

**PÓS-GRADUAÇÃO *Lato Sensu em*
PREPARAÇÃO FÍSICA DE ALTO RENDIMENTO**

Objetivos:

- Qualificar profissionais para trabalharem como preparadores físicos.
- Capacitar profissionais para atuarem em equipe multidisciplinar.

Disciplinas:

1. Bases pedagógicas e biológicas do treinamento desportivo
2. Organização e periodização do treinamento desportivo
3. Avaliação e prescrição de exercício físico
4. Controle e monitoramento das cargas de treinamento
5. Biomecânica aplicada ao treinamento desportivo
6. Fisiologia do exercício aplicada ao treinamento desportivo
7. Prescrição do treinamento de flexibilidade e mobilidade aplicada ao treinamento desportivo
8. Prescrição do treinamento neuromuscular aplicado ao treinamento desportivo
9. Prescrição do treinamento aeróbico aplicado ao treinamento desportivo
10. Medicina esportiva e traumatologia do esporte
11. Psicologia do esporte
12. Nutrição, recursos ergogênicos e treinamento desportivo
13. Projeto de pesquisa científica
14. Oficina de Pesquisa I
15. Oficina de Pesquisa II
16. Didática do Ensino Superior

Carga Horária: 400h

Período: 16 meses

Público:

Graduados em Educação Física e áreas fins.

Certificação

O concluinte receberá certificado de Especialista em *Preparação Física de Alto Rendimento*, em conformidade com a **RESOLUÇÃO CES/CNE N.º 1, DE 6 DE ABRIL DE 2018** do MEC.



INSTITUTO DE ENSINO SUPERIOR FRANCISCANO – IESF

Recredenciado pela Portaria do MEC Nº. 725, de 20 de julho de 2016,
publicado no D.O.U de 21 de julho de 2016.

Credenciado em EaD pela Portaria Nº 1.019, de 16 de dezembro de 2022,
publicado no D.O.U de 20 de dezembro de 2022.
