



PORTFÓLIO

Educação Física

Sumário

ATIVIDADES DE ENSINO	3
Metodologia Ativa 1 – Sala de aula Invertida	4
Metodologia Ativa 2 – Estudos do Meio.....	4
Atividade Interdisciplinar 1.....	5
Abordagem Prática 1.....	5
Monitoria(s).....	6
ATIVIDADES DE EXTENSÃO.....	7
Projeto 1 – Centro de Convivência do Idoso (CCI).....	7
Projeto 2 – Universidade Ativa.....	8
Projeto 3 – Exercício físico para mulheres que tiveram câncer de mama.....	9
Projeto 4 – Exercício físico para pacientes renais.....	10
Projeto 5 – Impacto do desjejum associado ao exercício aeróbio em índices comportamentais e neuroelétricos em funções executivas de crianças.....	10
Projeto 6 – Efeitos de diferentes modelos de treinamento de força na cinética das vesículas extracelulares, capacidade funcional e hipertrofia musculares em idosos sarcopênicos.....	11
Projeto 7 – Projeto Convivências.....	12
ATIVIDADES DE PESQUISA.....	13
INOVAÇÃO OU OUTRAS ATIVIDADES EM DESTAQUE DO CURSO.....	15
ALUNO DESTAQUE DO CURSO.....	15
OUTROS DESTAQUES DO CURSO.....	16

ATIVIDADES DE ENSINO

O curso de Educação Física da Universidade Católica de Brasília tem como objetivo assegurar ao discente uma formação generalista, humanista e crítica, qualificadora da intervenção acadêmico-profissional, fundamentada no rigor científico, na reflexão filosófica e na conduta ética na perspectiva de formar um profissional capaz de identificar, planejar, programar, organizar, dirigir, coordenar, supervisionar, desenvolver e avaliar atividades e programas de exercícios físicos e esportivos, voltados para o lazer ativo, para rendimento esportivo, para a promoção da saúde e do bem-estar e para a gestão esportiva.

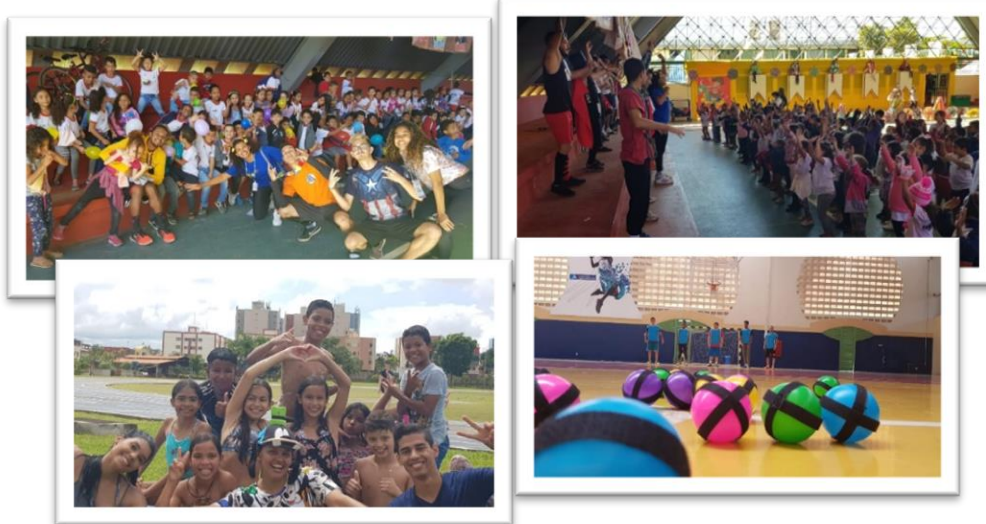
Especificamente possui como meta qualificar o egresso para analisar criticamente a realidade social, para nela intervir acadêmica e profissionalmente por meio das diferentes manifestações e expressões do movimento humano, visando a formação, a ampliação e o enriquecimento cultural das pessoas, para aumentar as possibilidades de adoção de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável.

