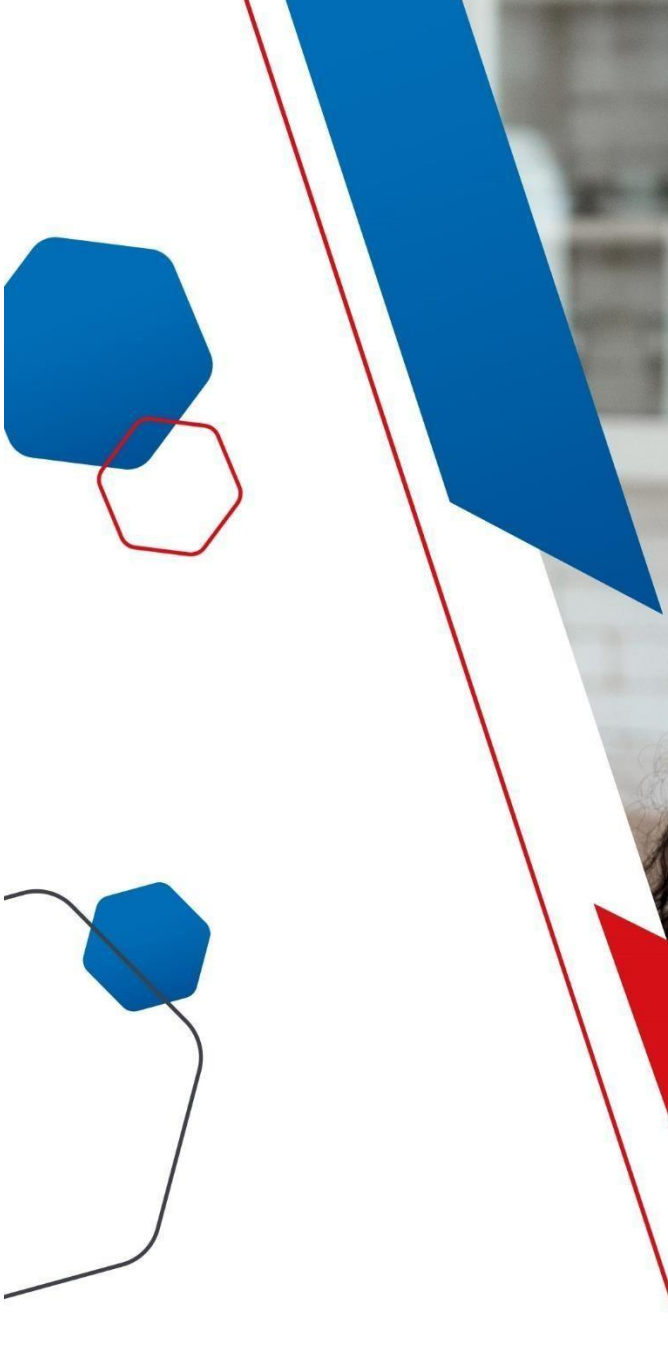
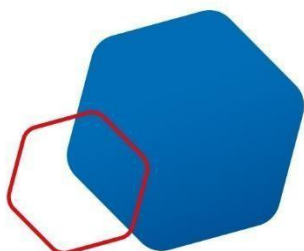




GUIA DE PERCURSO

U unopar





Guia de percurso

2026.1

EDUCAÇÃO FÍSICA -
BACHARELADO



SUMÁRIO

1 APRESENTAÇÃO DO CURSO	5
OBJETIVOS DO CURSO.....	5
PERFIL DO EGRESSO.....	6
2 ORGANIZAÇÃO DO CURSO	8
ATIVIDADES DISPONÍVEIS NO AVA	8
SISTEMA DE AVALIAÇÃO	8
ARTICULAÇÃO TEORIA E PRÁTICA.....	8
ATIVIDADES PRÁTICAS	9
EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA	9
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO.....	10
ESTÁGIO CURRICULAR NÃO OBRIGATÓRIO	10
ESTÁGIO CURRICULAR OBRIGATÓRIO	10
ATIVIDADES COMPLEMENTARES OBRIGATÓRIAS - ACO	11
3 APOIO AOS ESTUDOS.....	12
4 MATRIZ CURRICULAR E EMENTÁRIO.....	13
MATRIZ CURRICULAR.....	13
EMENTÁRIO.....	Erro! Indicador não definido.

