



UNIVERSIDADE FEDERAL
DE SANTA CATARINA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CAMPUS ARARANGUÁ-ARA
CURSO DE FISIOTERAPIA
PLANO DE ENSINO

SEMESTRE 2012.2

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA		TOTAL DE HORAS-AULA
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
ABA7025	EXERCÍCIO FÍSICO E REABILITAÇÃO	04	00	04

HORÁRIO		MÓDULO	
TURMAS TEÓRICAS		TURMAS PRÁTICAS	Presencial
Turma 04654 2.10102 3.10102			PRESENCIAL

II. PROFESSOR(ES) MINISTRANTE(S)

Prof^a Amabile Borges Dario

III. PRÉ-REQUISITO(S)

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA

IV. CURSO(S) PARA O(S) QUAL(IS) A DISCIPLINA É OFERECIDA

Graduação em Fisioterapia.

V. JUSTIFICATIVA

Ampliar o conhecimento sobre a utilização do exercício físico nas doenças crônicas mais prevalentes na população. Analisar os efeitos fisiológicos dos principais tipos de exercício. Analisar benefícios e malefícios da aplicação do exercício físico nas doenças crônicas e envelhecimento. Discutir casos clínicos e planos de tratamento fisioterapêutico baseados na aplicação de diferentes tipos de exercício.

VI. EMENTA

A disciplina abordará os princípios da bioenergética; princípios da marcha; adaptações fisiológicas ao: exercício dinâmico, exercício aeróbio, exercício de força, exercício de flexibilidade; Exercício e prevenção de doenças crônicas incapacitantes; Exercício físico e: doenças cardíacas, doenças respiratórias, *diabetes mellitus*, doenças reumáticas, doença neuromuscular, lesão da medula espinhal, acidente vascular encefálico, osteoporose, saúde mental e obesidade. Envelhecimento e exercício.

VII. OBJETIVOS

Objetivos Gerais:

Estudar os conceitos e ampliar o conhecimento sobre a utilização do exercício físico como auxiliar terapêutico nas principais doenças crônicas e no envelhecimento.

Objetivos Específicos:

- Revisar os principais conceitos de fisiologia do exercício;
- Revisar os princípios da bioenergética e da marcha;
- Analisar as adaptações fisiológicas a diferentes tipos de exercício;
- Apresentar os efeitos do exercício físico nas principais doenças crônicas e no envelhecimento;
- Desenvolver a capacidade de análise crítica sobre a utilização de diferentes tipos de exercício nas doenças crônicas e no envelhecimento.

VIII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Conteúdo Teórico:

Unidade I

- 1) O papel do exercício físico na reabilitação;
- 2) Conceitos de Fisiologia do Exercício
- 3) Princípios da bioenergética;
- 4) Princípios da marcha;
- 5) Adaptações fisiológicas ao exercício dinâmico, exercício aeróbio, exercício de força e exercício de flexibilidade;

Unidade II

- 6) Exercício e prevenção de doenças crônicas incapacitantes;
- 7) Exercício físico e: doenças cardíacas, doenças respiratórias, *diabetes mellitus* e doenças reumáticas.

Unidade III

- 8) Exercício físico e: doença neuromuscular, lesão da medula espinhal, acidente vascular encefálico, osteoporose, saúde mental e obesidade.
- 9) Envelhecimento e exercício.

IX. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA

Aula expositiva e dialogada com dinâmicas em grupos; discussão de casos clínicos; vídeos; seminários; discussão de artigos e capítulos de livros.

X. METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

Verificação do rendimento escolar compreenderá **frequência e aproveitamento** nos estudos, os quais deverão ser atingidos conjuntamente. Será obrigatória a frequência às atividades correspondentes a cada disciplina, ficando nela reprovado o aluno que não comparecer, no mínimo a 75% das mesmas.

- A nota mínima para aprovação na disciplina será 6,0 (seis). (Art. 69 e 72 da Res. nº 17/CUn/1997).
- O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 e 5,5 terá direito a uma nova avaliação no final do semestre (REC), exceto as atividades constantes no art.70,§ 2º. A nota será calculada por meio da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais (MF) e a nota obtida na nova avaliação (REC). (Art. 70 e 71 da Res. nº 17/CUn/1997).

$$NF = \frac{MF \times REC}{2}$$

- Ao aluno que não comparecer às avaliações ou não apresentar trabalhos no prazo estabelecido será atribuída nota 0 (zero). (Art. 70, § 4º da Res. nº 17/CUn/1997).

