



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES



Setor de Estudo: Musculação, Atividades de Academia e Estágio Supervisionado no Bacharelado em Educação Física

PROGRAMA

1. Caracterização histórica da Musculação enquanto campo de atuação profissional.
2. Princípios e Métodos do treinamento de Musculação
3. Variáveis estruturais para prescrição e controle do treinamento de Musculação
4. Cinesiologia e Biomecânica aplicada aos exercícios na Musculação.
5. Treinamento Personalizado: bases metodológicas e estruturação da prestação de serviço.
6. Novas possibilidades pedagógicas da Ginástica Coletiva em Academias
7. Ginástica Coletiva: princípios e métodos de treinamento.
8. Aspectos pedagógicos da estrutura musical na Ginástica Coletiva.
9. Aspectos legais e éticos do exercício profissional em Ambientes de Academias
10. O estágio supervisionado na formação do profissional de Educação Física em Ambientes de Academias