

**CENTRO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DA REGIÃO SUL- CERES**

<b>Área de Conhecimento</b>	<b>Ementa/Bibliografia</b>
<b>Exercício Físico e Saúde</b>	<p><b><u>Ementa:</u></b></p> <p>Autodidaxia em atividades físicas. Princípios básicos do condicionamento. Metodologia, planejamento, prescrição, controle e avaliação da atividade física. A consciência do corpo. Fundamentos da aptidão física relacionada à saúde. O conhecimento do corpo articulado à totalidade do processo social. Capacidade de movimentos e sentimentos nas ações humanas. Valores ético-políticos do corpo. Estilo de vida e conceito de saúde. Nutrição. Peso e exercício físico. Estresse e fadiga. Esporte Universitário. Princípios práticos/aplicados da avaliação física orientada à promoção da saúde (variáveis a serem avaliadas, testes e protocolos, instrumentos necessários, confiabilidade das medidas, aplicação prática dos resultados da avaliação e feedback avaliado). Atividades práticas.</p> <p><b><u>Bibliografia:</u></b></p> <p>AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE; KAMINSKY, Leonard A. (Ed.). Manual do ACSM para avaliação da aptidão física relacionada à saúde. 3.ed. São Paulo: Guanabara Koogan, 2011.</p> <p>FLECK, Marcelo Pio de Almeida. A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde. São Paulo: Artmed, 2008. (Biblioteca Artmed. Psiquiatria).</p> <p>PITHON-CURI, Tania Cristina. Fisiologia do exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.</p> <p>PESCATELLO, Linda S. (Ed.); AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. Diretrizes do ACSM: para os testes de esforço e sua prescrição. 9.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.</p> <p>SHARKEY, Brian J. Aptidão física ilustrada. Porto Alegre: Artmed, 2012.</p> <p>PLOWMAN, Sharon A.; SMITH, Denise L. Fisiologia do exercício para saúde, aptidão e desempenho. 2.ed. ISBN 9788527724821</p> <p>GANZIT, Gian Pasquale. Cardiovascular diseases and physical activity. Torino: SEED, 2012. ISBN 9788897419228 (eletrônico).</p> <p>MELLO, Marco Túlio de. Psicobiologia do exercício. São Paulo: Atheneu, c2013. 128 p. ISBN 9788538804321</p>
<b>Física e Matemática</b>	<p><b><u>Ementa:</u></b></p> <p>Consumo de energia e razão metabólica. Princípios de Hidrostática e hidrodinâmica: fluidos em sistemas biológicos; óptica e suas aplicações biológicas; acústica e suas aplicações biológicas. Termologia e fenômenos elétricos aplicados à biologia; Medidas em física. Movimento de translação. Trabalho e energia. Sistemas de partículas. Dinâmica da rotação.</p> <p>Funções de uma variável. Limites de funções de uma variável. Derivadas de funções de uma variável. Integral de funções de uma variável.</p>

**Bibliografia:**

GARCIA, E.A.C. Biofísica. São Paulo. Sarvier Editora de Livros Médicos Ltda., 2015.

OKUNO E., CALDAS, I.L., CHOW, C. Física para Ciências Biológicas e Biomédicas, Editora Harbra Ltda, 1986.

RODAS DURÁN, José Enrique. Biofísica: conceitos e aplicações. 2. ed. São Paulo: Prentice Hall, 2011. xiv, 390 p. ISBN 9788576059288.

YOUNG, Hugh D; FREEDMAN, Roger A. Física II: termodinâmica e ondas. 12.ed. São Paulo: Addison-Wesley, 2008. 329 p.

HALLIDAY, D.; RESNICK, R.; WALKER, J. Fundamentos de física. Volume 1. 8. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

TIPLER, P. A.; MOSCA, G. Física: mecânica, oscilações e ondas, termodinâmica. Volume 1. 5. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2006.

FLEMMING, D. M. Cálculo A. 6 ed. São Paulo: Prentice Hall do Brasil, 2006.

STEWART, J. Cálculo. Vol 1. 7 ed. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2014.