



# A Importância Do Profissional De Educação Física Nas Academias De Musculação

Thaíse Martins Pimentel<sup>1</sup>  
Cristhyano Pimenta Marques<sup>2</sup>  
Leandro Henrique Ferreira Martins<sup>3</sup>  
Dênio Gonçalves de Carvalho<sup>4</sup>

## RESUMO

Este trabalho procurou identificar a importância do profissional de educação física nas academias de musculação, pois um dos problemas relacionados a falta de supervisão adequada e qualificada na musculação são as lesões musculares, principalmente por excesso de esforço repetitivo. Foi realizada uma revisão na literatura, apresentou –se os meios de se tornar um graduado e regularizado para o exercício da profissão, posteriormente citou-se as disciplinas integrantes da matriz curricular das especificidades licenciatura e bacharelado identificando as capacidades teóricas e práticas e por fim levantou-se os malefícios que a ausência de um acompanhamento profissional pode acarretar para os praticantes de musculação.

**Palavras Chaves:** Profissional De Educação Física. Musculação. Orientação.

## ABSTRACT

*This study sought to identify the importance of physical education professional in bodybuilding gyms because one of the problems related to lack of adequate and qualified supervision in bodybuilding are the muscle injuries, mainly by excessive repetitive stress. A review of the literature was performed, presented If the means of becoming a graduate and settled to the profession later cited to the members of disciplines curriculum of specific degree and bachelor identifying the theoretical and practical skills and finally lifted If the harm that the absence of a professional monitoring may lead to bodybuilders.*

---

<sup>1</sup> Aluna da Faculdade Atenas;

<sup>2</sup> Docente da Faculdade Atenas;

<sup>3</sup> Docente da Faculdade Atenas;

<sup>4</sup> Docente da Faculdade Atenas.



*Key Words: Physical Education From Professional. Bodybuilding. Orientation.*

## 1 INTRODUÇÃO

A Educação Física no Brasil é compreendida como um caminho de desenvolvimento de estilos de vida ativos nos brasileiros, para que possa contribuir para a qualidade de Vida da população, sem distinção de qualquer condição humana e sem perder de vista a formação integral de crianças, jovens, adultos ou idosos (CREF, 2007).

Tendo em vista a crescente busca por uma melhora da qualidade de vida nos dias atuais e também a divulgação pelos meios de comunicação da relevância e dos benefícios da pratica de exercícios físicos há, cada vez mais, um maior número de pessoas a procurar academias de ginástica, para pratica de atividades físicas para obter melhoras no desempenho e na estética, bem como para momentos de lazer e recreação (OLIVEIRA; SILVA; 2005).

As academias de atividades esportivas podem ser consideradas como a alternativa mais atrativa dentre todos os campos para os profissionais de Educação Física, pesquisas revelam que estas têm sido a escolha de muitos profissionais, principalmente os recém formados, MELO (1995) afirma que isto pode ser constatado pelo crescimento acelerado da procura da população pelas atividades físicas desenvolvidas em estabelecimentos fora da educação formal, como por exemplo, as academias desportivas, ambiente que será foco da pesquisa.

Leite (2000) destaca entre os objetivos do Profissional de Educação Física, os de proporcionar ao aluno condições para: O desenvolvimento psicomotor; a melhoria da aptidão física; a aquisição e o aprimoramento de padrões motores; a consolidação de hábitos higiênicos; o despertar da criatividade, do espírito comunitário, e do senso moral e cívico.

Promover a saúde e a boa forma, preocupando-se com a correção da postura e buscando melhorar o desempenho cardiorrespiratório e muscular através de planejamento adequado de exercícios de acordo com o perfil de cada indivíduo é conforme Silva (2004), o principal objetivo do profissional de Educação Física.

Desta forma este trabalho tem o intuito de demonstrar os fatores relacionados com a necessidade da supervisão profissional e relatar os benefícios que o monitoramento profissional específico pode trazer para esses indivíduos que praticam tal modalidade.



