

<b>ID</b>	484
<b>Unidade Curricular</b>	Metodologia do Treino na Reabilitação
<b>Regente</b>	Francisco José Bessone Ferreira Alves
<b>Objectivos</b>	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
<b>Conteúdos Programáticos em Syllabus</b>	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
<b>Avaliação</b>	Exame por escrito
<b>Bibliografia</b>	<p>Buller, A., Eccles, C., &amp; 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., &amp; 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., &amp; 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., &amp; 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 Unpublished Doctoral Thesis, University of Freiburg.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., &amp; 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., &amp; Mendell, L. M. (1981). Functional organization of motoneu</p>