O curso possui como ferramenta de ensino-aprendizagem uma estrutura física e um corpo docente qualificado, atuantes tanto na graduação como no Programa de Pós-graduação Stricto Sensu, levando o curso ao patamar de estar entre os melhores do Centro-Oeste e do Brasil. Dentre estas ferramentas se destacam também o uso pelos docentes das Metodologias Ativas.

As metodologias Ativas trouxeram para a realidade do ambiente acadêmico a possibilidade de vislumbrar e transformar o modelo atual de aulas expositivas tradicionais, se valendo da percepção do discente como parte integrante, central e ativa do próprio aprendizado. E o docente por sua vez assume o papel de facilitador, guiando os estudantes na viagem do processo de ensino-aprendizagem que passa a ser compartilhado se tornando um espaço de troca. A partir das diferentes realidades vividas pelos discentes assim com os pontos de vista, a intenção é construir uma educação pluralizada e mais próxima da realidade diária e atual.

O curso de Educação Física tem por sua natureza e especificidade e por se tratar de um curso composto de várias ações práticas, ter em seu cotidiano a aplicação das metodologias ativas.

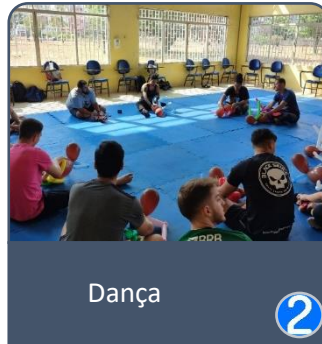
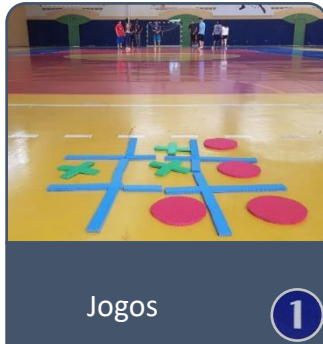
METODOLOGIA ATIVA 1 - Sala de Aula Invertida



METODOLOGIA ATIVA 2 – Estudos do meio



Atividade Interdisciplinar 1



Abordagem Prática 1



MONITORIA

O curso tem monitoria desde 2010. Em 2022 e 23, teve 06 monitores em 5 disciplinas diferentes, conforme quadro abaixo:

Inscrição em faculdades locais, 2005

Unidade Curricular	Qte de Monitores	Prof Responsável	Sem/Ano
Biodinâmica e Fisiologia do exercício	02	Carmen S. G. Campbell	1.22
Esportes de invasão I: Futebol e Futsal	01	Fábio A. T. de Melo	1.22
Educação Física e esportes para pessoas com deficiência	01	Andrea Lucena Reis	1.23
Integração e regulação metabólica	01	Thiago dos Santos Rosa	1.23
Fisiologia do exercício e da atividade física	01	Carmen S. G. Campbell	1.23
Total	06		

Fonte: Dados do curso

ATIVIDADES DE EXTENSÃO

O curso possui atualmente 7 projetos de extensão que envolve o exercício físico sendo os três em parceria com o PPGEF, são eles:

Projeto 1 - Centro de convivência do Idoso (CCI) – este projeto começou em 2000 com o nome de geração de ouro e oferecia naquela época natação, hidroginástica e ginástica funcional. Desde aquela época, são os professores e alunos de mestrado e doutorado, auxiliados pelos alunos da graduação que ministram as atividades. A média de atendimento anual gira em torno de 200 a 250 idosos. Além das atividades físicas, eles(as) recebem aulas de computação, línguas, atividades manuais, dentre outras.



Projeto 2 - Projeto Universidade Ativa.

Este projeto foi implantado pela primeira vez em 2016 sob a supervisão do Curso de Graduação em Educação Física tendo como responsável o prof. Dr. Severino Leão de A. Neto então coordenador do curso e em comunhão com sua acessória acadêmica e do núcleo docente estruturante (NDE). O objetivo do projeto era diminuir o número de absenteísmos praticados pelos colaboradores de todos os setores da instituição, por meio da prática de exercícios e atividades desportivas orientadas por docentes e alunos do curso de graduação e pós-graduação Stricto Sensu em Educação Física.

