

CURSO <b>Bacharelado em Educação Física</b>			TURMA <b>Educação Física 5º AN</b>		TURNO <b>Noturno</b>	PERÍODO LETIVO <b>2024.2</b>
DISCIPLINA <b>Treinamento Desportivo</b>	HORÁRIO <b>TER 19:00 22:00 3 Aula(S)/Semana de</b>	CH <b>60</b>	PROFESSOR <b>NELSON ANTONIO BURANELLI VIEIRA</b>			

Nro Aula	Data da aula	Assunto	Nro Aula	Data da aula	Assunto
001	13/08/2024	Apresentação da proposta do componente. Ajuste de procedimentos metodológicos e de instrumentos avaliativos	009	01/10/2024	Aula prática - Treino de força pura
002	20/08/2024	Princípios do treinamento desportivo	010	08/10/2024	Aula prática - resistência anaeróbia
003	27/08/2024	Princípios da adaptação e sobrecarga	011	15/10/2024	Aula prática - vias metabólicas e tipos de exercícios
004	03/09/2024	Apresentação de seminários: tipos de treinamento	012	22/10/2024	Aula prática - treino de capacidades físicas
005	10/09/2024	Periodização - macrociclo, mesociclo, microciclo	013	29/10/2024	Estudo dirigido
006	17/09/2024	Capacidades físicas e valências físicas	014	05/11/2024	Divisão de periodização para corredores e ciclistas
007	21/09/2024	Aula prática - principio da inter-depencia volume intensidade	015	12/11/2024	Avaliação parcial - construção de macrociclo de treinamento para ciclistas
008	24/09/2024	Estado estável e consumo de consumo de oxigênio	016	19/11/2024	Avaliação parcial - construção de periodização para ciclismo

Documento assinado eletronicamente

Professor: **NELSON ANTONIO BURANELLI VIEIRA**

CPF: 016.892.885-07

Email: nelsonburanelli@hotmail.com

CURSO <b>Bacharelado em Educação Física</b>		TURMA <b>Educação Física 5º AN</b>		TURNO <b>Noturno</b>	PERÍODO LETIVO <b>2024.2</b>
DISCIPLINA <b>Treinamento Desportivo</b>	HORÁRIO <b>TER 19:00 22:00 3 Aula(S)/Semana de</b>	CH <b>60</b>	PROFESSOR <b>NELSON ANTONIO BURANELLI VIEIRA</b>		

Nro Aula	Data da aula	Assunto	Nro Aula	Data da aula	Assunto
<b>017</b>	26/11/2024	Métodos avaliativos de desempenho atlético			
<b>018</b>	03/12/2024	Aula prática - capacidades motoras coordenativas			
<b>019</b>	10/12/2024	Avaliação unidade 2			
<b>020</b>	17/12/2024	Prova final			

**Documento assinado eletronicamente**

Professor: **NELSON ANTONIO BURANELLI VIEIRA**

CPF: 016.892.885-07

Email: nelsonburanelli@hotmail.com

Host Name: 186-216-222-005.cgnat.start.psi.br

BR.Bahia Time Zone: America/Bahia 2024-12-23 19:14:00.61