CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO *LATO SENSU EM TREINAMENTO ESPORTIVO E MUSCULAÇÃO*

ESTRUTURA CURRICULAR/CARGA-HORÁRIA

DISCIPLINAS	CARGA HORÁRIA
Qualidade de vida e saúde coletiva	24h
Bioquímica aplicada ao exercício	24h
Fisiologia do Exercício	32h
Biomecânica e Cinesiologia aplicadas à saúde	24h
Princípios do treinamento físico	24h
Bases do Treinamento Personalizado – prestação de serviço	24h
Medidas e Avaliações – Específicas	24h
Avaliação Postural	08h
Metodologia da Pesquisa Científica	16h
Prescrição de Treinamento Aeróbico e Anaeróbico	16h
Prescrição de Treinamento de Flexibilidade	16h
Prescrição de Treinamento de Força e Potência	16h
Prescrição de programas de treinamento e musculação	16h
Prescrição de Exercícios para grupos especiais	16h
Periodização do Treinamento Personalizado	16h
Primeiros Socorros, Prevenção e Reabilitação de lesões	24h
Psicologia do Esporte	24h
Bases nutricionais, Suplementação no esporte e Princípios da Farmacologia	16h
Seminário de orientação de artigo científico	08h
CARGA HORÁRIA TOTAL	**368**