CARO(A) ESTUDANTE,

Seja bem-vindo(a)!

Iniciando a sua trajetória acadêmica, é importante que você receba as informações acerca da organização do seu curso, bem como dos espaços pelos quais sua jornada se concretizará.

No intuito de orientá-lo, apresentamos neste Guia de Percurso informações objetivas sobre o funcionamento do seu curso e suas especificidades.

Desejamos a você uma ótima leitura e um excelente período de estudos.

Coordenação do Curso

1 APRESENTAÇÃO DO CURSO

O Curso é ofertado somente no formato semipresencial, com atividades presenciais realizadas no polo de apoio presencial, com conteúdo didático digital, atividades no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA), com o suporte dos mediadores e dos docentes das disciplinas. Consulte o polo de apoio para receber mais informações sobre o modelo de oferta do seu Curso.

Embora você tenha autonomia para decidir quando e onde estudar, recomendamos que crie um cronograma de estudos para melhor uso do seu tempo. Você contará com o suporte dos mediadores e dos docentes das disciplinas, viabilizadas por meio do AVA.

O Curso cumpre integralmente ao que é estabelecido na Legislação Nacional vigente, em relação às competências e aos conteúdos obrigatórios estabelecidos para o perfil profissional e quanto ao uso de recursos tecnológicos como viabilizador do processo didático-pedagógico.

OBJETIVOS DO CURSO

O curso tem como objetivo principal, formar um profissional de Educação Física generalista, crítico, reflexivo, propositivo, humanístico e dinâmico, para atuar no contexto socioeconômico do país, sendo um profissional e um cidadão comprometido com os interesses e desafios da sociedade contemporânea e capaz de acompanhar a evolução científica e tecnológica da Educação Física, mantendo adequado padrão de ética profissional, conduta moral e respeito ao ser humano.

Objetivos específicos:

- I) Desenvolver projetos e atividades para aproximá-lo da comunidade regional na qual ele irá se inserir profissionalmente;

- II) Capacitar o egresso no desenvolvimento políticas e programas de saúde na atenção básica, secundária e terciária em saúde, saúde coletiva, Sistema Único de Saúde e suas dimensões e implicações biológica, psicológica, sociológica, cultural e pedagógica da saúde, na integração ensino, serviço e comunidade, na gestão em saúde desenvolvendo os objetivos, conteúdos, métodos e avaliação de projetos e programas de Educação Física na saúde;
- III) Desenvolver o egresso para atuar com treinamento esportivo em suas dimensões e implicações biológica, psicológica, sociológica, cultural e pedagógica do esporte, na gestão do esporte desenvolvendo os objetivos, conteúdos, métodos e avaliação de projetos e programas de esporte; e
- IV) Habilitar o egresso na construção de políticas e programas de cultura e de lazer, na gestão de cultura e de lazer, na avaliação e intervenção nas dimensões e implicações biológica, psicológica, sociológica, cultural e pedagógica do lazer, desenvolvendo objetivos, conteúdos, métodos e avaliação de projetos e programas de Educação Física na cultura e no lazer.

PERFIL DO EGRESSO

O curso, por meio do modelo acadêmico e da proposta de organização curricular, busca que você seja um profissional que, de acordo com as determinações legais, apresente valores, competências e habilidades necessários para atuação nos diferentes campos de abrangência da profissão, estando apto a:

I. Atuar com os conhecimentos conceituais, procedimentais e atitudinais específicos da Educação Física e aqueles advindos das ciências afins, orientados por valores sociais, morais, éticos e estéticos próprios de uma sociedade plural e democrática;

II. Desenvolver pesquisas, conhecer, compreender, analisar e avaliar a realidade social para nela intervir acadêmica e profissionalmente, por meio das manifestações e expressões da motricidade humana e movimento humano, cultura do movimento corporal, atividades físicas, tematizadas, com foco nas diferentes formas e modalidades do exercício físico, da ginástica, do jogo, do esporte, das lutas, da dança, visando à formação, à ampliação e enriquecimento cultural da sociedade para a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável;

