

PROCESSO CEE Nº 1013/81

INTERESSADA: ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE AVARÉ

ASSUNTO : Curso de especialização em Teoria do Treinamento Desportiva

RELATOR : Cons. Alpíno Lopes Casali

PARECER CEE Nº 1010/81 - CTG - APROVADO EM 24 / 6 / 81

I - RELATÓRIO

1. HISTÓRICO:

A Escola Superior de Educação Física, da Fundação Regional Educacional de Avaré, submeteu ao Conselho Estadual de Educação pedido de aprovação de um curso de especialização tendo por objeto a Teoria do Treinamento Desportivo.

A duração do curso será de 360 horas, ministradas, à noite, às sextas-feiras e pela manhã aos sábados. Nos meses de julho e dezembro, as aulas serão ministradas, aos sábados, durante o dia.

Haverá aulas expositivas e práticas, seminários e pesquisas dirigidas.

A avaliação e a frequência serão obrigatórias.

Aquela será feita através de prova escrita, trabalho de pesquisa bibliográfica e seminário no total de 100 pontos, 40% para a primeira e 30% para cada uma das demais provas.

Será aprovado o aluno que obtiver no mínimo 50 pontos e 05% de frequência.

A bibliografia básica compreende autores nacionais e estrangeiros.

O número de vagas é de 60.

Este o programa de curso:

1 - Evolução histórica do treinamento desportivo -

Períodos da evolução: - Grécia Antiga e Romanos;
da improvisação;
da sistematização;
pré-científico;
treinamento científico ou moderno.

Treinamento Moderno: - Escola Saxônica, Escola Socialista;

Escola Européia - Ocidental e Escola Asiática;
Organização do Treinamento Desportivo: Planejamento - Periodização;

Ciclos do Treinamento: - Plano Diário o Avaliação de Treinamento;

Bases de Treinamento Desportivo; Nível do Treinamento-exercícios físicos, fatores exógenos, fatores endógenos, treinamento autógenos e treinamento mental.

Carga do treinamento: Volume, Intensidade, Duração e Frequência;

Adaptações do Treinamento: Supercompensação;

Efeitos funcionais e morfológicos de treinamento.

Estudo das Qualidades Físicas:

- a) - Velocidade: divisão, características e velocidade nos esportes;
- b) - Força: conceitos, divisão de acordo com vários autores, fatores limitantes e tipos de força, bases anatômicas e fisiológicas da força;
- c) - Resistência: conceitos, definições, bases fisiológicas e resistência segundo vários autores.

Resistência Aeróbica: divisão, bases fisiológicas e consumo máximo de oxigênio.

Resistência Anaeróbica: divisão, bases fisiológicas e resistência anaeróbica nos esportes.

Flexibilidade: conceitos determinantes, importância nos esportes e métodos de treinamento.

Coordenação, Habilidade e Destreza: conceitos, importância no esporte, fatores determinantes e métodos para seu desenvolvimento.

Equilíbrio e Agilidade} conceitos, tipos, importância e formas de treinamento.

Método de Treinamento para a resistência aeróbica e resistência anaeróbica:

- a) - Treinamento contínuo;
- Treinamento de Duração;
- Fartlek Sueco e Polonês;

- Cross - Promenade;
- Método Cerutty ;
- Treinamento de Maratona;
- Treinamento de Altitude;
- Método Dureyakov e Fruktovtov;
- Método Van Aaken.

- b) - Treinamento Contínuo
 - Treinamento de Intervalos: curto e longo;
 - Treinamento de Tempo;
- b.a) - Treinamento de Intervalo de Tempo;
- b.b) - Treinamento de Intervalo de Sprint;
- b.c) - Treinamento de Tempo Longo.
- c) - Treinamento em Circuito: formas, princípios e controle:
 - Treinamento da Força:
 - Treinamento da pirâmide;
 - Treinamento com halteres;
 - Método das Ondas;
 - Método em forma de escadas:
 - Treinamento em máquinas especiais;
 - Testes de condição física, técnica, psicológica e específica para cada modalidade esportiva.

- II - Parte -
 - Pesquisa bibliográfica supervisionada sobre as diversas correntes de treinamento especializado.
 - Elaboração de um plano de pesquisa.

- III - Parte -
 - Pesquisa e desenvolvimento;
 - Organização de uma pesquisa;
 - Normas para apresentação da pesquisa;
 - Elaboração de pesquisas bibliográficas.
- O curso custará para cada aluno Cr\$ 17.600,00.
O curso será ministrado pelo Professor José Luis Fernandes.

É Licenciado pela Escola de Educação Física da Universidade São Paulo. Diploma registrado. Conforme declaração assinada, realizou diversos cursos no País e no estrangeiro.

É Professor da Faculdade. Sua disciplina é Atletismo.

2. FUNDAMENTAÇÃO:

O programa do curso esta conforme à exigência do art. 3º da Deliberação CEE nº 12/79. Tem por objeto o aprofundamento de conhecimentos em disciplinas ou técnicas em área restrita.

Atendeu, outrossim, ao disposto no art. 4º da mesma Deliberação - apresentou ou declarou o programa, a sua duração, a exigência para a matrícula, bibliografia básica, número total - de vagas, o professor responsável.

A qualificação mínima do docente será a de Mestre, excepcionalmente, poderá ser admitido docente com outra titulação, acolhida pelo Conselho Estadual de Educação.

Embora tenha declarado ser professor de Educação Física na Faculdade de Ciências Médicas de Botucatu-UNESP e na Faculdade de Educação Física do Clube Náutico Mogiano, de Mogi das Cruzes, o professor e a Faculdade não indicaram qual seja a disciplina ministrada. Nos cursos que realizou e nos que ministrou, a área de Atletismo é preponderante. Na Faculdade proponente é professor da disciplina Atletismo.

Não é, como se presume, um professor com livre trânsito, em várias áreas desportivas. Por conseguinte, as aulas - práticas terão campo restrito.

Assim, pois, se ficar adstrito à área de Atletismo, o curso poderá ser havido como de especialização; do contrário, será curso de extensão universitária.

No entanto, tendo a Faculdade solicitado aprovação para um curso de especialização, optamos, em face do que consta nos autos, pela primeira solução, cingir-se-á à área de Atletismo, sobre Treinamento Desportivo.

Sob esse aspecto, o pedido da Faculdade poderá ser aprovado.

II - CONCLUSÃO

Aprova-se, nos termos deste Parecer, o Curso de Especialização em Teoria do Treinamento Desportivo na área de Atletismo, a ser ministrado pela Escola Superior de Educação Física de Avaré.

São Paulo, 05 de Junho de 1981

a) Conselheiro Alpínolo Lopes Casali - Relator

III - DECISÃO DA CÂMARA

A CÂMARA DO ENSINO DO TERCEIRO GRAU adota como seu Parecer o voto do Relator.

Presentes os nobres Conselheiros: Alpínolo Lopes Casali, Armando Octávio Ramos, Célio Benevides de Carvalho, Eurípedes Malavolta, Moacyr Expedito M. Vaz Guimarães, Nicolas Boer, Paulo Gomes Romeo.

Sala da Câmara do Terceiro Grau, em 17.6.81

a) Cons. Moacyr Expedito M. Vaz Guimarães - Presidente

IV - DELIBERAÇÃO DO PLENÁRIO

O CONSELHO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO aprova, por unanimidade, a decisão da Câmara do Ensino do Terceiro Grau, nos termos do Voto do Relator.

Sala "Carlos Pasquale", em 24 de junho de 1981

a) Conselheira MARIA DE LOURDES MARIOTTO HAIDAR
Presidente