Após 2 anos parado, retomamos a extensão em 2020 com as atividades de natação, dança, karatê, jiu-jitsu, musculação e corrida para todos os colaboradores da instituição. Em parceria com o setor de Recursos Humanos (RH que se encarrega da divulgação entre os colaboradores e do setor de medicina do trabalho (SESMT) que fornece a relação de absenteísmos da instituição.

Atualmente atende-se mais de 150 colaboradores e docentes. As atividades são realizadas duas vezes por semana, em horários que a grande maioria possa participar (horários contrários a jornada de trabalho). Em parceria com a Pós-graduação que oferece os alunos bolsistas e os professores voluntários, estamos obtendo respostas positivas, com a melhora da relação social entre colaboradores além do bem-estar e qualidade de vida percebida por todos.

A intenção é que em dois anos possamos ter atendido mais de 1000 funcionários. Fale comentar que este projeto funciona em parceria com o SESMT (médica do trabalho indica que mais precisa) e com o Recurso Humano da instituição.



Projeto 3 - Exercício Físico para mulheres que tiveram câncer de mama:

Este projeto é um projeto em parceria com uma universidade americana – University of North Carolina (desde de 2020). O projeto tem por objetivo ofertar exercício físico de alta qualidade a mulheres que finalizaram seu tratamento do câncer. Atualmente atendemos 20 mulheres e temos mais 20 vagas para o segundo semestre. Elas realizam as atividades todas as segundas, terças e quintas de 7h30 as 9h da manhã. Sempre no início e final do semestre elas passam por avaliações. Estão tendo atendimentos pelos cursos de nutrição, medicina e odontologia gratuitamente.



Projeto 4 - Exercício Físico para pacientes renais

Este projeto tem por objetivo verificar os efeitos do treinamento de força domiciliar sobre os parâmetros cardiovasculares, renais, inflamatórios e estresse oxidativo de pacientes com doença renal crônica em tratamento conservador e hemodialítico/terminal. Tem como pesquisador responsável o prof. Dr. Thiago dos Santos Rosa docente do curso de graduação e pós-graduação Stricto Sensu em Educação Física da Universidade Católica de Brasília, sendo iniciada sua vigência em 2022 sendo finalizada apenas em 2025. O projeto possui cerca de 31 colaboradores sendo pesquisadores, bolsistas do curso de graduação e do programa de pós-graduação Stricto Sensu em Educação Física da Universidade Católica de Brasília, além de pesquisadores externos e atende cerca de 150 pacientes.



Projeto 5 - Impacto do desjejum associado ao exercício aeróbico em índices comportamentais e neuroelétricos em funções executivas de crianças

Este projeto tem como objetivo comparar e analisar as implicações cognitivas e neuroelétricas em sessões de ingestão de café da manhã semelhantes em calorias com diferentes cargas glicêmicas ou permanência em jejum após a realização de exercícios físicos em crianças. Tem como pesquisadora chefe a profa. Dra. Isabela Almeida Viana Ramos, docente do curso de graduação e pós-graduação Stricto Sensu da Universidade Católica de Brasília. O projeto entrou em vigência no ano de 2022 e finalizará em 2024. A professora conta com 10 colaboradores para realização do projeto que vão desde bolsistas do curso de bacharel e Educação Física e do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu da Universidade Católica de Brasília, além de discentes de outros cursos e pesquisadores externos. Atende cerca de 50 crianças.



