



PROGRAMA DE DISCIPLINA

Escola de Arbitragem da FERJ - EAFERJ

Curso de Formação de Árbitros de Futebol

DISCIPLINA

Código

PALESTRA

Nome

FISIOTERAPIA APLICADA À ARBITRAGEM DE FUTEBOL

Carga Horária Mínima

PALESTRA

Período

1º semestre de cada ano

EMENTA:

- 1 - Lesões e patologias decorrentes do futebol.
- 2 - Aspectos de avaliação, tratamento e reabilitação das lesões desportivas.
- 3 - Orientação para prevenção dos traumatismos.

OBJETIVOS:

O objetivo da disciplina é proporcionar ao aluno estudar lesões e patologias decorrentes da atividade esportiva - Futebol. Oportunizar ao aluno situações em que vivencie a avaliação, o tratamento, a reabilitação das lesões desportivas e a orientação à prevenção dos traumatismos.

AVALIAÇÃO:

Prova teórica de caráter somativo, realizada conforme o calendário da EAFERJ, constituindo-se em um instrumento escrito, podendo ser de questões objetivas, subjetivas e/ou de raciocínio lógico, abordando o conteúdo desenvolvido anteriormente.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

1- Introdução à fisioterapia desportiva

Histórico, conceitos;
O fisioterapeuta no futebol

2- Condicionamento Físico e Saúde

Programas de atividades física;
Avaliação de flexibilidade;
Avaliação de força muscular;
Avaliação ergométrica;
Avaliação física e aeróbia e anaeróbia

3- Exame Físico Pré-Campeonato

Estimulação para melhor desempenho do atleta

4- Lesões Desportivas

Lesões mais frequentes

Prevenção de lesões

Tratamento fisioterapêutico

Reabilitação desportiva\manutenção do condicionamento físico do árbitro em tratamento fisioterapêutico.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

- Avaliação, Prevenção e Tratamento Imediato das Lesões Esportivas, H.K.Susan, Editora Manole.
- Lesões do Esporte: Prevenção e Tratamento, Lars Peterson; Per Renstrom, Editora Manole.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

- Reabilitação Física das Lesões Desportivas, James R. Andrews; Gary L. Harrelson; Kevin E. Wilk, Editora Guanabara Koogan.