

UNIVERSIDADE FEDERAL DE LAVRAS
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO
COORDENADORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU

DISCIPLINA

Código	Denominação	Crédito(s) (*)	Carga Horária		
			Teórica	Prática	Total
PNS518	Fisiologia do Exercício	02	15h	15h	30h
DEPARTAMENTO		PROFESSOR(ES)			
Departamento de Nutrição		Fernando Roberto de Oliveira			

EMENTA: Integração dos Sistemas Fisiológicos durante o exercício físico. Calorimetria direta, indireta e duplamente indireta. Potência e Capacidade dos Sistemas de fornecimento de energia durante o exercício físico. Sistemas Fisiológicos durante o Exercício.

ASSINATURA(S):

Aprovado na Assembléia Departamental em ____/____/____

Chefe do Departamento

Lavras, ____/____/____

(*) 15 horas/aulas teóricas = 1 crédito
15 horas/aulas práticas = 1 crédito

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

1. INTRODUÇÃO

- 1.1. Apresentação de alunos e professor
- 1.2. Apresentação do plano de curso
- 1.3. Metodologia de ensino-aprendizagem e avaliação
- 1.4. A disciplina no currículo e integração com outras disciplinas
- 1.5. A disciplina na formação do profissional e da pessoa

2. CALORIMETRIA

- 2.1 Direta
- 2,2 Indireta
- 2,3 Duplamente Indireta

3. INTEGRAÇÃO DOS SISTEMAS FISIOLÓGICOS DURANTE O EXERCÍCIO

4. POTENCIA E CAPACIDADES BIONERGÉTICAS

- 4.1 Fosfágena
- 4.2 Lática
- 4.3 Aeróbia
- 4.4 Classificação Bionergética dos Esportes/Atividades Físicas
- 4.5 Avaliação direta e indireta

5. SISTEMAS FISIOLÓGICOS DURANTE O EXERCÍCIO

- 5.1 Sistema Cardiovascular e Respiratório
- 5.2 Sistema Muscular
- 5.3 Sistema Neuroendócrino
- 5.4 Sistema Gastrointestinal
- 5.5 Sistema neuroendócrino

6. AVALIAÇÕES

- 6.1. Seminário de temas
- 6.2. Avaliação Escrita dos temas

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

ASTRAND, P. **Tratado de fisiologia do trabalho: bases fisiológicas do exercício**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006. 560 p. BROOKS, George A; FAHEY, Thomas D;

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. **Fisiologia do exercício: nutrição, energia e desempenho humano**. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. 1061p

POWERS, Scott K.; HOWLEY Edward T. **Fisiologia do Exercício: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho**. 8ªed. Manole, 2014.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BALDWIN, Kenneth M. **Fisiologia do Exercício - Bioenergética Humana e suas Aplicações**. 4ª ed. São Paulo: Phorte, 2013.

ROBERGS, Robert A.; ROBERTS, Scott O.. **Princípios fundamentais de fisiologia do exercício: para aptidão, desempenho e saúde**. São Paulo: Phorte, 2002. 489 p

KENNEY, W. Larry; WILMORE, Jack H. COSTILL David L. **Fisiologia do Esporte e do Exercício**. 5ª ed. Manole, 2013.