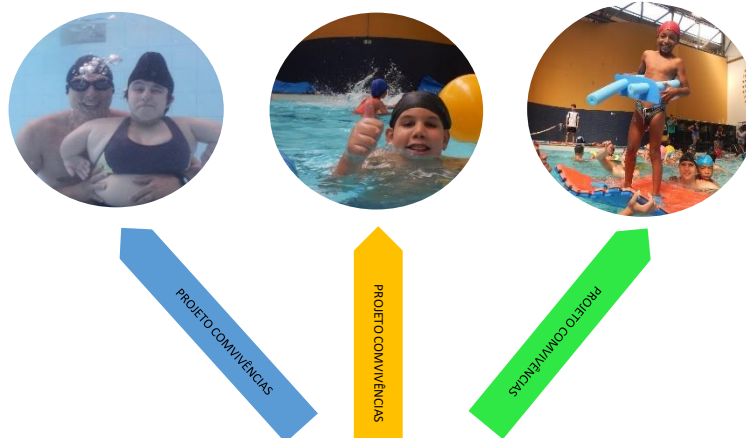
Projeto 6 - Efeitos de diferentes modelos de treinamento de força na cinética das vesículas extracelulares, capacidade funcional e hipertrofia muscular em idosos sarcopênicos.

Este projeto tem como objetivo investigar o comportamento vesículas extracelulares relacionadas ao sistema muscular em conjunto com a realização do treinamento de força como ferramenta no combate a doenças que interferem diretamente o referido sistema em especial a sarcopenia bem como viabilizar a estruturação de um novo marcador para identificar as vias de sinalização associadas a redução da massa muscular e possibilidades de diagnóstico. Tem como pesquisador chefe o prof. Dr. Carlos Ernesto Santos Ferreira docente do curso de graduação e pós-graduação Stricto Sensu da Universidade Católica de Brasília. O projeto entrou em vigência no ano de 2018 e finalizará em setembro de 2023. O professor conta com 11 colaboradores para realização do projeto que vão desde bolsistas do curso de bacharel e Educação Física e do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu da Universidade Católica de Brasília, além de discentes de outros cursos e pesquisadores externos. O projeto atende cerca de 40 idosos.



Projeto 7 – Projeto COMVIVÊNCIAS

Programa de Atendimento Educacional Especializado nas áreas de Educação Física, Arte (Expressão Corporal e Dança) e Pedagogia para pessoas que apresentam Deficiência Física, Intelectual, Visual, Múltipla e Transtornos do Espectro do Autista, pautado em princípios filosóficos que respeitem a integridade do ser humano, visando estimular o potencial latente desses estudantes buscando sua inclusão educacional e social, a fim de melhorar sua autoestima e de sua família, além do desenvolvimento de estudos, pesquisas e ações de extensão em Atendimento Educacional Especializado na área de Educação Física, Arte (Expressão Corporal e Dança), Pedagogia e Educação Inclusiva. Atende cerca de 200 crianças por semestre.



ATIVIDADES DE PESQUISA

O Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Educação Física (PPGEF), possui como área de ação: “Atividade Física, Saúde e Desempenho Humano”.

As duas linhas do PPGEF são totalmente pertinentes a graduação em Educação Física, atendendo tanto a licenciatura quanto o bacharelado, uma vez que suas linhas são:

- a) Aspectos Biofisiológicos da Atividade Física, Saúde e Desempenho Humano
- b) Aspectos Psicosocioculturais e Pedagógicos da Atividade Física, Saúde e Desempenho Humano

Cabe ressaltar que **TODOS** os docentes do Programa de Pós-graduação Mestrado e Doutorado em Educação Física, ministram aulas na graduação e possuem em seus projetos de pesquisa e extensão, discentes do curso de graduação.

Pesquisas atuais em desenvolvimento:

Profa Dra. Andrea Lucena Reis: Exercício Físico, Saúde e Inclusão da Pessoa com Síndrome de Down.

Prof. Dr. Carlos Ernesto Santos Ferreira: Análise das demandas fisiológicas e desempenho físico em atletas de futebol do DF: o uso de biomarcadores musculares no controle da carga de treinamento.

Prof. Dr. Carlos Ernesto Santos Ferreira: Análise das demandas fisiológicas e desempenho físico em atletas de futebol do DF: o uso de biomarcadores musculares no controle da carga de treinamento.

