

DISCIPLINA TÓPICOS EM CIÊNCIAS DO ESPORTE

Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano e Reabilitação - Instituto de Saúde e Sociedade - UNIFESP
Pró-reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP)

Nome:	Disciplina Tópicos em Ciências do Esporte
Programa:	Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano e Reabilitação - Instituto de Saúde e Sociedade - UNIFESP
Responsável Disciplina:	Ricardo Luis Fernandes Guerra
Colaboradores:	Claudia Ridel Juzwiak (Docente) Ricardo da Costa Padovani (Docente) Carlos Eduardo Pinfieldi (Docente)

Detalhes da disciplina

Código: 580

Carga horária: 30 horas (30h teóricas, 0h prática, 0h de atividades extras)

Créditos: 2

Requisitos / Critérios de ingresso: Projeto de pesquisa alinhado com a temática em ciências do esporte

Ementa do curso: Transmissão e troca de conhecimentos sobre as diferentes formas de otimizar aspectos associados ao desempenho esportivo, discutindo avanços em diferentes áreas, suas implicações, bem como a influência da ciência em procedimentos de avaliação, controle e prescrição do exercício físico, nutrição, psicologia e intervenções terapêuticas pertinentes ao desempenho humano e esportivo em diferentes modalidades.

Bibliografia: Assunção AR, Bottaro M, Cardoso EA, et al. Effects of a low-volume plyometric training in anaerobic performance of adolescent athletes. *The Journal of sports medicine and physical fitness*. 2018;58(5):570-575. Bangsboo, J. (2015). Performance in sports & With specific emphasis on the effect of intensified training. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 2015:15 (Suppl. 4): 88-99. <http://doi: 10.1111/sms.12605>. Casals, C.; Huertas, J.R.; Franchini, E.; Escobar-Molina, R. Special judo fitness test level and anthropometric profile of elite spanish judo athletes. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, November 2015 (Epub ahead of print). doi: 10.1519/JSC.0000000000001261 Ferraresi C, Hamblin MR, Parizotto NA. Low-level laser (light) therapy (LLLT) on muscle tissue: performance, fatigue and repair benefited by the power of light. *Photonics Lasers Med*. 2012 November 1;1(4):267-86. Filaire E, Lac G, Pequignot JM. Biological, hormonal, and psychological parameters in professional soccer players throughout a competitive season. *Percept Mot skills*. 2003 Dec;97(3 Pt 2):1061-72. Gabbett, TJ, and Domrow, N. Relationships between training load, injury, and fitness in sub-elite collision sport athletes. *J Sport Sci*, 25: 1507-1519. 2007. Hammami M, Gaamouri N, Aloui G, Shephard RJ, Chelly MS. Effects of a Complex Strength-Training Program on Athletic Performance of Junior Female Handball Players. *Int J Sports Physiol Perform*. 2019;14(2):163-169. Hartmann, H., Wirth, K., Keiner, M., Mickel, C., Sander, A., Szilvas, E. (2015). Short-term Periodization Models: Effects on Strength and Speed-strength Performance. *Sports Medicine*, 45(10):1373-86. doi: 10.1007/s40279-015-0355-2. Jeukendrup, A.E. Periodized Nutrition for Athletes. *Sports Med* (2017) 47 (Suppl 1):S51-S63. Loturco, I., Ugrinowitsch, C., Roschel, H., Tricoli, V., & González-Badillo, J.J. (2013). Training at the

optimum power zone produces similar performance improvements to traditional strength training. *Journal of Sports Science & Medicine*, 12(1), 109-115.

Loturco, I., Artioli, G. G., Kobal, R., Gil, S., & Franchini, E. (2014). Predicting Punching Acceleration From Selected Strength and Power Variables in Elite Karate Athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 28(7), 1826-1832. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000329>

Meur, Y. Le, Hausswirth, C., Natta, F., Couturier, A., Bignet, F., Vidal, P.P., & Le Meur, Y. (2013). A multidisciplinary approach to overreaching detection in endurance trained athletes. *Journal of Applied Physiology* (Bethesda, Md.): 1985), 114(3), 411-420. <http://doi.org/10.1152/jappphysiol.01254.2012>

Oliveira, R, Leicht, A, Bishop, D, Barbero-Álvarez, JC, and Nakamura, F. Seasonal changes in physical performance and heart rate variability in high level futsal players. *Int J Sport Med*, 34: 424-430, 2013.

Ozbar N, Ates S, Agopyan A. The effect of 8-week plyometric training on leg power, jump and sprint performance in female soccer players. *J Strength Cond Res*. 2014; 28(10): 2888-94.

Ramirez-Campillo, R, et al., Effects of Plyometric Jump Training on Physical Fitness in Amateur and Professional Volleyball: A Meta-Analysis, *Front. Physiol.*, 2021,12: 636140. <https://doi.org/10.3389/fphys.2021.636140>

Ronin, J.O.H.N.B.C., & Ansen, K.E.I.R.T.H. (2005). Strength and power predictors of sports speed. *Journal of Strength and Conditioning Research*,19(2), 349-357.

Viveiros, L., Moreira, A., Bishop, D., & Aoki, M. S. (2015). Ciência do Esporte no Brasil: reflexões sobre o desenvolvimento das pesquisas, o cenário atual e as perspectivas futuras. *Revista Brasileira De Educação Física E Esporte*, 29(1), 163-175. <https://doi.org/10.1590/1807-55092015000100163>

Walter, N., Nikoleizig, L., & Alfermann, D. (2019). Effects of Self-Talk Training on Competitive Anxiety, Self-Efficacy, Volitional Skills, and Performance: An Intervention Study with Junior Sub-Elite Athletes. *Sports* (Basel, Switzerland), 7(6), 148. doi.org/10.3390/sports7060148