



## Matriz Curricular – Pós- Graduação em Fisiologia do Exercício e Treinamento Personalizado

<b>Módulo 1<sup>A</sup></b>	
<b>Disciplina</b>	<b>Carga Horária</b>
EAD – Autoconhecimento e Autodesenvolvimento	28 Horas/ Aula
FISIOLOGIA GERAL	20 horas/aula
FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO	28 horas/aula
ADAPTAÇÕES FISIOLÓGICAS INDUZIDAS PELA ATIVIDADE FÍSICA	20 horas/aula
ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE	20 horas/aula
TREINAMENTO DE FORÇA	20 horas/aula

<b>Módulo 1C</b>	
<b>Disciplina</b>	<b>Carga Horária</b>
EAD – TCC 2	28 Horas/ Aula
ATIVIDADES FÍSICAS PARA IDOSOS	20 horas/aula
ATIVIDADES FÍSICAS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES	20 horas/aula
TREINAMENTO DE CORRIDA DE RUA	20 horas/aula
TREINAMENTO PERSONALIZADO II	28 horas/aula
TÓPICOS ESPECIAIS	20 horas/aula

<b>Módulo 1B</b>	
<b>Disciplina</b>	<b>Carga Horária</b>
EAD – Negociação	28 Horas/ Aula
EAD – TCC 1	28 Horas/ Aula
FUNDAMENTOS DO TREINAMENTO ESPORTIVO	28 horas/aula
TREINAMENTO DE ENDURANCE	20 horas/aula
NUTRIÇÃO APLICADA AO EXERCÍCIO	20 horas/aula
SINESIOLOGIA APLICADO AO ESPORTE	20 horas/aula
TREINAMENTO PERSONALIZADO I	20 horas/aula
SEMINÁRIOS DE PESQUISA EM FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO	16 horas/aula

Os módulos deste curso (1A, 1B e 1C) são independentes, ou seja, não serão necessariamente cursados nessa ordem

**Carga Horária Total**

Disciplinas à Distância (EAD): 112 Horas/ Aula

Disciplinas Presenciais: 340 horas/ Aula

**Sub Total: 452 Horas/ Aula**

Estudos Autônomos: 144 Horas/ Aula

**Total: 596 Horas/ Aula**