LIDERANÇA E BIOMECÂNICA DESPORTIVA
INFORMAÇÕES GERAIS

APRESENTAÇÃO

O curso de Liderança e Biomecânica Desportiva proporciona uma formação integrada para profissionais que desejam aprimorar suas habilidades em liderança esportiva e aplicar conhecimentos biomecânicos para otimizar o desempenho e a saúde dos atletas. A combinação de liderança eficaz e compreensão biomecânica é essencial para a formação de equipes bem-sucedidas e para a criação de programas de treinamento inovadores e baseados em evidências.

OBJETIVO

Capacitar os participantes com conhecimentos e habilidades para liderar equipes esportivas e aplicar princípios de biomecânica para melhorar o desempenho e prevenir lesões no contexto desportivo.

METODOLOGIA

Concebe o curso LIDERANÇA E BIOMECÂNICA DESPORTIVA, numa perspectiva de Educação a Distância – EAD, visando contribuir para a qualificação de profissionais de educação que atuam ou pretendem atuar na área.

Código	Disciplina	Carga Horária
5351	Biomecânica Do Esporte	60

APRESENTAÇÃO

Fundamentos da biomecânica do esporte, princípios mecânicos básicos. Anatomia funcional relacionada ao esporte. Métodos de análise em biomecânica. Biomecânica aplicada a técnicas esportivas. Biomecânica da corrida. Biomecânica do salto. Biomecânica do lançamento e arremesso. Biomecânica em esportes de contato. Prevenção de lesões e otimização do desempenho. Biomecânica e prevenção de lesões. Biomecânica na reabilitação. Treinamento de força e flexibilidade. Avaliação biomecânica do atleta. Tecnologia e inovação na biomecânica do esporte. Tecnologias emergentes. Análise de dados no esporte. Modelagem e simulação. Futuro da biomecânica no esporte**.**

OBJETIVO GERAL

Este conteúdo pretende proporcionar ao aluno a compreensão e aplicação dos princípios da biomecânica no contexto do esporte, proporcionando uma base sólida em análise de movimento, prevenção de lesões, otimização do desempenho e uso de tecnologias emergentes.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Compreender os princípios básicos da biomecânica, incluindo terminologia, conceitos de mecânica e sua aplicação no esporte.
- Avaliar o movimento humano, focando em cinemática e cinética.
- Entender como os equipamentos esportivos influenciam a performance e a segurança.
- Identificar e compreender estudos de caso que demonstram a aplicação da biomecânica em diferentes esportes.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I - FUNDAMENTOS DA BIOMECÂNICA DO ESPORTE
BIOMECÂNICA E SUA APLICAÇÃO NO ESPORTE
MOVIMENTO HUMANO, CINEMÁTICA E CINÉTICA
EQUIPAMENTOS ESPORTIVOS PARA PERFORMANCE E SEGURANÇA
BIOMECÂNICA EM DIFERENTES ESPORTES
UNIDADE II - BIOMECÂNICA E TÉCNICA ESPORTIVA
BIOMECÂNICA E PERFORMANCE NA CORRIDA
BIOMECÂNICA DOS DIFERENTES TIPOS DE SALTOS ESPORTIVOS
BIOMECÂNICA NAS DIFERENTES TÉCNICAS DE LANÇAMENTO ESPORTIVO
BIOMECÂNICA EM ESPORTES DE CONTATO: FUTEBOL, RUGBY E ARTES MARCIAIS
UNIDADE III - PREVENÇÃO DE LESÕES E OTIMIZAÇÃO DO DESEMPENHO
BIOMECÂNICA E A PREVENÇÃO DE LESÕES
BIOMECÂNICA NA REABILITAÇÃO ESPORTIVA
TREINAMENTO DE FORÇA E FLEXIBILIDADE NA PERSPECTIVA BIOMECÂNICA
AVALIAÇÃO BIOMECÂNICA DO ATLETA
UNIDADE IV - TECNOLOGIA E INOVAÇÃO NA BIOMECÂNICA DO ESPORTE
TECNOLOGIAS EMERGENTES EM BIOMECÂNICA ESPORTIVA
ANÁLISE DE DADOS NA BIOMECÂNICA ESPORTIVA
MODELAGEM E SIMULAÇÃO EM BIOMECÂNICA ESPORTIVA
O FUTURO DA BIOMECÂNICA NO ESPORTE

REFERÊNCIA BÁSICA

VALENZA, Giovanna Mazzarro.; BARBOSA, Thalyta Mabel N. Barbosa. **Introdução à EAD**. Recife: Telesapiens, 2022.

REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

VALENZA, Giovanna Mazzarro.; BARBOSA, Thalyta Mabel N. Barbosa. **Introdução à EAD**. Recife: Telesapiens, 2022.