## **2 METODOLOGIA**

Para esta pesquisa foi realizada uma revisão bibliográfica de artigos científicos e livros, abordando publicações entre os anos de 2003 e 2014, para melhor comprovação dos benefícios da supervisão qualificada dos profissionais de educação física dentro das academias de musculação. Foram utilizadas buscas sistemáticas utilizando banco de dado eletrônico com uso de combinações das palavras chaves: musculação, exercício físico, mídia, profissional de educação física, atividade física.

## **3 FORMAÇÃO PROFISSIONAL**

Em 1998, uma importante Lei Federal (nº 9.696) foi criada, regulamentando a Profissão de Educação Física. Com ela, surgiram o Conselho Federal de Educação Física – CONFEF e seus respectivos Conselhos Regionais - CREFs. A partir daí, somente os Profissionais regularmente registrados nesse Sistema passaram a exercer a Profissão. São eles: Profissionais formados em Curso Superior de Educação Física; Profissionais Provisionados, ou seja, pessoas que, antes da Lei passar a valer, exerciam atividades profissionais relacionadas com atividade física e, após a promulgação da Lei, fizeram o curso destinado à formação de Profissionais Provisionados. (MANUAL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA).

Com a disposição dessa lei regulamentadora e a posição do conselho nacional de educação sobre a Educação Física é necessário que se faça o esclarecimento das modalidades licenciatura e bacharelado, pois é a distinção destes que fará a diferença na especificidade na atuação do profissional de educação física, em seguida a carga horária e matriz curricular básica específica para cada campo de trabalho, infraestrutura recomendada para a instituição.

Esclarecendo essas dúvidas o CREF-Conselho Regional de Educação física discorre da seguinte forma: Bacharelado e Licenciatura? O que o MEC diz sobre carga horária, tempo de integralização, perfil do egresso, temas abordados na formação, ambientes de atuação e infraestrutura recomendada para os cursos? EDUCAÇÃO FÍSICA – BACHARELADO: O Bacharel em Educação Física atua no planejamento, prescrição, supervisão e coordenação de projetos e programas de atividades físicas, recreativas e esportivas. Em sua atividade, avalia as manifestações e expressões do movimento humano, tais como: exercício físico, ginástica, jogo, esporte, luta, artes marciais e dança. Pesquisa, analisa e avalia campos da prevenção, promoção e reabilitação da saúde, da formação cultural, da educação e reeducação motora e do rendimento físico-esportivo. Planeja e gerencia atividades de lazer e de empreendimentos



relacionados às atividades físicas, recreativas e esportivas. Em sua atividade gerencia o trabalho e os recursos materiais de modo compatível com as políticas públicas de saúde, primando pelos princípios éticos e de segurança. Os temas abordados na formação: Administração Desportiva; Anatomia Humana; Aprendizagem e Desenvolvimento Motor; Cinesiologia; Dança; Fisiologia Humana; Fisiologia do Exercício; Fundamentos da Educação Física; Fundamentos do Desenvolvimento e da Aprendizagem; Política e Estrutura da Educação Física; Prevenção de Acidentes; Recreação e Lazer; Respectivos Esportes; Ritmo e Movimento; Treinamento Desportivo; Ética e Meio Ambiente; Relações Ciência, Tecnologia e Sociedade (CTS). Carga Horária Mínima: 3200h Integralização: 4 anos. Ambientes de atuação: o Bacharel em Educação Física atua em clubes; em academias de ginástica; em empresas de artigos esportivos; em clínicas; em hospitais; em hotéis; em parques; nos meios de comunicação. Também pode atuar em empresas e laboratórios de pesquisa científica e tecnológica ou em empresa própria ou prestando consultoria. Infraestrutura recomendada: Laboratórios de: Anatomia; Biomecânica e Cinesiologia; Bioquímica; Cineantropometria; Comportamento Motor; Práticas Pedagógicas; Fisiologia; Fisiologia do Exercício; Informática com Programas Especializados. Campo de Futebol. Ginásios de: Ginástica; Lutas; Poliesportivo. Piscina. Pista de Atletismo. Sala Multiuso. Sala de Musculação. Biblioteca com acervo específico e atualizado. (CREF,2011).