Prof. Dr. Carlos Ernesto Santos Ferreira: Efeitos de diferentes modelos de treinamento de força na cinética das Vesículas Extracelulares (exossomos e microRNAs), capacidade funcional e hipertrofia muscular em idosos sarcopenicos.

Profa Dra Carmen Silvia Grubert Campbell: Avaliação do crescimento, desenvolvimento motor, cognitivo e alimentar de bebês e crianças de 6 a 12 meses estimuladas pelos métodos Doman e BLW/BLISS.

Profa Dra Carmen Silvia Grubert Campbell: Desenvolvimento de aplicativo para celular de apoio para a promoção de saúde e prevenção de doenças crônicas por profissionais da saúde em crianças e adolescente.

Prof. Dr. César Vieira Marques Filho: Estratégias de formação para treinadores de futsal no Brasil

Prof. Dr. César Vieira Marques Filho: Estratégias de formação para treinadores de futsal no Brasil – EFTFB.

Prof. Dr. Dahan da Cunha Nascimento: Efeitos de diferentes estratégias de exercício físico associados a tecnologia sobre a saúde global de idosos do Distrito Federal.

Prof. Dr. Dahan da Cunha Nascimento: Efeitos De Diferentes Estratégias De Exercício Físico Associados A Tecnologia Sobre A Saúde Global De Idosos Do Distrito Federal.

Prof. Dr. Dahan da Cunha Nascimento: Pontos de cortes de qualidade muscular para a população idosa brasileira.

Profa Dra Gislane Ferreira de Melo: Avaliação dos aspectos biopsicossociais do exercício físico em mulheres submetidas ao tratamento para câncer de mama.

Profa Dra Gislane Ferreira de Melo: Construtos Psicológicos relacionados a Atividade Física, Saúde e Desempenho Humano.

Profa Dra Gislane Ferreira de Melo: Gênero, Esporte, Lazer, Saúde e Sociedade.

Prof. Dr. Herbert Gustavo Simões: Atividade do eixo hipotálamo-hipófise-gonadal e sua associação com o comprimento telomérico, metilação genômica e balanço autônomo como marcadores de senescência em atletas master de velocidade e endurance.

Profa Dra Isabela Almeida Viana Ramos: A influência de uma colônia de férias sobre a afetividade e percepção da família de crianças de baixa renda.

Profa Dra Isabela Almeida Viana Ramos: Tradução, adaptação transcultural e validação do Sport Emotion Questionnaire para língua portuguesa brasileira.

Prof. Dr. Jonato Prestes: Efeito do treinamento de força sobre a eficácia da vacina h1n1 em mulheres idosas obesas: influência da responsividade ao treinamento no sistema imune.

Prof. Dr. Jonato Prestes: Efeitos agudos e crônicos dos métodos de treinamento de força tradicional, sarcoplasm stimulating training, german volume training e rest-pause em indivíduos treinados.

Prof. Dr. Jonato Prestes: Estresse oxidativo, marcadores inflamatórios, estado de humor e gravidade das infecções respiratórias em duas categorias do fisiculturismo feminino durante diferentes fases da preparação para uma competição.

Prof. Dr. Jonato Prestes: Treinamento de força e laser de baixa intensidade em idosos hemodialíticos: um estudo randomizado controlado.

Prof. Dr. Milton Rocha de Moraes: Atenção Primária à Saúde nas Unidades de Atendimento aos Idosos do Distrito Federal: O Exercício como Adjuvante no Tratamento da Hipertensão Arterial.

Prof. Dr. Milton Rocha de Moraes: Efeitos de dois modelos de exercício de força sobre os parâmetros cardiometabólicos de pacientes hipertensos.

Prof. Dr. Milton Rocha de Moraes: Exercício e Hipertensão Arterial.

Prof. Dr. Samuel Estevam Vidal: Mapeamento Pós-Covid-19 dos Determinantes Sociais da Saúde Relacionados às Práticas Corporais da População do Distrito Federal.