III. Atuar acadêmica e profissionalmente de forma fundamentada, deliberada, planejada e eticamente balizada nos campos da prevenção, promoção, proteção e reabilitação da saúde;

IV. Atuar acadêmica e profissionalmente de forma fundamentada, deliberada, planejada e eticamente balizada em todas as manifestações do esporte e considerar a relevância social, cultural e econômica do alto rendimento esportivo;

V. Atuar acadêmica e profissionalmente de forma fundamentada, deliberada, planejada e eticamente balizada no campo da cultura e do lazer;

VI. Participar, assessorar, coordenar, liderar e gerenciar equipes multiprofissionais de discussão, de definição, de planejamento e de operacionalização de políticas públicas e institucionais nos campos da saúde, do lazer, do esporte, da educação não escolar, da segurança, do urbanismo, do ambiente, da cultura, do trabalho, dentre outros;

VII. Diagnosticar os interesses, as expectativas e as necessidades das pessoas (crianças, jovens, adultos, idosos, pessoas com deficiência, de grupos e comunidades especiais) de modo a planejar, prescrever, orientar, assessorar, supervisionar, controlar e avaliar projetos e programas de atividades físicas e/ou esportivas e/ou de cultura e de lazer;

VIII. Conhecer, dominar, produzir, selecionar, e avaliar diferentes técnicas, instrumentos, equipamentos, procedimentos e metodologias para a intervenção acadêmico profissional em Educação Física nos seus diversos campos de intervenção, exceto no magistério da Educação Básica;

IX. Acompanhar as transformações acadêmico-científicas da Educação Física e de áreas afins, mediante a análise crítica da literatura especializada com o propósito de contínua atualização acadêmico-profissional; e

X. Utilizar recursos da tecnologia da informação e da comunicação, de forma a ampliar e diversificar as maneiras de interagir com as fontes de produção e de difusão de conhecimentos específicos da Educação Física e de áreas afins, com o propósito de contínua atualização acadêmico-profissional.

2 ORGANIZAÇÃO DO CURSO

ATIVIDADES DISPONÍVEIS NO AVA

O desenvolvimento das disciplinas ocorre conforme o Calendário Acadêmico, observando a linha do tempo, disponível no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) que você irá acessar com seu *login* e sua senha exclusivos.

O material didático, é fundamental para a realização das atividades programadas além de ser componente obrigatório das provas. Sempre que necessitar de orientações para a realização das atividades propostas, você poderá entrar em contato com o seu mediador.

Você também pode consultar o detalhamento destas atividades no Manual Acadêmico disponível no AVA.

SISTEMA DE AVALIAÇÃO

No sistema de Avaliação, cada disciplina possui um nível que determina quais atividades valem pontos e a quantidade total de pontos disponíveis.

Para entender cada uma dessas atividades, quanto vale e os critérios de avaliação, veja os detalhes no Manual da Avaliação disponível no AVA.

Acesse sempre a linha do tempo, disponível em seu AVA, para organizar a sua rotina de estudo e se preparar para todas as atividades previstas no curso.

ARTICULAÇÃO TEORIA E PRÁTICA

A estruturação curricular do curso prevê a articulação entre a teoria e a prática, com o objetivo de possibilitar a aplicabilidade dos conceitos teóricos das disciplinas, por meio de vivência de situações inerentes ao campo profissional, contribuindo para o desenvolvimento das competências e habilidades necessárias para sua atuação nas áreas da futura profissão.

ATIVIDADES PRÁTICAS

No intuito de cumprir os objetivos de ensino e de aprendizagem relacionados às disciplinas com carga horária prática, serão desenvolvidas atividades de aprendizagem e aprimoramento profissional, que poderão ocorrer dentro e/ou fora das instalações do seu polo, de acordo com a natureza de cada curso.

Os locais e recursos destinados ao desenvolvimento dos conteúdos práticos podem ser disponibilizados em: bibliotecas, laboratórios, clínicas, núcleos profissionalizantes específicos e por meio de objetos de aprendizagem digitais, que contextualizam o conteúdo e desenvolvem as competências estabelecidas para o componente curricular.

