UFSJ Universidade Federal de São João del-Rei	**COORDENADORIA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA** **PLANO DE ENSINO**

Código A cargo da COEFI	**Unidade Curricular:** Psicologia do esporte	Ano/semestre: 2025-1	Currículo: 2018

Docentes (qualificação e situação funcional): **Fabrício de Paula Santos- Dr. Auxiliar A, Nível 1.**	Unidade Acadêmica: DCEFS

Pré-requisito: -	Co-requisito: -

C.H. Total: 66 h (72h/a)	C.H. Teórica: 66h	C. H. Prática: -	Carga horária remota:	Grau Bacharelado

Tipo de oferecimento: EDP (Educação Presencial)	Turno: Integral

EMENTA

As emoções humanas. Temas do indivíduo: motivação, ansiedade, agressividade e estresse (controle) Temas de equipe esportiva: liderança, perfis psicológicos, treinamento mental, competitividade e cooperação. Terapias, acompanhamentos e o papel do Psicólogo do Esporte.

OBJETIVOS

Dominar conteúdos do campo psicológico, aplicados ao esporte; conhecer os determinantes psicológicos do indivíduo e da equipe; conhecer as diferentes formas de trabalho do psicólogo do esporte.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E CRONOGRAMA

Data da aula	Atividade prevista	Professor(a)
27/03	Apresentação do docente, dos discentes, do plano de ensino e avaliações- carta para si	Fabrício de Paula Santos
28/03	Texto: A relação de ajuda	Fabrício de Paula Santos
03/04	Introdução a psicologia do esporte	Fabrício de Paula Santos
04/04	Texto: "Quem sou, de onde vim, para onde vou: Rumos e necessidades da Psicologia do Esporte no Brasil	Fabrício de Paula Santos
10/04	Motivação	Fabrício de Paula Santos
11/04	Coesão de grupo	Fabrício de Paula Santos
24/04	Artigos sobre motivação- trabalho	Fabrício de Paula Santos
25/04	Artigos sobre coesão de grupo- trabalho	Fabrício de Paula Santos
08/05	Comunicação	Fabrício de Paula Santos
09/05	Ativação, estresse e ansiedade	Fabrício de Paula Santos
15/05	Comunicação – trabalho	Fabrício de Paula Santos
16/05	Ativação, estresse e ansiedade – trabalho	Fabrício de Paula Santos
22/05	Filme: A onda	Fabrício de Paula Santos

23/05	Discussão do filme	Fabrício de Paula Santos
29/05	Atividade avaliativa	Fabrício de Paula Santos
30/05	Atividade avaliativa	Fabrício de Paula Santos
05/06	Personalidade	Fabrício de Paula Santos
06/06	Emoções no esporte	Fabrício de Paula Santos
12/06	Personalidade – trabalho	Fabrício de Paula Santos
26/06	Emoções no esporte – trabalho	Fabrício de Paula Santos
27/06	Agressão no esporte	Fabrício de Paula Santos
03/07	Resiliência	Fabrício de Paula Santos
04/07	Agressão no esporte – trabalho	Fabrício de Paula Santos
10/07	Resiliência – trabalho	Fabrício de Paula Santos
11/07	Lesões esportivas e psicologia	Fabrício de Paula Santos
17/07	Crianças e psicologia do esporte	Fabrício de Paula Santos
18/07	Especialização precoce	Fabrício de Paula Santos
21/07	Revisão	Fabrício de Paula Santos
22/07	Avaliação final	Fabrício de Paula Santos
23/07	Autoavaliação	Fabrício de Paula Santos

METODOLOGIA DE ENSINO

- Aulas expositivas dialogadas, com o uso de recursos audiovisuais, visando a apresentação dos conteúdos;
- Estudos orientados, dinâmicas de leitura e análise de artigos científicos;
- Palestras com pesquisadores sobre psicologia do esporte;
- Seminários.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO E FREQUÊNCIA

a) Avaliações teóricas (AT): 02 avaliações dissertativa/ objetiva de 2,0 pontos;
b) Trabalhos: (TB): 04 trabalhos de 1,0 ponto;
c) Análise crítica de filmes (AC)– 2 pontos

Desta forma o conceito final será atribuído por meio da equação:

NF = AT+ TB+AC

Onde:

AT: avaliações teóricas
AC: Análise crítica
TB: trabalhos
NF: nota final

Em cumprimento às resoluções em vigência será considerado reprovado o discente que não alcançar média final maior ou igual a 6,0 e/ou obtiver mais que 18 ausências nas aulas

determinadas pelo calendário divulgado pela COEFI.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA (ordem decrescente de ano de publicação)

BAECHLE, T. R.; EARLE, R. W. **Fundamentos do treinamento de força e do condicionamento**. 3. ed. Barueri: Manole, 2010.

SILVA, Luiz Roberto Rigolin da. **Desempenho esportivo: treinamento com crianças e adolescentes**. São Paulo: Phorte, 2006.

DANTAS, Estélio M. **A prática da preparação física**, 5. ed., Rio de Janeiro: Roca, 2003.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR (ordem decrescente de ano de publicação)

GONÇALVES, Patrick da Silveira. **Metodologia do esporte**, v. 1 vôlei e basquete. Porto Alegre SAGAH 2020.

RADCLIFFE, James C. **Treinamento funcional para atletas de todos os níveis séries para agilidade, velocidade e força**. Porto Alegre: Artmed, 2017. E-book.

DAWES, Jay; ROOZEN, Mark. **Desenvolvendo agilidade e velocidade**. São Paulo: Manole, 2015. E-book.

SAMULSKI, Dietmar. **Treinamento mental no tênis: como desenvolver as habilidades mentais**. São Paulo: Manole, 2011. E-book.

LUCENA, Ricardo de Figueiredo. **O esporte na cidade: aspectos do esforço civilizador brasileiro**. Campinas: Autores Associados 2001. E-book.

gov.br Documento assinado digitalmente FABRICIO DE PAULA SANTOS Data: 13/03/2025 17:21:35-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br Prof. Dr. Fabrício de Paula Santos Responsável pela Unidade Curricular	Aprovado pelo Colegiado em 2025/1 gov.br Documento assinado digitalmente DIEGO DE SOUSA MENDES Data: 25/04/2025 15:06:58-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br Assinatura digital Coordenador do Curso