



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

SEMESTRE 2016/2

**I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:**

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA		TOTAL DE HORAS-AULA
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
ARA7015	FISIOTERAPIA DESPORTIVA	2		36

HORÁRIO		MÓDULO
TURMAS TEÓRICAS	TURMAS PRÁTICAS	PRESENCIAL
(5654 – 2.0730-2)	( – )	

**II. PROFESSOR(ES) MINISTRANTE(S)**

Alessandro Hauptenthal

**III. PRÉ-REQUISITO(S)**

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
ARA 7419	Cinesiologia II

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

Graduação em Fisioterapia

**V. JUSTIFICATIVA**

Possibilitar ao aluno a capacidade de entender a relação entre as principais lesões com as diferentes modalidades esportivas, buscando fomentar no estudante o entendimento do trabalho interdisciplinar numa equipe competitiva. Ensinar ao aluno uma abordagem ao processo de recuperação funcional buscando o máximo de desempenho no retorno ao esporte. Estudar, analisar e propor as diferentes formas e modos de prevenção de lesão no esporte que será parte do trabalho do fisioterapeuta na comissão técnica da equipe esportiva.

**VI. EMENTA**

Principais lesões causadas pelo esporte: Atualidades nas avaliações, prescrição adequada de exercícios e prevenção.

**VII. OBJETIVOS**

**Objetivos Gerais:**

Compreender o processo de recuperação funcional terapêutica desde a avaliação até o retorno ao esporte. Entender o papel do fisioterapeuta na equipe esportiva e no atendimento individual ao atleta. Analisar o processo de prevenção de lesão no esporte e sua aplicação.

**VIII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO**

DEFINIÇÕES



Fisioterapia esportiva

Esporte amador e profissional

Principais lesões esportivas

**AVALIAÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS**

Pré-competição

Relatório ao atleta

Relatório à comissão técnica

Relatório ao clube (prontuário)

Avaliação física do atleta: força, flexibilidade, composição corporal, resistência aeróbica e anaeróbica, etc.

Avaliação clínica do atleta

**PREVENÇÃO DE LESÃO NO ESPORTE**

Diagnóstico individual e coletivo do esporte e equipe

Métodos de prevenção

Individuais ou em grupo

**LESÕES: AVALIAÇÃO E PROGNÓSTICO.**

Óssea e condral

Ligamentar

Tendinosa

**LESÕES MUSCULARES NO ESPORTE**

Avaliação, prognóstico e metas de tratamento

**TREINAMENTO ESPORTIVO**

Noções sobre Treinamento Desportivo, Treinamento aeróbio, Treinamento anaeróbio, Exercício resistido (resistência, força, potência), Treinamento excêntrico e pliometria

Periodização competitiva, polimento e metas de tratamento.

**PROCESSO DE RECUPERAÇÃO FUNCIONAL NO ESPORTE**

Fases do processo de recuperação I, II, III, IV e ou retorno ao esporte

Organização de uma sessão de tratamento

Organização do programa de tratamento e reinserção no esporte

Testes antes do retorno ao esporte competitivo

Tratamento individual x grupo

**TRABALHO NA COMISSÃO TÉCNICA**

Relação com demais profissionais (médico, nutricionista, enfermeiro, etc..)

Viagens, jogos e competições.

## **IX. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA**

Aula expositiva e dialogada; trabalhos em grupo e seminários

## **X. METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO**

- A 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).

$$NF = (MP+REC)/2$$

- 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)

### **Avaliações**

1º Avaliação teórica: AVALIAÇÃO 1 Peso 30 %



- 2ª Avaliação teórica: Trabalho 1 Peso 20 %  
 3ª Avaliação teórica: Trabalho 2 Peso 20 %  
 4ª Avaliação teórica : AVALIAÇÃO 2 Peso 30%

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

**Poderão ser designados trabalhos escritos para complementar os assuntos. Neste caso a nota dos mesmos será incluída na avaliação teórica.**

**Observações:**

**Avaliação de segunda chamada:**

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 coordenação do curso dentro do prazo de 3 dias úteis apresentando comprovação.

**Horário de atendimento ao aluno:** Quarta-feira 10:10 - 11:50 Sala do Professor

obs: em caso de ausência do professor para participação em evento científico, a carga horária e o conteúdo da disciplina serão repostos conforme acordado com os alunos previamente.