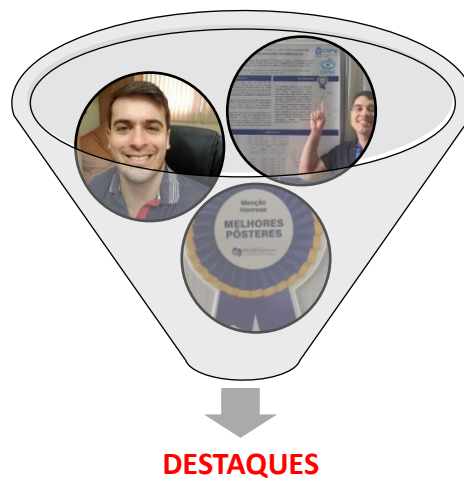
INOVAÇÃO E OUTRAS ATIVIDADES DE DESTAQUE DO CURSO

O curso de Educação Física da Universidade Católica de Brasília realizou no 2º semestre de 2020 o V Congresso de Educação Física com o tema: Ciência, Saúde, Tecnologia e Sociedade. O evento contou com a parceria do curso de graduação com o Programa de Pós-graduação em Educação Física, e todos suas representações estudantis além dos grupos de pesquisa, empresa Junior e Programa de Educação Tutorial (PET).

2022 a SEMANA DA EDUCAÇÃO FÍSICA que contou com 14 convidados (alunos e docentes do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Educação Física da Universidade Católica de Brasília) com a realização e aplicação de conteúdos teóricos e práticos.



ALUNOS DESTAQUE DO CURSO



Vários são os egressos que passaram pelo curso de Educação Física da Universidade Católica de Brasília e conquistaram notoriedade na profissão bem como no mercado de trabalho. Hoje o egresso do curso de Bacharel em Educação Física Hugo de Luca Corrêa é discente do curso de doutorado do Programa de Pós-graduação em Educação Física da Universidade Católica de Brasília e cientista de dados da Harvard T.H Chan School of Public Health, terminou sua graduação nas modalidades bacharel e licenciatura de 2015 a 2019 adentrando logo em seguida o curso de mestrado em Educação Física pelo Programa de Pós-graduação em Educação Física. Em 2020 foi bolsista destaque da CAPES por seu projeto com pacientes renais crônicos sob a orientação do Prof. Dr. Thiago dos Santos Rosa, docente do curso de graduação e Pós-graduação em Educação Física.

Rafael Lavarini dos Santos discente do 6º semestre de Bacharel em Educação Física é bolsista do projeto de pesquisa com pacientes renais crônicos sob a supervisão do prof. Dr. Thiago dos Santos Rosa, e teve menção honrosa ao apresentar o resultado de partes da pesquisa no Congresso Brasileiro de Nefrologia por meio de apresentação via pôster.

OUTROS DESTAQUES DO CURSO

Programa de Educação Tutorial - PET

O curso de Educação Física juntamente com o curso de engenharia, são os 2 únicos a terem o programa de educação tutorial (PET) do ministério da educação (MEC). O programa oferece bolsas de tutoria a professores e de iniciação científica a estudantes de graduação para o desenvolvimento de projetos que integrem ensino, pesquisa e extensão. Atualmente o curso possui 12 bolsistas além do tutor e conta com a participação de mais 8 discentes não bolsistas.



ETHOS Qualidade de vida - Empresa Junior

Fundada no dia 10 de março de 2010 a Ethos e presidida pelos discentes do curso, foi responsável por elaborar, montar e realizar diversos eventos relacionados ao campo de atuação do profissional de Educação Física.



Centro Acadêmico

Desde 2019 o Centro Acadêmico do curso de Educação Física (CAEF) não estava atuante, fato que se consolidou com a pandemia da Covid-19 onde todas as atividades práticas e presenciais do curso foram suspensas. No primeiro semestre de 2022 o CAEF foi reativado por meio de eleição direta realizada pelos representantes de turma do curso.



