

CURSO Bacharelado em Educação Física			TURMA Educação Física 3º AN		TURNO Noturno	PERÍODO LETIVO 2025.2
DISCIPLINA Ergonomia e Ginástica Laboral	HORÁRIO TER 19:00 22:00 3 Aula(S)/Semana de	CH 60	PROFESSOR Daniela Kelly Miranda Santos Saraiva			

Nro Aula	Data da aula	Assunto	Nro Aula	Data da aula	Assunto
001	05/08/2025	Apresentação da proposta do componente, ajustes metodológicos e de instrumentos avaliativos. Conceitos e princípios da ergonomia	009	14/10/2025	Ergonomia no trabalho: Iluminação, conforto térmico e acústico em atividades intelectuais. Trabalho em ambientes frios. A visão no trabalho.
002	12/08/2025	Introdução a ginástica laboral	010	21/10/2025	Ergonomia cognitiva e Atividades físicas relacionadas. 2ª chamada da Avaliação
003	01/09/2025	Ergonomia nas empresas e ginástica preparatória/ compensatória.	011	28/10/2025	Aula prática de Ginástica laboral: alongamento/ mobilidade / exercícios preparatórios compensatórios. Fundamentos de massoterapia. Atividades de relaxamento.
004	08/09/2025	Leis aplicadas à ergonomia e ginástica laboral.	012	04/11/2025	Educação postural em ergonomia do trabalho.
005	16/09/2025	Estudo dirigido (LEIS de ergonomia no trabalho) LER e DORT. Prática.	013	08/11/2025	Projeto Fatec cidadã
006	25/09/2025	Regulamentações da ergonomia no trabalho. Direitos dos trabalhadores.	014	11/11/2025	Ergonomia: Trabalho em ambientes de temperaturas elevadas ou baixas. Atividades físicas compensatórias. Educação postural.
007	30/09/2025	Lesões musculares e suas implicações para a saúde. Limitações da ginástica laboral no tratamento de lesões.	015	18/11/2025	Ergonomia do trabalho: princípios de Taylor. A ergonomia na história.
008	07/10/2025	Avaliação da I Unidade	016	19/11/2025	Visita Técnica a empresas. Visita para levantamento de dados sobre ergonomia do trabalho. Entrevista com funcionários para intervenção com ginástica laboral.

Documento assinado eletronicamente

Professor: Daniela Kelly Miranda Santos Saraiva

CPF: 786.467.155-15

Email: kellyhesedh@hotmail.com

CURSO Bacharelado em Educação Física		TURMA Educação Física 3º AN		TURNO Noturno	PERÍODO LETIVO 2025.2
DISCIPLINA Ergonomia e Ginástica Laboral	HORÁRIO TER 19:00 22:00 3 Aula(S)/Semana de	CH 60	PROFESSOR Daniela Kelly Miranda Santos Saraiva		

Nro Aula	Data da aula	Assunto	Nro Aula	Data da aula	Assunto
017	25/11/2025	Estresse e doenças psicossomáticas no ambiente de trabalho. Ginástica laboral com ênfase no psicossocial.			
018	02/12/2025	Avaliação 1: seminários (pesquisa de campo).			
019	09/12/2025	Avaliação da II unidade. Prova.			
020	16/12/2025	Prova final.			

Documento assinado eletronicamente

Professor: **Daniela Kelly Miranda Santos Saraiva**

CPF: 786.467.155-15

Email: kellyhesedh@hotmail.com

Host Name: b5d8dc44.virtua.com.br

BR.Bahia Time Zone: America/Bahia 2025-12-22 11:16:44.997