FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DE RONDÔNIA UNIR	PROGRAMA DE DISCIPLINA CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA

CÓDIGO:	DISCIPLINA:	PRÉ - REQUISITO:
EDFCIAN	CINEANTROPOMETRIA	ANATOMIA

CARGA HORÁRIA:	CRÉDITOS:	DEPARTAMENTO:
60	03	EDUCAÇÃO FÍSICA

EMENTA: Teoria e prática do estudo de medidas e avaliação na escola fundamental, como meio de quantificar e qualificar os parâmetros da forma física e da habilidade motora, influenciadores na vida útil do aluno, bem como fornecer informações a respeito do progresso do aluno nas aulas de educação física.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Unidade I

TESTES, MEDIDAS E AVALIAÇÕES

- As variáveis intervenientes na performance
- Os tipos de avaliação
- Etapas básicas de uma de avaliação
- Testar , medir e avaliar: um referencial teórico
- Critérios de autenticidade científica dos testes
- Tipos de avaliação
- Objetivos das Medidas e Avaliações
- Princípios das Medidas e Avaliações
- Técnicas e instrumentos de avaliação
- Critérios para a seleção de testes
- Precisão das medidas

Unidade II

DIAGNÓSTICO DA VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS

- Os principais pontos anatômicos
- Mensuração do peso corporal total
- Mensuração das alturas
- Mensuração dos diâmetros
- Mensuração das dobras cutâneas
- Mensuração dos perímetros
- Determinacão da superfície corporal
- Determinação da composição corporal
- Determinação do somatotipo antropométrico
- Determinação da proporcionalidade
- Avaliação da postura corporal

Unidade III

DIAGNÓSTICO DA VARIÁVEIS CARDIOPULMONARES

- Tipos de ergômetros
- Mensuração da Resistência Aeróbica
- Mensuração da Resistência Anaeróbia:

Unidade IV

DIAGNÓSTICO DA VARIÁVEIS NEUROMUSCULARES

- Mensuração da Força:
- Mensuração da Flexibilidade
- Mensuração da Velocidade
- Mensuração da Coordenação
- Mensuração do Equilíbrio

10- BIBLIOGRAFIA INDICADA PARA CONSULTA

AAHPER. **AAHPER youth fitness test manual.** Washington, DC: American Alliance for health, physical education, and recreation, 1976.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Guia para teste de esforço e prescrição de exercício**. 3ª ed., Rio de Janeiro, Medsi, 1987.

BERALDO, S. & POLLETTI C. **Preparacion fisica total**. 2ª ed.; Barcelona, Hispano Europea, 1995.

BITTENCOURT, N.G. **Musculação uma abordagem metodológica.** Rio de Janeiro, Sprint, 1985.

BOILEAU, R. A.; LOHMAN, T.G. & SLAUGHTER, M.H. **Exercise and body composition in children and youth**. Scandinavian Journal of sports sciences. v. 7, p. 17 - 27, 1985.

BRANDÃO, M.R.F. & JUNIOR, A. J. F. **Performance Desportiva uma análise multidimensional**. Revista Treinamento Desportivo. v. 1, n.3, p.58-76, 1996.

CARNAVAL, P.E. **Medidas e avaliação em ciências do esporte**. Rio de Janeiro, Sprint, 1995.

DANTAS, E.H.M. **A prática da preparação física**. 4. ed., Rio de Janeiro, Shape, 1995.

FRANÇA, N. M. & VÍVOLO, M. A. **Avaliação antropométrica**. In: MATSUDO, V. K. R. (ed.): **Testes em Ciências do Esporte**. São Paulo, SCS, p. 19-31, 1988.

JOHNSON, B.L. & NELSON, J.K. **Measurements for evaluation in phisical education**. 3 ed.; Mineapolis, mennesota, Burges Publishing company, 1979.

LEITE, P.F. **Fisiologia do exercício, ergometria e condicionamento físico.** 3. ed. Rio de Janeiro, Atheneu, 1993.

MARINS, J.C.B. & GIANNICHI, R.S. **Avaliação e Prescrição de Atividade Física: guia prático.** Rio de Janeiro, Editora Shape, 1996.

MATSUDO, V.K. **Testes em ciências do esporte**. São Paulo, SCS, CELAFISC, 1983.

MATSUDO, V.K. **Teste de Corrida de 40 segundos: Perspectiva de uma década**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. v. 2, n. 2, 1988.

MOURA**,** J.A.R.; ALMEIDA, H.F.R. & SAMPEDRO, R.M.F. **Força máxima dinâmica: uma proposta metodológica para validação do teste de peso máximo em aparelhos de musculação.** Revista Kinesis, n 18, p. 23-50, 1997.