Educação Física – Licenciatura: O Licenciado em Educação Física é o professor que planeja, organiza e desenvolve atividades e materiais relativos à Educação Física. Sua atribuição central é a docência na Educação Básica, que requer sólidos conhecimentos sobre os fundamentos da Educação Física, sobre seu desenvolvimento histórico e suas relações com diversas áreas; assim como sobre estratégias para transposição do conhecimento da Educação Física em saber escolar. Além de trabalhar diretamente na sala de aula, o licenciado elabora e analisa materiais didáticos, como livros, textos, vídeos, programas computacionais, ambientes virtuais de aprendizagem, entre outros. Realiza ainda pesquisas em Educação Física, coordena e supervisiona equipes de trabalho. Em sua atuação, prima pelo desenvolvimento do educando, incluindo sua formação ética, a construção de sua autonomia intelectual e de seu pensamento crítico. Temas abordados na formação: Administração Desportiva; Anatomia Humana; Aprendizagem e Desenvolvimento Motor; Cinesiologia; Dança; Fisiologia Humana; Fisiologia do Exercício; Fundamentos da Educação Física; Fundamentos do Desenvolvimento e da Aprendizagem; Política e Estrutura da Educação Física; Prevenção de Acidentes; Recreação e Lazer; Respectivos Esportes; Ritmo e Movimento; Treinamento Desportivo;



História, Filosofia e Sociologia da Educação; Metodologia e Prática da Educação Física; Tecnologias da informação e comunicação aplicadas à Educação Física; Psicologia da Educação; Probabilidade e Estatística; Legislação Educacional; Língua Brasileira de Sinais (LIBRAS); Pluralidade Cultural e Orientação Sexual; Ética e Meio Ambiente; Relações Ciência, Tecnologia e Sociedade (CTS). Carga Horária Mínima: 2800h Integralização: 3 anos.

**Ambientes de atuação:** o Licenciado em Educação Física trabalha como professor em instituições de ensino que oferecem cursos de nível fundamental e médio; em editoras e em órgãos públicos e privados que produzem e avaliam programas e materiais didáticos para o ensino presencial e a distância. Além disso, atua em espaços de educação não formal e em instituições que desenvolvem pesquisas educacionais. **Infraestrutura recomendada:** Laboratórios de: Anatomia; Biomecânica e Cinesiologia; Bioquímica; Cineantropometria; Comportamento Motor; Práticas Pedagógicas; Fisiologia; Fisiologia do Exercício; Informática com Programas Especializados. Campo de Futebol. Ginásios de: Ginástica; Lutas; Poliesportivo. Piscina. Pista de Atletismo. Sala Multiuso. Sala de Musculação. Biblioteca com acervo específico e atualizado.

Quais as diferenças existentes entre Licenciatura e Bacharelado nos cursos de Educação Física? É importante o conhecimento da Legislação que ampara os cursos de Educação Física para compreender a organização exigida pelo Ministério da Educação. De acordo com as normas do Ministério da Educação, o vestibular é o momento definidor do tipo de curso que deve ser oferecido até a integralização do mesmo, ou seja, ao começar o curso de Licenciatura ou Bacharelado a conclusão se dá no âmbito do curso iniciado. É de responsabilidade das Instituições de Ensino Superior prestar esclarecimentos. A emissão de cédula de identidade profissional pelo CREF é feita com base na Resolução do CONFEF 94/2005, conforme a seguir: Os profissionais formados pela Licenciatura Plena amparada pelas Resoluções 03/87 ou 69/69, terão a Cédula de Identidade Profissional com a seguinte denominação: “Categoria: Licenciado, atuação: Plena”. Os profissionais formados pela Licenciatura de Graduação Plena amparada pela Resolução 01/2002 terão a Cédula de Identidade Profissional com a seguinte denominação: “Categoria: Licenciatura”, “atuação: Educação Básica”. Ressaltamos que o campo de atuação fica restrito à escola. Os profissionais formados pela Graduação em nível de Graduação Plena (Bacharelado) amparada pela Resolução 07/2004 terão a Cédula de Identidade Profissional com a seguinte denominação: “Categoria: Bacharel”, “atuação: Bacharelado”. Ressaltamos que o campo de atuação abrange todo o mercado de trabalho exceto o âmbito curricular escolar. Os profissionais formados pelos dois cursos anteriormente citados terão a Cédula de Identidade

