

CIÊNCIA DO EXERCÍCIO, TREINAMENTO ESPECIALIZADO E GESTÃO DE CARREIRA PARA PERSONAL TRAINERS

LATO-SENSU
PRESENCIAL

O mercado de personal trainer e treinamento especializado tem evidenciado expansão contínua, motivado pelo aumento da busca por saúde, qualidade de vida, bem-estar e atendimento individualizado em atividades físicas. Instituições de ensino têm ampliado suas ofertas de pós-graduação em personal training para atender essa demanda. Na região do Vale do Paraíba, em particular, apresenta uma carência em oferta, sobretudo em municípios menores, como é o caso de Lorena, Guaratinguetá e Cruzeiro, potenciais municípios para viabilização da proposta de Curso. De fato, essa temática, sobretudo com foco em gestão de carreira e tecnologia aplicada à atuação do personal trainer ainda é relativamente restrita, o que representa uma oportunidade estratégica para se diferenciar.



PERFIL DO EGRESSO

Profissionais de Educação Física, Nutricionistas, Fisioterapeutas, e demais áreas afins. E como pré-requisito básico: Diploma de nível superior (Graduação) em cursos de Educação Física, Nutrição, Fisioterapia, e áreas afins, reconhecido pelo Ministério da Educação do Brasil ou revalidado quando emitido em instituições de ensino estrangeiras, na forma da regulamentação federal.

MATRIZ CURRICULAR

260h	Total Horas Presencial
100h	Total Horas AVA
360h*	Total de carga horária do curso

*260h: Presencial
100h: Ambiente Virtual de Aprendizagem

1º SEMESTRE	CH
FUNDAMENTOS DA PREPARAÇÃO FÍSICA E SAÚDE PARA POPULAÇÕES ESPECIAIS	20
FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO	30
CINESIOLOGIA E BIOMECÂNICA APLICADAS AO EXERCÍCIO	30
ADAPTAÇÕES NEUROMUSCULARES DO TREINAMENTO DE FORÇA	20
NUTRIÇÃO APLICADA AO EXERCÍCIO	20
AVALIAÇÃO FÍSICA E PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIO ÀS POPULAÇÕES ESPECIAIS	20
ASPECTOS CLÍNICOS E FISIOLÓGICOS DAS POPULAÇÕES ESPECIAIS	20
PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO NA OBESIDADE, DISLIPIDEMIAS, DIABÉTICOS E SÍNDROME – METABÓLICA	20

2º SEMESTRE	CH
PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA HIPERTENSOS E DOENÇAS CARDIOVASCULARES	20
PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA IDOSOS E GESTANTES	20
PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO NAS DOENÇAS ARTICULARES, LIGAMENTARES E TENDÍNEAS	20
PRESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA INDIVÍDUOS COM CÂNCER E AIDS	20
TREINAMENTO FUNCIONAL APLICADO À PREVENÇÃO E REABILITAÇÃO DAS LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS	20
PREVENÇÃO DE ACIDENTES E SOCORROS DE URGÊNCIA NO TREINAMENTO PERSONALIZADO	10
TRANSFORMAÇÃO DIGITAL NA ÁREA DA SAÚDE	10
USO DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL EM SAÚDE	10
EMPREENDEDORISMO, MARKETING E FINANÇAS APLICADAS PARA ATUAÇÃO DO PERSONAL TRAINER	20
TÉCNICAS EM AVALIAÇÃO DO CLIENTE E INDIVIDUALIZAÇÃO DO PROGRAMA DE TREINAMENTO	10
PROJETO FINAL DE CURSO	20

Modalidade do curso

O curso será ofertado na modalidade PRESENCIAL. Em todo caso, há disciplinas que serão ofertadas no formato presencial, e a complementação da Carga Horária, a ser desenvolvida, por meio de atividades, via Ambiente Virtual de Aprendizagem, a serem definidas pelo docente responsável pela disciplina, e coordenação de Curso, sendo essas consideradas semipresenciais. Por outro lado, há disciplinas que serão desenvolvidas exclusivamente no formato presencial, sem a complementação no AVA. O Curso tem o total de 360 h , sendo estas distribuídas em 260 h presencial e 100 h atividades no AVA, em que o docente complementarará daquela disciplina fará a inserção de materiais/-conteúdos no AVA.

Infraestrutura do Curso

No quesito Infraestrutura, o curso será oferecido nas instalações do UNISAL, que dispõe dos espaços, recursos e equipamentos, físicos e/ou virtuais, adequados e satisfatórios para este fim, englobando, salas de aula, laboratórios de informática com programas e equipamentos compatíveis para as necessidades do curso (em especial, laboratórios de redes de computadores), bibliotecas, física e on-line, estacionamento, Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) com salas de videoconferência etc.

