UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS

EDITAL Nº 04 DE 27/02/2019

CONCURSO DE MONITORIA REMUNERADA

O DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS DO INSTITUTO DE EDUCAÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO, faz saber que de acordo com a Deliberação nº 057/1995-CEPE, encontram-se abertas as inscrições para os concursos de monitorias, visando o preenchimento de 01(uma) vaga para a disciplina:

IE 164 – INTRODUÇÃO AO TREINAMENTO DESPORTIVO I

INSCRIÇÃO

As inscrições serão feitas no Departamento de Educação Física e Desportos, no período de **11/03/2019 a 18/03/2019** no horário das 09h às 16h.

CRITÉRIOS DE APROVAÇÃO E SELEÇÃO

1. Será considerado aprovado, no exame de seleção, o candidato que obtiver nota igual ou superior a 7 (sete);
2. Só será selecionado o candidato aprovado que obtiver maior número de pontos e não estiver exercendo atividade remunerada pela Instituição e/ou não receber bolsa de órgãos financiados de pesquisa, que caracterize acumulação com a bolsa de monitoria (PIBIC, CNPq, FAPERJ e outras);
3. Em caso de empate, o que obtiver melhor conceito na disciplina e persistindo o empate, será o de melhor CR.

DAS PROVAS

A Prova teórica será realizada no dia **27/03/2019 (4ª feira) às 09h** no DEFD.

CRITÉRIOS

- Ter cursado a disciplina IE 164 – INTRODUÇÃO AO TREINAMENTO DESPORTIVO;
- Ter obtido CR mínimo de 7,0 na disciplina;
- Ter disponibilidade de horário para exercer a atividade de monitoria por 12h semanais.

PROGRAMA

Conceitos e definições de treinamento esportivo

Histórico do treinamento desportivo

Escolas de treinamento desportivo

Princípios Científicos do Treinamento Desportivo

Estudo das qualidades físicas

Outras formas de atividade física

Atividade física para grupos especiais

Principais métodos de preparação física

BIBLIOGRAFIA

DANTAS, Estélio H. M. **A prática da Preparação Física**. 3ª ed. Editora Shape. Rio de Janeiro, 1995.

TUBINO, Manoel J. G. **Metodologia Científica do Treinamento Desportivo**. 3ª ed. Editora Ibrasa. São Paulo, 1973.

MATSUDO, Vitor K. R. **Testes em Ciências do Esporte**. Editora Gráficos Burti LTDA. São Paulo, 1987.