PÓS-GRADUAÇÃO EM TREINAMENTO PERSONALIZADO
ESTRUTURA CURRICULAR - 2 MESES

DISCIPLINAS	CARGA HORÁRIA (H/A)
Aspectos Complementares da Prescrição de Exercícios Conteúdo: - Desenvolvimento das capacidades coordenativas; - Desenvolvimento das habilidades motoras; - Controle das variáveis de carga do treinamento dinâmico; - Controle das variáveis de carga no treinamento resistido; - Planejamento do treinamento não desportivo	70
Metodologia do Trabalho e da Pesquisa Conteúdo: - Tipos de Conhecimento; - Pôster Científico; - Elementos pré-textuais, textuais e pós-textuais; - Referências; - Citações	14
Aprofundamento Clínico Conteúdo: - Aprofundamento clínico em diabetes; - Aprofundamento clínico em hipertensão; - Aprofundamento clínico em DAC; - Aprofundamento clínico em envelhecimento; - Aprofundamento clínico em Obesidade	70
Fisiologia, Nutrição Básica e Desportiva Conteúdo: - Aspectos Bioquímicos e Fisiológicos: Proteínas; - Fisiologia e Bioquímica do Músculo - Sistemas Aeróbicos de Fornecimento - Estrutura e Função da Musculatura - Mecanismos de Fadiga; - Suplementação Esportiva	70
Medidas e Avaliação Esportiva Conteúdo: - Antropometria e Avaliação Antropométrica; - Medidas de Dobras Cutâneas; - Avaliação da Capacidade Motora; - Teste de Resistência Aeróbica; - Tipos de Fibras Musculares; - Estrutura Macroscópica e Histológica; - Mecanismos de Fadiga Muscular; - Testes e Protocolos de Medida; - Avaliação Psicológica dos Atletas	70

Planejamento e periodização do treinamento esportivo Conteúdo: - Princípios do Treinamento Esportivo; - Capacidade e Potência; - Capacidades Físicas; - Periodização; - Heterocronismo da Recuperação	70