



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



**EDITAL Nº 03 DE 06/04/2023**

**CONCURSO DE MONITORIA VOLUNTÁRIA**

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 às inscrições para os concursos de monitorias, visando o preenchimento de 01(uma) vaga para a disciplina:

**IE 160 – CINEANTROPOMETRIA**

**INSCRIÇÃO**

As inscrições serão feitas pelo e-mail [claudiomelibeu@ufrj.br](mailto:claudiomelibeu@ufrj.br), no período de 10/04/2023 a 20/04/2023.

**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 IAA.

**DA AVALIAÇÃO**

A Prova Teórico e Prática será realizada no dia **20/04/2023 (quinta-feira)** às **10:00h** no DEFD (entrar em contato com o Prof. [Claudio Melibeu](mailto:claudiomelibeu@ufrj.br) pelo e-mail: [claudiomelibeu@ufrj.br](mailto:claudiomelibeu@ufrj.br)).

**CRITÉRIOS**

- Ter cursado a disciplina;
- Ter obtido CR mínimo de 7,0 na disciplina;
- Ter disponibilidade no horário da disciplina;
- Ter disponibilidade de horário para exercer a atividade de monitoria por 12h semanais;

**DO PRAZO**

A vigência deste concurso será somente para 2023-2, as vigências serão finalizadas automaticamente em 23-12-2023.

**PROGRAMA**

## 1. Introdução à Cineantropometria

2. Importância e questões éticas e legais/Avaliação Pré-teste: Anamnese, PAR-Q, Perfil de Risco fatores de risco
3. Variáveis Cineantropométricas - Medidas de Estatura, Massa Corporal e Circunferenciais
4. Variáveis Cineantropométricas - Comprimentos e Medidas Transversais
5. Avaliação da Composição Corporal (Teórico-Prático)
6. Somatotipo, Proporcionalidade Corporal e Maturação Biológica
7. Testes Neuromusculares e Cardiorrespiratórios

## **BIBLIOGRAFIA**

1. Carnaval, Paulo Eduardo – Medida e Avaliação em Ciências do Esporte – Editora Sprint – Rio de Janeiro – 2005
2. Guedes, D.P. e Guedes, J.E.R.P - Manual Prático para Avaliação em Educação Física- Editora Manole – São Paulo – 2006
3. Pompeu, Fernando A. M. S. – Manual de Cineantropometria – Editora Sprint – Rio de Janeiro – 2004
4. Norton, K e Olds T. – Antropométrica – Editora Artmed – São Paulo - 2005
5. Garber, C. E., Blissmer, B., Deschenes, M. R., Franklin, B. A., Lamonte, M. J., Lee, I. M., ... & Swain, D. P. (2011). American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. *Medicine and science in sports and exercise*, 43(7), 1334-1359.
6. Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição / American College of Sports Medicine; tradução Dilza Balteiro Pereira de Campos. – 9. ed. – Rio de Janeiro: Guanabara, 2014.