Os objetos de aprendizagem são recursos didáticos pedagógicos que compreendem os simuladores educacionais, os softwares e as estratégias audiovisuais que proporcionam uma ênfase no uso de Tecnologias da Informação e da Comunicação (TICs), permitindo a você uma experiência acadêmica focada na realidade do mercado de trabalho.

EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

As atividades extensionistas são componentes obrigatórios, conforme estabelecido pela Legislação.

Têm como finalidade articular os conteúdos teóricos em aplicações práticas, por meio de ações voltadas à sociedade, tendo como premissa, o atendimento das necessidades locais, de forma integrada e multidisciplinar, envolvendo a comunidade acadêmica.

Você terá a oportunidade de desenvolver projetos com ações comunitárias a partir de um problema local, vinculado a um dos Programas de Extensão Institucional, a saber: atendimento à comunidade; ação e difusão cultural, inovação e empreendedorismo, e sustentabilidade.

As ações extensionistas serão realizadas presencialmente, baseadas nas especificidades regionais escolhidas por você. As orientações de funcionamento da extensão estarão disponíveis no AVA e terão suporte de mediadores e professores.

Você terá a oportunidade de colocar a “mão na massa” e compartilhar conhecimentos e competências que você já desenvolveu no seu curso!

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

O Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) constitui um componente curricular de pesquisa e sistematização do conhecimento, prevendo produção textual e apresentação oral.

As atividades do TCC são definidas em manual específico, disponibilizado no AVA, com as orientações necessárias para o desenvolvimento do trabalho.

A realização com êxito do TCC, bem como dos demais componentes da Matriz Curricular é condição para que você conclua o seu curso e receba o tão sonhado Diploma de Curso Superior.

ESTÁGIO CURRICULAR NÃO OBRIGATÓRIO

No seu percurso acadêmico, você poderá realizar o Estágio Curricular Não Obrigatório, que tem como objetivo desenvolver atividades extracurriculares que proporcionem o inter-relacionamento dos conhecimentos teóricos e práticos adquiridos durante o curso.

Esse estágio pode ser realizado no setor privado, em entidades e órgãos de administração pública, instituições de ensino e/ou pesquisa em geral, por meio de um termo de compromisso, desde que traga vivência efetiva de situações reais de trabalho e ofereça o acompanhamento e orientação de um profissional qualificado.

ESTÁGIO CURRICULAR OBRIGATÓRIO

Considera-se Estágio Curricular Obrigatório as atividades eminentemente pedagógicas, previstas na matriz curricular do curso, tendo como finalidade articular os estudos teóricos e práticos.

As atividades do Estágio Curricular Obrigatório são definidas em Plano de Trabalho específico, disponibilizado no AVA, assim como o Manual do Estágio e demais orientações e documentos necessários.

Você deverá realizar o Estágio Curricular Obrigatório em local que disponibilize funções compatíveis com o perfil profissional previsto no curso e que seja previamente cadastrado junto à Instituição de Ensino.

ATIVIDADES COMPLEMENTARES OBRIGATÓRIAS - ACO

As Atividades Complementares Obrigatórias (ACO) são componentes curriculares obrigatórios, que permitem diversificar e enriquecer sua formação acadêmica e se efetivam por meio de experiências ou vivências do aluno, durante o período de integralização do curso, contemplando atividades que promovam a formação geral, como também a específica, ampliando suas chances de sucesso no mercado de trabalho.

Alguns exemplos de modalidades de ACO são: estágio curricular não obrigatório, visitas técnicas, monitoria acadêmica, programa de iniciação científica, participação em cursos, palestras, conferências e outros eventos acadêmicos, relacionados ao curso.

Recomendamos que você se organize e vá realizando as atividades, aos poucos, em cada semestre.

3 APOIO AOS ESTUDOS

Para que você organize seus estudos, é necessário que tenha disciplina, responsabilidade e administre seu tempo com eficiência no cumprimento das atividades propostas.

Para apoiá-lo, disponibilizamos no AVA os manuais abaixo:

- **Manual da Avaliação:** descreve o modelo de avaliação, as atividades previstas por tipo de disciplina, como obter pontuação e os critérios de aprovação.
- **Manual Acadêmico:** detalha o sistema acadêmico, as atividades a serem realizadas, o sistema de avaliação, procedimentos acadêmicos, atendimento ao estudante e outros serviços de apoio. É o documento que deve guiar sua vida acadêmica, pois contém todas as informações necessárias do ingresso no curso à formatura.
- **Guia de Orientação de Extensão:** orienta a realização das atividades extensionistas, detalhando o objetivo, as ações, operacionalização dos projetos, entrega e critérios de avaliação.