Representantes de Semestres

No 1 semestre de 2022 sob a supervisão do coordenador do curso, bem como as lideranças estudantis (CAEF, PET, ETHOS Empresa Junior) ocorreu uma reunião com todos os alunos do curso, ficando decidido que cada semestre teria um representante escolhido por eleições diretas realizadas por todos os alunos matriculados nos respectivos semestres. Foram escolhidos 8 discentes mais um do curso semipresencial que representará todos os semestres. A função dos representantes é estar presente em todos os eventos e ações do curso onde farão chegar a seu respectivo semestre tudo que foi decidido.

Liga Acadêmica de Fisiologia do Exercício – LIFE

Criada pelo docente do curso de graduação e do Programa de Pós-graduação Mestrado e Doutorado do curso de Educação Física prof. Dr. Milton Rocha de Moraes em 2015 com a intenção de produzir e publicar a ciência da fisiologia do exercício. A liga também é responsável por editar e produzir eventos relacionados a temática. Tem em sua atual presidência o aluno do curso de bacharel em Educação Física, Rafael dos Santos Lavarini.



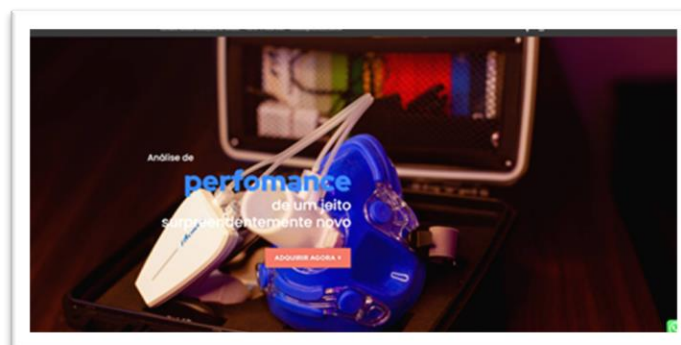
Atlética



Patentes

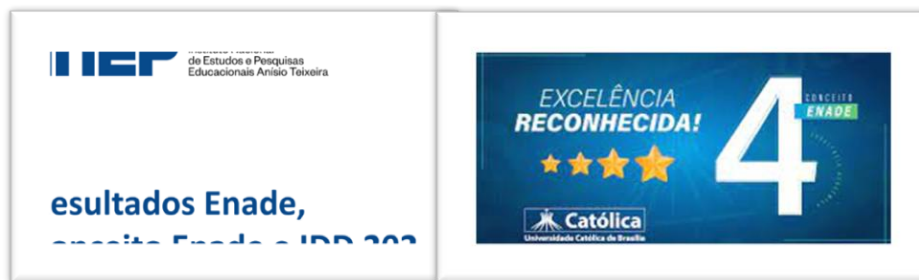
Apesar do PPGEF ser um programa acadêmico sem a intenção de construir patentes, nestes 5 últimos anos foram registradas 03 patentes. E essas patentes estão dando suporte ao ensino da fisiologia do exercício na própria graduação.

O flitcheck – analisador de gases – Desenvolvido por nosso aluno de doutorado Daniel Tavares que é EGRESSO do curso de graduação.



De todos os alunos que passaram pelo nosso mestrado e doutorado, mais de 50% foram nossos alunos de graduação, e quase todos já tinham participado do nosso programa de Iniciação Científica. Isso levou muito deles a terem bolsa 100% na pós-graduação.

AVALIAÇÃO DO CURSO (INEP – ENADE E CPC)



Em avaliação realizada pelo INEP, órgão vinculado ao Ministério da Educação (MEC), o curso recebeu nota 4 relativa ao CONCEITO ENADE 2021 além de ser o único curso da instituição a receber nota máxima **5** no **CONCEITO PRELIMINAR DO CURSO (CPC)**, onde são considerados os valores obtidos nas avaliações de desempenho dos estudantes na prova do ENADE, o Indicador de diferença entre os Desempenhos Observados e Esperados (IDD), Corpo Docente (percentual de mestres e doutores e regime de trabalho), e a percepção dos alunos sobre o seu processo formativo (Questionário do estudante – ENADE).

