

ID	2021
Unidade Curricular	Metodologia do Treino na Reabilitação
Regente	Francisco José Bessone Ferreira Alves
Objectivos	Para discutir a metodologia de formação, como forma de reabilitação do atleta lesionado ou desportistas recreativos / mulheres. Para discutir a influência do exercício sobre a saúde geral, considerando o papel benéfico do exercício em diferentes condições de saúde. Para fornecer os princípios básicos de métodos de formação na área da saúde e da doença e para revisar os métodos de treinamento em um contexto clínico
Conteúdos Programáticos em Syllabus	Métodos de treinamento aeróbico, métodos de treinamento anaeróbio, métodos de treinamento de força, as respostas cardiovasculares, respostas neuromusculares, exercício e saúde, prevenção da doença, as considerações epidemiológicas, Avaliação de parâmetros de saúde, estudos de intervenção
Avaliação	Exame por escrito
Bibliografia	<p>Buller, A., Eccles, C., & Eccles, R. (1960a). Differentiation of fast and slow muscles in the cat hind limb. <i>J Physiol</i>, 150, 399-416.</p> <p>Buller, A., Eccles, C., & Eccles, R. (1960b). Interaction between motoneurons and muscles in respect of the characteristic speeds of their responses. <i>J Physiol</i>, 150, 417-439.</p> <p>Dietz, V., Noth, J., & Schmidtbleicher, D. (1981). Interaction between pre-activity and stretch reflex in human triceps brachii during landing from forwards falls. <i>Journal of Physiology</i>, 311, 113-125.</p> <p>Dietz, V., & Schmidtbleicher, D. (1979). Neuronal mechanisms of human locomotion. <i>J. Neurophysiol.</i>, 42, 1212-1222.</p> <p>Gollhofer, A. (1987). <i>Komponenten der Schnellkrafleisung im dehnungs.</i> Unpublished Doctoral Thesis, University of Freiburg.</p> <p>Gollhofer, A., Strojnik, V., Rapp, W., & Schweizer, L. (1992). Behaviour of triceps surae muscle-tendon complex in different jump conditions. <i>Eur. J. Appl. Physiol.</i>, 64, 283-291.</p> <p>Henneman, E., & Mendell, L. M. (1981). Functional organization of motoneu</p>