Consulte também em seu AVA:

- **Biblioteca Virtual:** disponibiliza diversos materiais que vão desde os livros didáticos, periódicos científicos, revistas, livros de literatura disponíveis nas diversas bases de dados nacionais e internacionais.
- **Avaliação Institucional:** anualmente, o aluno é convidado a participar da avaliação institucional, mediante questionários que são disponibilizados em seu AVA. O acadêmico avalia a instituição, o curso, os docentes, os mediadores, o material didático, a tecnologia adotada, entre outros aspectos. Os resultados possibilitam ações corretivas e qualitativas dos processos, envolvendo todos os setores da Instituição.

4 MATRIZ CURRICULAR E EMENTÁRIO

MATRIZ CURRICULAR

ETAPA	DISCIPLINA	TOTAL
1	INTRODUÇÃO À EDUCAÇÃO FÍSICA	60
1	INTRODUÇÃO À BIOLOGIA CELULAR E DO DESENVOLVIMENTO	60
1	BASES DA ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE	60
1	FUNDAMENTOS DOS MOVIMENTOS BÁSICOS	60
1	APTIDÃO FÍSICA, SAÚDE E ESPORTE	60
2	SUPORTE BÁSICO DE VIDA E PRIMEIROS SOCORROS	60
2	BIOQUÍMICA APLICADA À SAÚDE	60
2	ANATOMOFISIOLOGIA DO APARELHO NEUROLOCOMOTOR	60
2	BRINCADEIRAS E E-GAMES	60
2	QUALIDADE DE VIDA E EDUCAÇÃO FÍSICA	60
3	ANATOMOFISIOLOGIA DO CORPO HUMANO	60
3	CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA	60
3	CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO HUMANO	60
3	APRENDIZAGEM MOTORA E PSICOMOTRICIDADE	60
3	EXPRESSÃO CORPORAL E DANÇA	60
3	CULTURA CORPORAL DO MOVIMENTO	60
3	RELAÇÕES ÉTNICO-RACIAIS, DIREITOS HUMANOS E EDUCAÇÃO AMBIENTAL	60
3	PROJETO DE EXTENSÃO I - EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO	100
4	ATIVIDADES ALTERNATIVAS E MEIO AMBIENTE	60
4	INTRODUÇÃO AOS ESPORTES	60
4	ATIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS	60
4	FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO E BASES NUTRICIONAIS	60
4	BIOINFORMAÇÃO E TECNOLOGIAS DIGITAIS PARA EDUCAÇÃO FÍSICA	60
4	PRÁTICAS ESPORTIVAS	60
4	MEDIDAS E AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA	60
4	PENSAMENTO CIENTÍFICO	60
5	FUNDAMENTOS DA INICIAÇÃO ESPORTIVA	60
5	FUNDAMENTOS DO TREINAMENTO ESPORTIVO	60
5	ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA	60
5	LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA	60
5	PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO	40
5	ADMINISTRAÇÃO E MARKETING ESPORTIVO	40
5	RECREAÇÃO E LAZER	60

5	PROJETO DE EXTENSÃO II - EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO	100
6	ATIVIDADES FÍSICAS EM ACADEMIAS	60
6	ESTÁGIO EM EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO I	210
6	PROJETO DE EXTENSÃO III - EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO	120
7	METODOLOGIA DO ENSINO DE ESPORTES AQUÁTICOS	60
7	TREINAMENTO PERSONALIZADO	40
7	PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS PARA GRUPOS ESPECIAIS	60
7	ESTÁGIO EM EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO II	210
8	ATIVIDADE FÍSICA NA EMPRESA	60
8	TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO	40
8	ESTÁGIO EM EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO III	220
	ATIVIDADES COMPLEMENTARES OBRIGATÓRIAS - ACO	40

EMENTÁRIO

1º SEMESTRE

INTRODUÇÃO À EDUCAÇÃO FÍSICA:

Bioética e Educação Física. Características da profissão. O que é Educação Física. Possibilidades de atuação.