PERIÓDICOS

VALENZA, Giovanna Mazzarro.; BARBOSA, Thalyta Mabel N. Barbosa. **Introdução à EAD**. Recife: Telesapiens, 2022.

5349	**Jogos**	**60**

APRESENTAÇÃO

Panorama histórico e os principais conceitos. Classificação e tipos dos jogos de empresa. Estrutura e elementos dos jogos de empresa. Aprendizagem vivencial. Jogos dramáticos.

OBJETIVO GERAL

A aprendizagem ganha bem mais consistência quando ela articula todos os sentidos. Com base nesse princípio, este conteúdo tem por objetivo capacitar o estudante ou profissional da área de gestão e negócios a implementar técnicas e ferramentas vivenciais e dramáticas para gerar competências e habilidades significativas em participantes de treinamento e desenvolvimento gerencial.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Compreender o panorama histórico e principais conceitos sobre dinâmicas e jogos de empresas.
- Discernir sobre as diferenças e a aplicabilidade entre vivências individuais, dos subgrupos e coletivas.
- Identificar o objetivo e as características básicas dos jogos de empresas.
- Discernir sobre as vantagens da aplicação dos jogos de empresas.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I – FUNDAMENTOS SOBRE JOGOS EMPRESARIAIS
PANORAMA HISTÓRICO E OS PRINCIPAIS CONCEITOS
VIVÊNCIAS INDIVIDUAIS DOS SUBGRUPOS E COLETIVAS
OBJETIVO E CARACTERÍSTICAS BÁSICAS DOS JOGOS DE EMPRESA
VANTAGENS DA APLICAÇÃO DE JOGOS DE EMPRESA
UNIDADE II – ENTENDENDO A ESTRUTURAÇÃO DE UM JOGO EMPRESARIAL
CLASSIFICAÇÃO DOS JOGOS DE EMPRESA
TIPOS DE JOGOS DE EMPRESA
ESTRUTURA E ELEMENTOS DOS JOGOS DE EMPRESA
FASES E APLICAÇÕES DOS JOGOS DE EMPRESA
UNIDADE III – CICLOS DE APRENDIZAGEM VIVENCIAL
PRIMEIRA FASE DO CAV
SEGUNDA FASE DO CAV
TERCEIRA FASE DO CAV
QUARTA E QUINTA FASE DO CAV
UNIDADE IV – JOGOS DRAMÁTICOS NO CONTEXTO EMPRESARIAL
APRENDIZAGEM VIVENCIAL COM OS JOGOS DRAMÁTICOS
JOGOS DRAMÁTICOS
PRINCÍPIOS DOS JOGOS DRAMÁTICOS
APLICAÇÃO OS JOGOS DRAMÁTICOS

REFERÊNCIA BÁSICA

LACRUZ, A. J. **Jogos de Empresas:** considerações teóricas. Caderno de Pesquisas em Administração, São Paulo, v. 11, nº4, p-93-109, outubro/novembro, 2004.

LEWIN, K. **Problemas de dinâmica de grupo.**?Trad. de Miriam M. Leite. São Paulo: Cultrix. 1973.

REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

MARTINELLI, D. P. **A utilização de jogos de empresas no ensino de Administração.** Dissertação (Mestrado em Administração) – Departamento de Administração da FEA/USP. São Paulo: Universidade de

São Paulo, 1987.

MONTEIRO, R. F. **Jogos Dramáticos.** São Paulo: Ágora, 1994.

PERIÓDICOS

YOZO, R.Y.K. **Cem jogos para grupos:** uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas. 20 ed. São Paulo: Ágora, 1996.

5207	Liderança e Desenvolvimento de Equipes	60

APRESENTAÇÃO

Conceito de grupo e equipe segundo o olhar de alguns autores da área. Os tipos de grupos e equipes: primário; secundário; formal; informal; multifatoriais; virtuais; autogerenciados; grupos temporários; equipe de resolução de problemas. Estrutura dos grupos: papéis; normas; status; regras; tamanho. Formação de equipes eficazes: contexto; composição; projeto e processo de trabalho; comunicação; tomada de decisão (individuais e grupais). Conceitos de liderança e a diferença entre líder e chefe; abordagens de liderança (teoria do traço e teoria comportamental). Estilos de liderança: coercitivo; dirigente; afetivo; treinador; líder transacional; líder transformacional; líder carismático; líder contingencial; líder situacional. Liderança nas fases de evolução de equipes: formação; tormento; normatizações; desenho; interrupção. Conceito de competência: CHA (conhecimento; habilidade; atitude); competência técnica (conhecimento e habilidade); competência comportamental (atitude). Perfil de competência do líder (o líder do século XXI). Conceito de eficiência e eficácia (o que é e quais são as características de uma liderança eficaz). Visão sistêmica: para tomada de decisão; para a gestão da equipe; para analisar situações de risco; para administrar crises; para definir metas. Liderança voltada para o resultado. Autoconhecimento: inteligência emocional; inteligência cognitiva; inteligência social; redução da rotatividade. Comunicação para equipes de alta performance: conceitos de comunicação e feedback; feedback assertivo; comunicação não violenta. Programas de treinamento e desenvolvimento de lideranças e equipes (leader coach).