**XI. CRONOGRAMA TEÓRICO**

Semanas	Datas	Assunto
1ª	08/08 a 12/08/2016	Apresentação da disciplina / DEFINIÇÕES Fisioterapia esportiva / Esporte amador e profissional / Principais lesões esportivas
2ª	15/08 a 19/08/2016	AVALIAÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS / Pré-competição / Relatório ao atleta / Relatório a comissão técnica / Relatório ao clube (prontuário) / Avaliação física do atleta: força, flexibilidade, composição corporal, resistência aeróbica e anaeróbica, etc. / Avaliação clínica do atleta
3ª	22/08 a 26/08/2016	PREVENÇÃO DE LESÃO NO ESPORTE / Diagnóstico individual e coletivo do esporte e equipe / Métodos de prevenção / Individuais ou em grupo
4ª	29/08 a 02/09/2016	AVALIAÇÃO 1
5ª	05/09 a 9/09/2016	LESÕES: AVALIAÇÃO E PROGNÓSTICO. / Óssea e condral / Ligamentar / Tendinosa
6ª	12/09 a 16/09/2016	LESÕES MUSCULARES NO ESPORTE / Avaliação, prognóstico e metas de tratamento
7ª	19/09 a 23/09/2016	Trabalho 1 - projetando um tratamento para diferentes casos.
8ª	26/09 a 30/09/2016	TREINAMENTO ESPORTIVO / Noções sobre Treinamento Desportivo / Treinamento aeróbio / Treinamento anaeróbio / Exercício resistido (resistência, força, potência)
9ª	03/10 a 7/10/2016	TREINAMENTO ESPORTIVO Treinamento excêntrico e pliometria / Periodização competitiva, polimento e metas de tratamento.
10ª	10/10 a 14/10/2016	PROCESSO DE RECUPERAÇÃO FUNCIONAL NO ESPORTE / Fases do processo de recuperação I, II, III, IV e ou retorno ao esporte /
11ª	17/10 a 21/10/2016	PROCESSO DE RECUPERAÇÃO FUNCIONAL NO ESPORTE / Organização de uma sessão de tratamento
12ª	24/10 a 28/10/2016	PROCESSO DE RECUPERAÇÃO FUNCIONAL NO ESPORTE / Organização do programa de tratamento e reinserção no esporte
13ª	31/10 a 04/11/2016	PROCESSO DE RECUPERAÇÃO FUNCIONAL NO ESPORTE / Organização e reinserção no esporte
14ª	07/11 a 11/11/2016	PROCESSO DE RECUPERAÇÃO FUNCIONAL NO ESPORTE / Testes antes do retorno ao esporte competitivo / Tratamento individual x grupo Trabalho 2 - Aplicando os conceitos no processo de recuperação funcional no esporte



15ª	14/11 a 18/11/2016	FERIADO
16ª	21/11 a 25/11/2016	TRABALHO NA COMISSÃO TÉCNICA / Relação com demais profissionais (médico, nutricionista, enfermeiro, etc..) / Viagens, jogos e competições
17ª	28/11 a 2/12/2016	AValiação 2
18ª	05/12 a 9/12/2016	11/7 a 22/7 - Avaliação de 2ª chamada - Fechamento de notas 18/7 a 22/7 - Recuperação / Divulgação das notas

## XII. Feriados previstos para o semestre 2016/2

### DATA

07/09/2016	Independência do Brasil
12/10/2016	Nossa Senhora Aparecida
28/10/2016	Dia do Servidor Público (Lei 8112 art.236)
02/11/2016	Finados
14/11/2016	Dia não letivo
15/11/2016	Proclamação da República

## XIII. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

### Bibliografia Básica

1. KISNER, C.; COLBY, L.A. Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas. 5a Ed. Barueri: Manole, 2009.
2. O'SULLIVAN, S.B.; SCHMITZ, T.J. Fisioterapia: avaliação e tratamento. 5a Ed. Barueri: Manole, 2010.
3. POWERS, S.K.; HOWLEY, E.T. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento físico e ao desempenho. 6a Ed. São Paulo: Manole, 2009.

## XIV. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

1. CASONATO, O.; POSER, A. Reabilitação integrada das patologias do tornozelo e do pé. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
2. KENNEY, W.L.; COSTILL, D.L.; WILMORE, J.H. Fisiologia do esporte e do exercício. 5ª Ed. São Paulo: Manole, 2013.
3. MCARDLE, W.D.; KATCH, F.I.; KATCH, V.L. Fisiologia do exercício: nutrição, energia e desempenho humano. 7ª Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
4. SILVA, R.D.; CAMPOS, V.C. Cinesioterapia: fundamentos teóricos para prática. Belo Horizonte: COOPMED, 2006.
5. ZATSIORSKY, V.N. Biomecânica no esporte: Performance do desempenho e prevenção de lesão. Guanabara Koogan, 2004 – Minha Biblioteca.

Os livros acima citados constam na Biblioteca Setorial de Araranguá ou podem ser encontrados no acervo da disciplina, impressos ou em CD, disponíveis para consultas em sala.

Prof. Alessandro Hauptenthal  
Professor  
SIAPE: 2282077  
CREFITO 96588-F  
UFSC Centro de Treinamento  
Profº Alessandro Hauptenthal

Aprovado na Reunião do Colegiado do Curso em 15/06/2016



Vimom  
18/10/2016

*M. Carelli*  
Coordenador do curso de Fisioterapia

Prof. Dr. Núbia Carelli Pereira  
Coordenadora do Curso de Graduação  
em Fisioterapia  
SIAPE: 2052737  
UFSC Campus Araranguá