

FEFESP UNIVERSIDADE
CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO
 FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE
 Universidade Santa Cecília

PORQUE ESTUDAR O CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO?

genial como você

Ele promete!

Aos 14 anos, Neymar já é estrela no Santos e sonha em ser o melhor do mundo.

Para qual time você torce? Neymar: Eu não torço de verdade para nenhum.

Você é bom no Winning Eleven? Neymar: Sou, sim, mas sou o melhor em campo.

O que você acha de ser comparado ao Robinho? Neymar: Eu acho coisas normais como qualquer outro menino de 14 anos.

O que você acha de ser o craque e com Roberto Carlos. Ainda é cedo para dizer qual será seu futuro, mas com certeza talento e vontade de jogar não faltam ao atacante.

LAÍS DE SOUZA

Altura: 1,52 m
 Peso: 42,5 kg

ALESSANDRA

Altura: 2,00 m
 Peso: 85,0 kg

X

FLEXIBILIDADE

FORÇA

BULIMIA/ANOREXIA

VIGOREXIA

OBSIDADE

Variações da idade e sexo no crescimento

- Aula 1: Definições e conceitos;
- Aula 2: Crescimento pré-natal e infantil;
- Aula 3: Crescimento e desenvolvimento dos tecidos e sistemas orgânicos (Tecido ósseo, Tecido Muscular, Tecido adiposo, Coração, sangue e pulmões);
- Aula 4: Crescimento somático;
- Prática.

Variações da idade e sexo no desempenho

- Aula 5: Força e desempenho motor durante o crescimento;
- Aula 6: Capacidade aeróbia e anaeróbia;
- Aula 7: Avaliação do desempenho motor das crianças;
- Prática

Maturação biológica

- Aula 8: Conceito e avaliação da maturação biológica;
- Aula 9: Maturação e crescimento;
- Aula 10: Maturação e desempenho;
- Prática.

A atividade física e o esporte

- Aula 11: Fatores de risco na saúde das crianças e adolescentes;
- Aula 12: Jovens atletas;
- Aula 13: Envelhecimento.

LIVROS

- HAYWOOD, K.M.; GETCHELL, N. Desenvolvimento motor ao longo da vida. Porto Alegre: Artmed, 2004. (612.7 H336d 3.ed.);
- GALLAHUE, D.L.; OZMUN, J.C. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Phorte, 2005. (612.7 G158c 3.ed.);
- GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P. Crescimento, composição corporal e desempenho motor de crianças e adolescentes. São Paulo, Balieiro, 1997. (612. G957c);
- MALINA, R.; BOUCHARD, C. Atividade física do jovem atleta: do crescimento à maturação. São Paulo, Roca, 2002. (612. M217a)