OBJETIVO GERAL

Levar à reflexão sobre o que é um líder, qual o seu papel frente a uma equipe e como transformar esta equipe em uma equipe de alta performance.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Discernir sobre o conceito e as características de grupos e equipes, bem como sua formação, comparando as definições dos principais autores da área de gestão.
- Identificar as características comportamentais dos líderes nas organizações e em grupos não-formais.
- Identificar o perfil de competência do líder do século XXI, exercendo suas principais características em função da dinâmica da nova economia e do novo mundo do trabalho.
- Manter e desenvolver a equipe, promovendo a redução da rotatividade por meio do autoconhecimento de seus integrantes, considerando aspectos como a inteligência emocional, cognitiva e social.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I – FUNDAMENTOS DE GRUPOS E EQUIPES
A FORMAÇÃO DA EQUIPE
FUNDAMENTOS DO COMPORTAMENTO DE GRUPO
TIPOS DE EQUIPE
FORMAÇÃO DE EQUIPES EFICAZES

UNIDADE II – LIDERANÇA E EQUIPES
LIDERANÇA VERSUS CHEFIA
LIDERANÇA NAS FASES DE EVOLUÇÃO DA EQUIPE
CARACTERÍSTICAS DOS LÍDERES
ESTILOS DE LIDERANÇA

UNIDADE III – COMPETÊNCIA, EFICIÊNCIA E EFICÁCIA
HABILIDADES E ATITUDES NECESSÁRIAS AO EXERCÍCIO DA LIDERANÇA
PERFIL DO LIDER DE SUCESSO
EFICIÊNCIA E EFICÁCIA NA CONDUÇÃO DE UM NEGÓCIO
VISÃO SISTÊMICA IMPRESCINDÍVEL À GESTÃO DOS RECURSOS EMPRESARIAIS

UNIDADE IV – LIDERANÇA E EQUIPES DE ALTA PERFORMANCE
A LIDERANÇA E OS RESULTADOS
MANTENDO E DESENVOLVENDO A EQUIPE
COMUNICAÇÃO COMO FERRAMENTA DO LÍDER
LEADER COACH E AS EQUIPES DE ALTA PERFORMANCE

REFERÊNCIA BÁSICA

CCHIAVENATO, Idalberto. **Comportamento Organizacional: A dinâmica do sucesso das organizações.** 2. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2005.

ROBBINS, Stephen Paul. **Comportamento Organizacional.** 11ª ed. Rio de Janeiro: PEARSON EDUCATION DO BRASIL LTDA , 2005.

REFERÊNCIA COMPLEMENTAR

ROBBINS, S. P. **Fundamentos do Comportamento Organizacional.** São Paulo: Pearson, 2006.

URICH, David. **Liderança orientada para resultados.** ed. campus, 2000.

BERGAMINI, C. W. **O líder eficaz.** São Paulo: Atlas,2009.

GOLEMAN, Daniel. **Liderança: a inteligência emocional na formação do líder de sucesso.** Ed. Objetiva. 2015.

???

PERIÓDICOS

GOLEMAN, Daniel; BOYATZIS, Richard; MCKEE, Annie. **O poder da inteligência emocional: a experiência de liderar com sensibilidade e eficácia.** Ed. Campus, 2002.

ROSENBERG, Marshall. **Comunicação não-violenta, técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais.** Ed. Agora, 2006.

Avaliação será processual, onde o aluno obterá aprovação, através de exercícios propostos e, atividades programadas, para posterior. O aproveitamento das atividades realizadas deverá ser igual ou superior a 6,0 (seis) pontos, ou seja, 60% de aproveitamento.

SUA PROFISSÃO NO MERCADO DE TRABALHO

.Destina-se a estudantes de Educação Física e áreas afins como Ciências do Esporte e Fisioterapia que buscam complementar sua formação acadêmica ou recém-formados que desejam ingressar no mercado de trabalho em busca de aprimorar suas habilidades em liderança no contexto esportivo e aplicar conhecimentos biomecânicos para melhorar o desempenho e a saúde dos atletas.