

## PLANO DE APRENDIZAGEM

<b>1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO</b>						
<b>Curso:</b> BACHARELADO EM FISIOTERAPIA						
<b>Disciplina:</b> DESPORTIVA				<b>Código:</b>		
<b>Professor:</b> ZIRLENE BRITO				<b>e-mail:</b> zirlene.brito@hotmail.com		
<b>CH Teórica:</b> 20H	<b>CH Prática:</b> 20H	<b>CH Estágio</b>	<b>CH EaD:</b> ( - )	<b>CH Extensão:</b> 20H	<b>CH Total:</b> 80H	<b>Créditos:</b> 04
<b>Pré-requisito(s):</b>						
<b>Período:</b> VII			<b>Ano:</b> 2025.1			

### **2. EMENTA:**

A disciplina de Fisioterapia Desportiva tem como propósito proporcionar aos estudantes do curso de Bacharelado em Fisioterapia os conhecimentos teóricos e práticos necessários para atuar na prevenção, avaliação e tratamento de lesões relacionadas à prática esportiva. O curso abrange as particularidades da fisioterapia aplicada ao contexto esportivo, destacando a importância da integração multidisciplinar para a promoção da saúde e desempenho atlético.

### **3. COMPETÊNCIAS E HABILIDADES DA DISCIPLINA:**

- Capacitar os acadêmicos através da promoção de conhecimentos para torná-los aptos a prescrever e realizar condutas fisioterapêuticas aplicadas ao esporte de rendimento e amador.
- Realizar consultas, avaliações e reavaliações do paciente colhendo dados, solicitando, executando e interpretando exames propedêuticos e complementares que permitam elaborar um diagnóstico cinético-funcional, para eleger e quantificar as intervenções e condutas fisioterapêuticas apropriadas, objetivando tratar as disfunções no campo da Fisioterapia, em toda sua extensão e complexidade, estabelecendo prognóstico, reavaliando condutas e decidindo pela alta fisioterapêutica;
- Encaminhar o paciente, quando necessário, a outros profissionais relacionando e estabelecendo um nível de cooperação com os demais membros da equipe de saúde;

### **4. OBJETIVO GERAL DA APRENDIZAGEM:**

Capacitar o aluno nos conhecimentos sobre fisioterapia desportiva no que se refere a avaliação e tratamento das lesões desportivas.  
Proporcionar ao aluno um conhecimento de outras áreas relacionadas ao esporte e a interdisciplinaridade.  
Estimular a pesquisa por parte dos alunos.

Habilitar o aluno a atuar de forma eficiente na Fisioterapia Desportiva.

## **5. CONTEÚDOS**

### **PRIMEIRA ETAPA**

1. Introdução a Fisioterapia Esportiva
  - 1.1 Conceitos e definições importantes
  - 1.2 Locais de atuação
  - 1.3 Modalidades esportivas
  - 1.4 Sociedade Nacional de Fisioterapia Esportiva – SONAFE
2. Treinamento Esportivo
  - 2.1 Noções de treinamento esportivo
3. Lesões Esportivas
  - 3.1 Análise cinesiológicas de lesões esportivas
  - 3.2 Principais lesões nas diversas modalidades esportivas
  - 3.3 Avaliação, prevenção e técnicas atuais de reabilitação de lesões
4. Prevenção de Lesões no Esporte
  - 4.1 Modelos de prevenção de lesões esportivas
  - 4.2 Modelo FIFA

### **SEGUNDA ETAPA**

5. Patologias relacionadas ao esporte
6. Avaliação Esportiva
  - 6.1 Avaliação fisioterapêutica pré-participação no esporte
  - 6.2 Functional Movement Screen – FMS
7. Reabilitação das Lesões Esportivas
  - 7.1 Avaliações das Lesões
  - 7.2 Condutas Fisioterapêuticas

