

INTRODUÇÃO A FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

Ementa:

Introdução a Fisiologia do Exercício; Sistema Metabólico e exercício; Sistema cardiovascular e exercício; Sistema respiratório e exercício; Sistema neurológico e exercício; Sistema endócrino e exercício; Sistema musculoesquelético e exercício; Avaliação da aptidão Física; Exercícios em condições extremas.

Bibliografia básica:

- Fox, E.L. ; Bowers, r. W. ; Foss, M. L. Bases Fisiológicas da Educação Física e dos Desportos. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan,1991
- McArdle, W.D.; Katch, F.I.; Katch, V.L. Fisiologia do Exercício Energia, Nutrição e performance humana. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan, 1991