Profissional com a seguinte denominação: “Categoria: Licenciado/Bacharel, “atuação: Plena” Quem habilita para o mercado de trabalho é a graduação e não a pós-graduação, ou seja, o aluno que cursou a Licenciatura de Graduação Plena – que habilita o exercício profissional no âmbito escolar, que tenha cursado a pós-graduação em treinamento desportivo ou fisiologia do exercício não terá abertura para atuar em academias ou congêneres.(CREF,2011).

#### **4 EDUCAÇÃO FÍSICA E O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

A característica essencial da Educação Física é o movimento. É movimento. Não há educação física sem o movimento humano e isto a distingue das demais disciplinas. Os seus elementos são a ginástica, o jogo, o esporte e a dança. A simples prática dessas atividades não caracteriza a existência de educação física. Educação física é educação. É uma ciência que deve conhecer as divisas entre o adestramento e a educação. É a ciência que lida com pessoas, e não com objetos. (OLIVEIRA, 2006).

A Educação Física encontra seu objeto de estudo no movimento humano e suas implicações para o ser humano. O foco de atenção é o estudo do ser humano como um indivíduo engajado em performances motoras requisitadas na vida diária e que vão proporcionar uma melhor qualidade de vida. (VERENGUER,1992; TANI 1998; OLIVEIRA,1993).

Com tantas referências é de suma importância que todos esses deveres sejam efetivados em qualquer local de trabalho onde são oferecidas atividades da educação física, como esse trabalho tem o intuito de demonstrar o valor do profissional nas academias de musculação, que atualmente é o ambiente mais procurado e frequentado, a magnitude das competências profissionais neste mercado de trabalho devem ser ressaltadas, principalmente para os indivíduos compreenderem a o notório valor de um profissional apto a exercer suas funções.

O CONFEF (2002) coloca que o Profissional de Educação Física é especialista em atividades físicas, nas suas diversas manifestações - ginásticas, exercícios físicos, desportos, jogos, lutas, capoeira, artes marciais, danças, atividades rítmicas, expressivas e acrobáticas, musculação, lazer, recreação, reabilitação, ergonomia, relaxamento corporal, ioga, exercícios compensatórios à atividade laboral e do cotidiano e outras práticas corporais -, tendo como propósito prestar serviços que favoreçam o desenvolvimento da educação e da saúde, contribuindo para a capacitação e/ou restabelecimento de níveis adequados de desempenho e condicionamento fisiocorporal dos seus beneficiários, visando à consecução do bem-estar e da

qualidade de vida, da consciência, da expressão e estética do movimento, da prevenção de doenças, de acidentes, de problemas posturais, da compensação de distúrbios funcionais, contribuindo ainda, para consecução da autonomia, da autoestima, da cooperação, da solidariedade, da integração, da cidadania, das relações sociais e a preservação do meio ambiente, observados os preceitos de responsabilidade, segurança, qualidade técnica e ética no atendimento individual e coletivo.

Como podemos verificar as Matrizes Curriculares Do Curso De Educação Física Licenciatura E Bacharelado 1º semestre de 2013 respectivamente da Faculdade Atenas de Paracatu- MG agrega disciplina como: Educação Física E Sociedade I, Morfofuncional I, Pedagogia Dos Esportes Coletivos I, Português Instrumental, Educação Física E Sociedade II, Pedagogia Das Atividades Rítmicas E Ginastica Aplicada A Educação Física, Pedagogia Dos Jogos E Brincadeiras, Pensamento Científico, Aprendizagem E Desenvolvimento Motor, Higiene E Socorros Aplicado A Educação Física, Morfofuncional II, Pensamento Pedagógico E Didática Da Educação Física, Educação Física Do Ensino Fundamental I, Educação Física Para Pessoas Com Deficiência, Estágio Supervisionado I, Libras, Morfofuncional III; Quinto Período: Pedagogia Do Atletismo, Educação Física No Ensino Fundamental II, Estágio Supervisionado II, Movimento Humano, Organização De Eventos Em Educação Física E Esporte, Pedagogia Dos Esportes Coletivos II, Projeto Integrador I, Trabalho De Conclusão De Curso I.(ATENAS,2013).

