



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA



FICHA DE COMPONENTE CURRICULAR

CÓDIGO:	COMPONENTE CURRICULAR: Tópicos em Esportes - Treinamento para esportes coletivos	
UNIDADE ACADÊMICA OFERTANTE: FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA		SIGLA: FAEFI
CH TOTAL TEÓRICA: 15 horas	CH TOTAL PRÁTICA: 15 horas	CH TOTAL: 30 horas

1. **OBJETIVOS**

Discutir temas referentes às metodologias de treinamento aplicadas a esportes coletivos.

2. **EMENTA**

Teoria e prática do treinamento esportivo aplicadas aos esportes coletivos. Métodos de treinamento para esportes coletivos. Estudo da resistência, força, velocidade, coordenação e agilidade nos esportes coletivos.

3. **PROGRAMA**

Unidade 1 – Metodologias de treinamento aplicadas aos esportes coletivos

Unidade 2 – Coordenação Motora

Unidade 3 – Força

Unidade 4 – Resistência

Unidade 5 – Velocidade

Unidade 6 – Agilidade

Unidade 7 - Planejamento

4. **BIBLIOGRAFIA BÁSICA**

MCARDLE, W. D; KATCH, F. I; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício**: energia, nutrição e desempenho humano. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1998.

POWERS, S. K; HOWLEY, E. T. **Fisiologia do exercício**: teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. 6. ed. Barueri: Manole, 2009.

WEINECK, J. **Treinamento ideal**: instruções técnicas sobre o desempenho fisiológico, incluindo considerações de treinamento infantil e juvenil. 9. ed. Barueri: Manole, 2003.

5. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

DE ROSE JUNIOR, D. **Modalidades esportivas coletivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

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

ROWLAND, T. W. **Fisiologia do exercício na criança**. Barueri: Manole, 2008.

WILMORE, J. H.; D. L. Costill. **Fisiologia do esporte e do exercício**. Barueri: Manole, 2001.

ZATSIORSKY, V. M.; KRAEMER, W. J. **Ciência e prática do treinamento de força**. São Paulo: Phorte, 1999.

6. APROVAÇÃO

Prof. Dr. Cristiano Lino Monteiro de Barros
Coordenador do Curso Educação Física

Prof. Dr. Marcos Seizo Kishi
Diretor da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia



Documento assinado eletronicamente por **Cristiano Lino Monteiro de Barros, Coordenador(a)**, em 26/05/2022, às 14:24, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Marcos Seizo Kishi, Diretor(a)**, em 30/05/2022, às 19:05, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3601787** e o código CRC **2D81B451**.