INTRODUÇÃO À BIOLOGIA CELULAR E DO DESENVOLVIMENTO:

Embriologia básica. Introdução à citologia. Introdução à genética. Organelas citoplasmáticas e alterações celulares.

BASES DA ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE:

Benefícios da atividade física na saúde. Promoção da saúde. Risco à saúde: o uso de substâncias ilícitas.

FUNDAMENTOS DOS MOVIMENTOS BÁSICOS:

Corporeidade e motricidade humana. Movimentos básicos do atletismo. Movimentos básicos do ser humano. Movimentos básicos ginásticos.

APTIDÃO FÍSICA, SAÚDE E ESPORTE:

Conceitos de aptidão física, saúde e esporte. Inter-relações entre aptidão física, saúde e esporte. Aptidão física relacionada à saúde e ao alto rendimento. Dimensões, morfológica, funcional-motora e comportamental. Princípios do metabolismo do trabalho muscular. O profissional de Educação Física e seu papel na saúde e no treinamento.

2º SEMESTRE

SUORTE BÁSICO DE VIDA E PRIMEIROS SOCORROS:

Atendimentos em casos de emergências clínicas. Atendimentos nas emergências de trauma com abordagem do A-B-C-D-E do trauma. Primeiros socorros e noções básicas de anatomia e fisiologia humana. Procedimentos gerais e suporte básico de vida.

BIOQUÍMICA APLICADA À SAÚDE:

Água, aminoácidos, peptídeos e proteínas. Carboidratos. Lipídeos e o ciclo do ácido cítrico. Vitaminas e minerais.

ANATOMOFISIOLOGIA DO APARELHO NEUROLOCOMOTOR:

Anatomia do sistema articular. Anatomia e fisiologia do sistema muscular. Anatomia e fisiologia dos sistemas nervoso central e periférico. Conceitos gerais da anatomia e fisiologia do sistema ósseo.

BRINCADEIRAS E E-GAMES:

Brincadeiras, jogos e a criatividade. Brinquedos e brincadeiras. Jogos. Jogos eletrônicos.

QUALIDADE DE VIDA E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Intervenção em educação física. Introdução à qualidade de vida. Outros aspectos da qualidade de vida. Qualidade de vida no trabalho.

3º SEMESTRE

ANATOMOFISIOLOGIA DO CORPO HUMANO:

Histologia, anatomia e fisiologia do sistema circulatório. Histologia, anatomia e fisiologia do sistema renal. Histologia, anatomia e fisiologia dos sistemas endócrino e reprodutor. Histologia, anatomia e fisiologia dos sistemas respiratório e digestório.

CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA:

Cinesiologia e biomecânica do movimento humano: membros inferiores e sistema locomotor. Cinesiologia e biomecânica do movimento humano: membros superiores, tronco e coluna vertebral. Conceitos e princípios cinesiológicos e biomecânicos do movimento humano. Marcha humana e movimentos no meio fluido.

CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO HUMANO:

Crescimento e desenvolvimento humano: atividade física e práticas esportivas. Crescimento e desenvolvimento humano: compreendendo conceitos. Crescimento e desenvolvimento humano: desenvolvimento motor. Crescimento e desenvolvimento humano: métodos de estudo e ferramentas avaliativas e de acompanhamento.

APRENDIZAGEM MOTORA E PSICOMOTRICIDADE:

Aplicação da psicomotricidade na educação física. Aspectos básicos da aprendizagem motora. Aspectos da psicomotricidade. Organização morfofuncional do sistema nervoso.

EXPRESSÃO CORPORAL E DANÇA:

Consciência corporal. Coreografia. Expressão corporal. Ritmo e dança.

CULTURA CORPORAL DO MOVIMENTO:

Cultura corporal. Educação física como linguagem. Imagem corporal, corpolatria e a influência midiática. Unidades temáticas da educação física.

RELAÇÕES ÉTNICO-RACIAIS, DIREITOS HUMANOS E EDUCAÇÃO AMBIENTAL:

Direitos humanos; Relações étnico-raciais; Grupos sociais e políticas de inclusão; Educação ambiental.