## **6. EXTENSÃO:**

“O projeto “Fisioterapia no Esporte” tem como propósito assistir pessoas que pratiquem qualquer tipo de exercício físico. Esta tem por objetivo a prevenção e recuperação de lesões e alívio de dores de atletas amadores e profissionais, utilizando dos mais diversos recursos da Fisioterapia no intuito que o indivíduo possa absorver os melhores resultados da prática esportiva, realizando a aproximação entre a instituição de ensino superior e a assessorias esportivas, proporcionando aos alunos uma vivência prática profissional na área esportiva, estimulando o processo de aprendizagem e corroborando na construção de um profissional crítico ao longo do processo de formação. Durante todo o semestre letivo, haverá comunicação entre os professores e coordenadores com os profissionais da Assessoria Corretiago, localizada em Paulo Afonso - BA. Após a realização da 1ª etapa letiva do semestre, os alunos irão ser apresentados à equipe da Assessoria e, em grupos, irão realizar visitas para realização de acompanhamento da rotina esportiva da Assessoria. Após entender a rotina esportiva, serão orientadas as condutas realizadas com os atletas, e auxiliarão na realização de atividades de prevenção de lesão. As visitas estão programadas para finalizar antes do final da 2ª etapa. Em relação ao Instituto de Fisioterapia Desportiva do Recife, os alunos irão realizar visita técnica para entendimento de um local que possui suporte multidisciplinar com a presença de um fisioterapeuta desportivo na equipe.”

## **7. METODOLOGIA:**

### ▪ **1ª ETAPA E 2ª ETAPA**

- ✓ Aulas expositivas e interativas, com participação ativa dos acadêmicos nos questionamentos e opiniões;
- ✓ Leitura de artigos e produções científicas para discussões e debates em grande grupo;
- ✓ Resolução de exercícios;
- ✓ Metodologias Ativas;
- ✓ Pesquisas em base de dados, livros e periódicos;
- ✓ Dinâmicas;

### ▪ **Metodologias baseadas nas Tecnologias**

- ✓ Leitura e discussão de textos (Sala de Aula Invertida);
- ✓ Estudos de Caso Individuais (Relatório entregue no MAR).

## **8. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:**

- **1ª Etapa:**

Avaliação Institucional  
Avaliação PBL (Aprendizagem Baseada em Problemas)

- **2ª Etapa:**

Avaliação Institucional  
Avaliação PBL (Aprendizagem baseada em Problemas)

### 9. RECURSOS:

Sala de aula virtual	Ambiente Virtual de Aprendizagem	Laboratório(s) - agendar
Google Meet	AVA	Outros (informar)

### 10. ATENDIMENTO EXTRA CLASSE:

Os atendimentos serão realizados diariamente por email ([zirlene.brito@unirios.edu.br](mailto:zirlene.brito@unirios.edu.br))

### 11. BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

ESTÉLIO H. M. Dantas. **Alongamento e flexionamento 6a ed.** Editora Manole. Print ISBN: 9788520454473. 2018. *E-book*  
RIEBE, Deborah et al. **Diretrizes do ACSM para os Testes de Esforço e sua Prescrição, 10ª edição.** Grupo GEN. Print ISBN: 9788527732871. 2018. *E-book*  
ZATSIORSKY, Vladimir M. **Biomecânica no Esporte - Performance do Desempenho e Prevenção de Lesão.** Grupo GEN. Print ISBN: 978-85-277-0886-9. 2003. *E-book*

### 12. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

Michael McGillicuddy. **Massagem para o desempenho esportivo.** Grupo A. Print ISBN: 9788536327709. 2012. *E-book*  
Marília dos Santos Andrade; Claudio Andre Barbosa de Lira. **Fisiologia do exercício.** Editora Manole. Print ISBN: 9788520441008. 2016. *E-book*  
Carlos Eduardo Negrão; Antônio Carlos Pereira Barretto; Maria Urbana Pinto Brandão Rondon. **Cardiologia do exercício: do atleta ao cardiopata 4a ed.** Editora Manole. Print ISBN: 9788520457153. 2019. *E-book*  
PLOWMAN, Sharon A.; SMITH, Denise L. **Fisiologia do Exercício - Para Saúde, Aptidão e Desempenho, 2ª edição.** Print ISBN: 978-85-277-0080-1. 2010. *E-book*  
DANGELO, José Geraldo. **Anatomia humana básica.** São Paulo: Atheneu, 2011.

**13. LEITURA COMPLEMENTAR:**

**14. INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES:**

**15. APROVAÇÃO:**

Aprovado em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Homologado em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**COORDENADOR(A)**

**PRÓ REITORIA DE ENSINO**

OBS: As datas das avaliações poderão sofrer alterações de acordo com o disciplinado pela secretaria acadêmica do Unirios.