Matriz Curricular Do Curso De Educação Física Bacharelado: Educação Física E Sociedade I, Morfofuncional I, Esportes Coletivos I, Português Instrumental, Educação Física E Sociedade II, Atividades Rítmicas E A Ginastica Aplicada A Educação Física, Jogos E Brincadeiras, Pensamento Científico, Aprendizagem E Desenvolvimento Motor, Higiene E Primeiros Socorros Aplicado A Educação Física, Morfofuncional II, Didática Da Educação Física, Educação Física Para Pessoas Com Deficiência, Libras, Morfofuncional III, Atletismo, Movimento Humano, Organização De Eventos Em Educação Física E Esporte, Esportes Coletivos II, Aptidão Física Aplicada A Educação Física, Atividades Aquáticas, Lutas, Esportes Coletivos III. (ATENAS,2013).

Atualmente a musculação é uma das atividades físicas mais procuradas nas academias de ginastica como meio de promoção de saúde ou busca pela estética, entre outros. Os benefícios com a musculação são inúmeros: aumento da massa muscular, redução de gordura corporal, aumento da densidade óssea, melhora na circulação, melhora o equilíbrio no sistema hormonal.



Entre tal atividade não se faz de forma irregular e aleatória. A musculação é norteada por uma série de princípios e variáveis que influenciam de forma significativa e precisa em seus resultados finais, ou seja, na meta almejada. O treinamento deve ser elaborado de acordo com as características únicas de cada indivíduo, determinadas geneticamente (Princípio da Individualidade). A partir disso deve-se ter claro o objetivo que pretende-se atingir a fim de que se possa prescrever o treinamento adequado para tal meta, contendo exercícios que desenvolvam as qualidades ou grupos musculares específicos (Princípio da Especificidade). É necessário também que se estabeleça o número ou quantidade dos exercícios, número de séries, número de treinos na semana (caracterizando o Volume de treino), bem como o percentual de carga a ser utilizada, a velocidade dos movimentos, a duração dos intervalos de descanso (o que caracteriza a Intensidade do treinamento), fazendo com que haja um equilíbrio ou harmonia entre estes fatores (Princípio de Interdependência Volume x Intensidade). E para que exista uma evolução constante no treinamento, é preciso que se aumente periodizadamente as cargas de trabalho (Princípio da Sobrecarga) (GODOY, 1994).

Entretanto se o acompanhamento profissional não for adequado, além disso o aluno não respeita as orientações propostas, todas essas contribuições citadas acima que a musculação permite aos seus praticantes se torna ineficaz e prejudicial. Se os esforços na coluna, articulação, ligamentos, capsulas, tendões e músculos forem excessivos e violentos, podem causar uma lesão permanente.

Segundo WHITING E ZERNICKE (2001) uma definição funcional de lesão seria: “dano causado por trauma físico, sofrido pelos tecidos do corpo”.

Lesões musculares são as situações mais frequentes, porém conhecidas e tratadas inadequadamente, pois a maioria dos pacientes continua suas atividades logo após a lesão.