PROJETO DE EXTENSÃO I - EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO:

Programa de sustentabilidade. O programa extensionista voltado as ações de sustentabilidade do curso de Educação Física – Bacharelado possui a finalidade de apoiar a comunidade por meio da disseminação do conhecimento adquirido no curso, priorizando o cuidado e compreensão do meio ambiente. Tais ações poderão reduzir impactos socioambientais negativos e criar uma cultura regenerativa para gerar impactos positivos que irão refletir no meio ambiente, que são importantes para possibilitar uma continuidade do uso de recursos naturais de forma sustentável. Ao identificar as problemáticas ambientais da comunidade os alunos terão a motivação para efetuar as ações de apoio relacionadas ao curso, pelas quais poderão ser desenvolvidas competências técnicas e soft skills específicas. Os conteúdos programáticos sugeridos para correlacionar as ações são: qualidade de vida, atividade física e saúde, psicomotricidade, cultura corporal do movimento os locais que poderão contemplar esse projeto são: parcerias com a prefeitura e atuação em unidades básicas de saúde; associações de bairros; clínicas de saúde públicas e privadas; hospitais; centros de saúde; spas; salões de beleza; centros estéticos; casas de repouso; instituições de longa permanência para idosos; creches; templos religiosos; escolas; ongs.

4º SEMESTRE

ATIVIDADES ALTERNATIVAS E MEIO AMBIENTE:

A construção das relações corpo-meio ambiente. A natureza como 'lugar' das atividades alternativas. Atividades alternativas como proposta ecopedagógica. Sinergias entre a educação física e o campo ambiental.

INTRODUÇÃO AOS ESPORTES:

Estrutura do esporte. Fundamentos esportivos. Fundamentos táticos do esporte. Fundamentos técnicos do esporte.

ATIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS:

Deficiência auditiva e atividade física. Deficiência física e atividade física. Deficiência intelectual e atividade física. Deficiência visual e atividade física.

FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO E BASES NUTRICIONAIS:

Adaptações endócrinas, estresse ambiental e recursos ergogênicos e exercício físico. Bioenergética e metabolismo. Funcionamento e avaliação dos sistemas cardiovascular e respiratório ao exercício físico. Sistema neuromuscular e exercício físico.

BIOINFORMAÇÃO E TECNOLOGIAS DIGITAIS PARA EDUCAÇÃO FÍSICA:

Bioestatística. Conteúdos digitais. Dispositivos tecnológicos. Epidemiologia.

PRÁTICAS ESPORTIVAS:

Esportes básicos. Esportes de campo e ar livre. Esportes de quadra. Esportes tradicionais no Brasil.

MEDIDAS E AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA:

Aptidão física e avaliação motora. Avaliação funcional. Avaliação morfológica. Conceitos e níveis de prática da atividade física.

PENSAMENTO CIENTÍFICO:

As diferenças entre o senso comum e o conhecimento filosófico. Contexto de surgimento do conhecimento científico e suas características. Ética para o desenvolvimento das pesquisas científicas. Tipos e métodos de pesquisa. A diferença entre a pesquisa qualitativa e quantitativa. Confiabilidade da pesquisa científica. Etapas da elaboração e análise da pesquisa científica. Formatação da pesquisa científica com base nas normas da ABNT. Aplicação das normas técnicas de citações e referências.

5º SEMESTRE

FUNDAMENTOS DA INICIAÇÃO ESPORTIVA:

Atividades pedagógicas para o ensino de esportes. Concepção de ensino, eixos e procedimentos metodológicos. O sistema complexo no entorno esportivo. Os desafios da iniciação esportiva.

FUNDAMENTOS DO TREINAMENTO ESPORTIVO:

Capacidades motoras e sua aplicação no treino. Sistemas energéticos e a relação com as ações motoras nos esportes. Princípios científicos. Estrutura e planejamento do treinamento esportivo. Introdução ao treinamento esportivo. Métodos e cargas de treinamento.

ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA:

Atividade física na atenção primária: avaliação. Políticas públicas em saúde e o sus. Promoção da atividade física na saúde. Saúde coletiva.

LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA:

Aprofundando os conceitos: aspectos históricos, filosóficos e culturais e as modalidades de luta. As distâncias e as ações motoras predominantes e os jogos de luta. As lutas e a cultura corporal de movimento: conceitos e definições. Lutas: possibilidades na educação física.

PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO:

A psicologia e o ser-humano. O coletivo e processos de grupo. O contexto esportivo e do exercício. O desempenho esportivo, a saúde e o bem-estar.

ADMINISTRAÇÃO E MARKETING ESPORTIVO:

Administração e gestão esportiva. Comportamento do consumidor esportivo e modelos de gestão. Marketing esportivo. Organização de eventos esportivos.

RECREAÇÃO E LAZER:

Conceitos e definições. Equipamentos e espaços de lazer. Lazer e cotidiano. Posicionamentos teóricos sobre o lazer.

PROJETO DE EXTENSÃO II - EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO:

Programa de contexto à comunidade. A realização de atividades extensionistas no curso Vinculadas ao programa de contexto à comunidade tem o objetivo de estreitar o relacionamento do saber universitário com a comunidade, por meio das contribuições na resolução de problemas sociais presentes no contexto e, por outro lado, possibilitar o desenvolvimento de competências e soft skills específicas no corpo discente do curso. As ações poderão ser realizadas em diversos locais, dependendo do problema identificado, sendo algumas possibilidades: associação de bairro, prefeitura, ong, igreja, escola, micro e pequena empresa.

6º SEMESTRE

ATIVIDADES FÍSICAS EM ACADEMIAS:

Estrutura e funcionamento de academias. Exercício resistido e cardiovascular na academia. Ginástica conceitos e variações. Novas aulas e tendências em academias.

ESTÁGIO EM EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO I:

Estágio Em Educação Física Bacharelado I.

PROJETO DE EXTENSÃO III - EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO:

Programa de ação e difusão cultural. A finalidade do projeto de extensão no programa de ação e difusão cultural do curso de educação física - bacharelado, está relacionado

ao fomento à cultura local/regional, promovendo a difusão, a transparência e a democratização das ações culturais, por meio de projetos que possibilitem a transferência para a sociedade de conhecimentos multidisciplinares desenvolvidos no curso e a possibilidade de potencializar a geração de conhecimentos aplicados, permitindo ao egresso um maior envolvimento com às ações culturais no âmbito da ciência, arte, tecnologia e humanidades, articulados com os anseios da comunidade. Os conteúdos programáticos sugeridos para correlacionar as ações são: a cultura e a educação física, o movimento humano, expressão da dança e a educação física, esportes e práticas esportivas os locais que poderão contemplar esse projeto são: parcerias com a prefeitura; associações de bairros; UBS; hospitais; clínicas de saúde públicas e privadas; centros de saúde; casas de repouso; instituições de longa permanência para idosos; creches; templos religiosos; escolas; ONGs.

7º SEMESTRE

METODOLOGIA DO ENSINO DE ESPORTES AQUÁTICOS:

Aspectos pedagógicos do ensino da natação. Estilos competitivos da natação. Outras modalidades aquáticas. Propriedades hidrodinâmicas e físicas da água.

TREINAMENTO PERSONALIZADO:

Avaliação e planejamento. Métodos de exercícios e de flexibilidade. Primeiros passos. Treinamento resistido.

PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO PARA GRUPOS ESPECIAIS:

Prescrição de exercícios e a relação com o sedentarismo, má postura e problemas musculoesqueléticos. Prescrição de exercícios para grupos em diferentes fases da vida. Prescrição de exercícios para pessoas com doenças cardiorrespiratórias e transtornos psicológicos. Prescrição de exercícios para pessoas com doenças metabólicas, imunológicas e neoplásicas.

ESTÁGIO EM EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO II:

Estágio Em Educação Física Bacharelado II.

8º SEMESTRE

ATIVIDADE FÍSICA NA EMPRESA:

Contextualizando homem e trabalho. Ergonomia: conceito e aplicabilidade. Ginástica laboral: a teoria na prática. Ginástica laboral: conceito, diagnóstico e implantação.

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO:

Definição e contextualização do tema.

ESTÁGIO EM EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO III:

Estágio em Educação Física Bacharelado III.

Coordenação do Curso.