10% da nota - Participação em sala durante discussões sobre o conteúdo da disciplina;

60% da nota - Avaliação teórica: 20% (prova1+ trabalhos do unidade I) + 20% (prova2+trabalhos da unidade II) + 20% (prova3+trabalhos da unidade III);

30% da nota – Seminário

* As provas poderão conter questões objetivas, objetivas mistas e dissertativas.

* Trabalhos - Serão designados para complementar os assuntos.

Observações:

* As provas poderão conter questões objetivas, objetivas mistas e dissertativas.

Avaliação de recuperação

Será realizada no último dia letivo
(Res.17/CUn/97).

Nova avaliação

Para pedido de segunda avaliação somente em casos em que o aluno, por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Direção do Campus Araranguá dentro do prazo de 3 dias úteis apresentando comprovação. (Ver formulário). Será incluída uma data específica para a realização de provas de segunda chamada, esta data deverá ser única, além

disso, o conteúdo desta avaliação poderá abranger todo o conteúdo da disciplina.

XI. CRONOGRAMA TEÓRICO

AULA (semana)	DATA	ASSUNTO
1 ^a	03-09-2012/ 04-09-2012	Dia não letivo (reposição com atividade extraclasse).
2 ^a	10-09-2012/ 11-09-2012	Apresentação do Plano de Ensino. Exercício físico na reabilitação. Conceitos de Fisiologia do Exercício.
3 ^a	17-09-2012/ 18-09-2012	Princípios da bioenergética. Princípios da marcha.
4 ^a	18 a 24 -09-2012	Atividade extra-classe (Artigo - Classificação e adaptações das fibras musculares)
5 ^a	24-09-2012/ 25-09-2012	Adaptações fisiológicas ao exercício dinâmico, aeróbio, força e de flexibilidade.
6 ^a	01-10-2012/ 02-10-2012	Exercício e prevenção de doenças crônicas incapacitantes.
7 ^a	08-10-2012/ 09-10-2012	1ª PROVA TEÓRICA
8 ^a	15-10-2012/ 16-10-2012	Doenças cardíacas e exercício físico.
9 ^a	22-10-2012/ 23-10-2012	Doenças respiratórias e exercício físico.
10 ^a	29-10-2012/ 30-10-2012	<i>Diabetes mellitus</i> e exercício físico.
11 ^a	05-11-2012/ 06-11-2012	Doença neuromuscular / Lesão da medula espinhal e exercício físico.
12 ^a	12-11-2012/ 13-11-2012	Doenças reumáticas e exercício físico.
13 ^a	19-11-2012/ 20-11-2012	2ª PROVA TEÓRICA
14 ^a	26-11-2012/ 27-11-2012	Osteoporose e acidente vascular encefálico e o exercício físico.
15 ^a	03-12-2012/ 04-12-2012	Saúde mental e exercício físico.
16 ^a	10-12-2012/ 11-12-2012	Obesidade e envelhecimento e o exercício físico.
17 ^a	17-12-2012/ 18-12-2012	3ª PROVA TEÓRICA / NOVA AVALIAÇÃO
18 ^a	18-02-2013/ 19-02-2013	AVALIAÇÃO DE RECUPERAÇÃO

Obs.: Atendimento aos alunos: sempre ao término das aulas teóricas.

XII. FERIADOS PREVISTOS PARA O SEMESTRE 2012.2

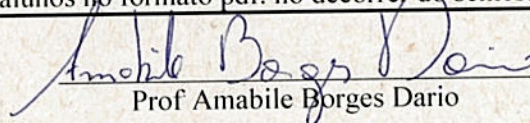
DATA	
07/09/2012	Independência do Brasil.
12/10/2012	Nossa Senhora Aparecida.
02/11/2012	Finados.
15/11/2012	Proclamação da República.
07/09/2012	Independência do Brasil.
12/10/2012	Nossa Senhora Aparecida.

XIII. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

NEUMANN, D.A. Cinesiologia do Aparelho Músculo Esquelético: fundamentos para reabilitação. Rio de Janeiro: Guanabara, 2010.
FRONTERA, W.R.; DAWSON, D.M.; SLOVIK, D.M. Exercício Físico e Reabilitação. Porto Alegre: Artmed Editora, 2001.
WILMORE, J.H.; COSTILL, D.L.; KENNEY, L.K. Fisiologia do Esporte e Exercício. Rio de Janeiro: Manole, 2010.

XIV. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- Artigos relacionados à disciplina serão disponibilizados aos alunos no formato pdf, no decorrer do semestre.


Prof Amabile Borges Dario

Diretor Geral do Campus-ARA

Aprovado na Reunião do Colegiado do Campus

____/____/____