Segundo KISNER & COLBY (1992), A lesão músculo esquelética pode ser classificada levando-se em consideração as lesões de tecidos moles em: Distensão ou alongamento excessivo, excesso de exercício de uso do tecido mole; tende a ser menos grave que uma entorse. Ocorre devido a trauma leve ou traumas não usuais repetidos de grau mínimo. Esse termo é frequentemente usado como referência específica a algum grau de comprometimento de unidade musculotendínea; Entorse ou sobrecarga grave, estiramento ou laceração de tecidos moles como acasula articular, ligamento, tendão ou músculo. Esse termo é frequentemente usado em referência específica a lesão de um ligamento, e recebe a graduação de entorse de primeiro grau (leve), segundo grau (moderado), ou terceiro grau (grave);



Ruptura ou laceração entre músculos e tendão – se ruptura ou laceração é parcial, ocorre dor na região da fissura quando o músculo é alongado ou quando se contrai contra resistência. Se a ruptura ou laceração é completa. O músculo não traciona o local lesado, de modo que alongamento ou contração do músculo não causa dor; Lesões tendíneas – tenossinovite é uma inflamação da bainha sinovial que cobre um tendão, normalmente há crepitação ao movimento. Tendinite é a formação de cicatriz ou deposição de cálcio em um tendão. Tenovaginite é um espessamento da bainha tendínea; Sinovite – inflamação da membrana sinovial; um excesso de líquido sinovial normal dentro de uma articulação, geralmente devido a trauma ou doença; Hemartrose – sangramento dentro de uma articulação, geralmente devido a trauma grave; Contusão - golpe direto, resultando em uma ruptura capilar, sangramento. Edema e resposta inflamatória; Bursite – inflamação de uma bolsa (Bursa); Gânglio – um balonamento da parede de uma cápsula articular ou bainha tendínea; Subluxação – deslocamento incompleto ou parcial que geralmente envolve trauma secundário ao tecido mole vizinho; Luxação – deslocamento de uma parte, geralmente as partes ósseas dentro de uma articulação, levando a lesão de tecido mole, inflamação, dor e espasmo muscular; Síndromes por uso excessivo – sobrecarga repetida e/ou desgaste por fricção em músculo ou tendão resultando em inflamação e dor.

Todo treinamento esportivo tem uma preparação, existe a preparação básica, a preparação específica e a etapa de altos rendimentos. Quando o atleta em uma destas fases possui um aumento muito rápido da quantidade de treinamento, ou seja, instrução exagerada com desenvolvimentos motores difíceis, acumulação de competições com intervalos pequenos de uma prova para outra, ocorre o chamado “overtraining”, isto ocorre quando o atleta tem uma recaída devido a fadiga levando a falta de animo provocando danos fisiológicos pelos exageros da preparação (WEINECK, 2001).

Over-use são microtraumas ou microlesões crônicas e repetitivas que ocorrem em tecidos moles por uso excessivo de um determinado segmento. (MELLION,1997).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A Educação Física é como qualquer outra profissão medicina, engenharia, administração, odontologia, etc. Que é regida por normas, leis, diretrizes e embasamento científico.

O estudo bibliográfico que foi desenvolvido neste trabalho científico teve como principal objetivo ressaltar a importância da orientação física do profissional de educação física na sala de musculação. Para que este objetivo fosse atingido em sua plenitude, foi realizada uma vasta revisão de literatura que apresentou os meios legais para se tornar um profissional de educação física graduado e regularizado para atuar no campo da musculação, pois ao contrário se torna ilegal exercer a profissão. No segundo momento foi exposto as capacidades teóricas e práticas que o profissional possuiu, adquiridas no meio acadêmico e após, se tornando imprescindível sua presença no ambiente de trabalho, e por final foi evidenciado os malefícios que a musculação traz quando planejada erroneamente para os seus praticantes sejam atletas ou indivíduos que buscam melhorar a qualidade de vida.

Esse estudo não se torna o primeiro e nem único, quando identificada a necessidade de um profissional da área de educação física, durante a musculação, as academias devem de maneira geral, incentivar e fiscalizar se realmente os alunos estão sendo acompanhados e orientados durante a musculação, por profissionais devidamente capacitados e qualificado para tal. A prática da musculação bem orientada, proporciona importantes alterações fisiológicas no organismo são benefícios físicos mentais e sociais, os quais se constituem como elementos fundamentais para a melhora da qualidade de vida do ser humano. É preciso ter maturidade tanto dos profissionais quanto dos beneficiados com a profissão do que é o exercício de uma profissão, onde a ética, seriedade e comprometimento profissional não são dissociáveis, resultando na valorização profissional.

## REFERÊNCIAS

CONFED. **Conselho Federal de Educação Física**. 2002.

CONFED. **Conselho Regional De Educação Física**. 2007. Disponível em: [HTTP://www.confef.org.br/extra/conteúdo/default.asp?id=96024176-f805-4406-90472216ca55bea7](http://www.confef.org.br/extra/conteúdo/default.asp?id=96024176-f805-4406-90472216ca55bea7). Acesso em 10/fev/2015.

CONFED. **Manual do profissional de educação física**. Disponível em: [HTTP://www.confef.org.br/arquivos/paginas\\_corridas.pdf](http://www.confef.org.br/arquivos/paginas_corridas.pdf). Acesso em 10/mar/2015.

CONFED. **Tire suas dúvidas**. 2011. Disponível em: [HTTP://www.confef.org.br/dow/duvidas\\_fev\\_2011.pdf](http://www.confef.org.br/dow/duvidas_fev_2011.pdf). Acesso em 19/fev/2015.

GODOY, Eric Salum. **Musculação – Fitness**. [S. l.] : Sprint, 1994. 127p.

KISNER, C., COLBY, L. A. **Exercícios terapêuticos – Fundamentos e Técnicas**. 2ª.ed. São Paulo: Editora Manole Ltda., 1992.

LEITE, P.F. **Aptidão Física Esporte e Saúde**. 3ªEd. São Paulo: Robe, 2000.

MARIZ DE OLIVEIRA, J.G. **Educação Física Tendências e Perspectivas**. ANAIS I Semana de Educação Física - Universidade São Judas Tadeu - São Paulo, p.6-22,1993.

ATENAS, FACULDADE. **Matriz Curricular Do Curso De Educação Física Licenciatura-Bacharelado**.2013. Disponível em [HTTP://www.faculdadeatenas.edu.br/matriz/educacaofisica-licenciatura.pdf](http://www.faculdadeatenas.edu.br/matriz/educacaofisica-licenciatura.pdf). Acesso em 25/mai/2015.

MELLION, M.B. **Segredos em medicina esportiva**.1ª.ed.Porto Alegre: Artes Médicas,1997.

MELO, S.I.L.; OELKE, S.A.; TESSARI, Marino. **Determinantes pela procura de cursos de educação física e a influência destes na opção profissional do estudante catarinense**. Florianópolis: 1995. Relatório de pesquisa. CEFID – UDESC.

OLIVEIRA, A.L DE; SILVA, M.P Da. **O profissional de educação física e a responsabilidade legal que o cerca**: fundamentos para uma discussão. 2005. Disponível em: [HTTP:// www.pg.vtfpr.edu.br](http://www.pg.vtfpr.edu.br). Acesso em 03/abr/2015.

OLIVEIRA, Vitor Marinho de. **O Que É Educação Física**. 11ªed. São Paulo: Brasiliense, 2006.

SILVA, M.S. **O Exercício Profissional em Educação Física aos Olhos históricos e Filosóficos da Ética**. Rev. Efdeportes. Ano 10. Nº 72. Buenos Aires: maio de 2004.

TANI, G. **Pesquisa e Pós Graduação em Educação Física**. In PASSOS, Solange C.E.(org.)Educação Física e Esportes na Universidade. Brasília: Ministério da Educação, Secretaria da Educação Física e Desporto- 429p,1988.

VERENGUER, R.C.G. **Bacharelado e Licenciatura**: o caso da Educação Física. Journ.Univ. São Judas Tadeu - 2(11): 4,1992.

WEINECK, J..**Treinamento Ideal**. São Paulo: Editora Manole, 2001.

WHITING, W.C.; ZERNICKE, R.F. **Biomecânica Da Lesão Musculoesquelética**. Rio de janeiro: Guanabara Koogan, 2001.