

## Psicologia do Esporte e Neurociências

A Psicologia do Esporte vive um momento de franca expansão, uma vez que a divulgação ostensiva dos trabalhos psicológicos realizados junto a atletas e equipes que participaram dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro em 2016, A Psicologia do Esporte vive um momento de franca expansão, uma vez que a divulgação ostensiva dos trabalhos psicológicos realizados junto a atletas e equipes que participaram dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro em 2016, Tóquio 2021 e Paris 2024 colocaram a área em evidência. Já nos jogos olímpicos de Paris 2024 o tema central foi a saúde mental no esporte. Dentro do meio psicológico e esportivo existe um crescente interesse e demanda pela área. Clubes e centros esportivos, federações esportivas, projetos socioeducativos, academias, centros multidisciplinares de saúde, centros de formação de atletas, equipes de eSports e poker, clínicas de psicologia, entre outros, tem sido locais preferenciais de trabalho para os profissionais da área. Essa demanda crescente do mercado implica na necessidade de um maior número de profissionais devidamente capacitados para atuarem na área.

A especialização em Psicologia do Esporte e Neurociências visa capacitar profissionais para atuar no campo esportivo a partir de um enfoque sistêmico, interdisciplinar e ético. Ao longo do curso serão abordados os fundamentos da psicologia do esporte, as formas mais atuais de diagnóstico e intervenção na área psicoesportiva e as disciplinas que integram as ciências do esporte. Também serão apresentados os aportes mais recentes das neurociências, da psicofisiologia e a utilização de técnicas e recursos de biofeedback e treinamento virtual. Por fim serão discutidas as aplicabilidades de todos os construtos teóricos, técnicas, procedimentos e recursos nas especificidades das modalidades esportivas individuais, coletivas, do eSports e do exercício.

O curso está estruturado no formato semipresencial e é composto por quatro módulos. Cada módulo é constituído por três disciplinas teórico-práticas (24h) e uma de aplicação e avaliação do conteúdo (12h). Os módulos I e II vão apresentar a interação da psicologia com as ciências do esporte, o módulo III abordará as neurociências aplicadas ao campo esportivo e o módulo IV tratará da aplicabilidade da psicologia do esporte frente aos esportes individuais, coletivos e eSports. A disciplina avaliativa utilizará ferramentas de aprendizagem ativa, jogos interativos, resolução de exercícios e desenvolvimento de projetos baseados em estudos de caso reais como forma de potencializar o desenvolvimento das competências para a excelência na atuação profissional. Além disso, durante o curso, o profissional terá oportunidade de participar, também, de uma disciplina de Ética na qual se discutirá os desafios éticos do mundo contemporâneo por meio de um pensamento crítico e reflexivo sobre a ação humana do ponto de vista pessoal, profissional e social-cidadão.

As aulas serão online ao vivo por webconferência nas quintas e sextas-feiras das 19h00 às 22h00 e sábados das 9h00 às 12h00, quinzenalmente. Já as atividades presenciais serão realizadas em um encontro imersivo de 1 a 11 de dezembro de 2025 das 08h00 às 12h00, das 14h00 às 18h00 e das 19h00 às 21h00.

Público-Alvo Profissionais de Psicologia, Educação Física e demais Áreas da Saúde

**Campus:**

Curitiba

**Modalidade:**

EAD

**Formato:**

Semipresencial

---

**E-mail:**

testeescola@pucpr.br

**Telefone:**

4188888888

[www.pucpr.br](http://www.pucpr.br)

**Duracao:**

13 meses

**Periodicidade:**

Quinzenal

**Mensalidade:**

R\$ 779.00

**Inscricao:**

[Clique aqui](#)

---

**E-mail:**

[testeescola@pucpr.br](mailto:testeescola@pucpr.br)

**Telefone:**

4188888888

[www.pucpr.br](http://www.pucpr.br)

# Disciplinas

## **Princípios e Bases da Psicologia do Esporte e do Exercício**

Esta disciplina objetiva apresentar o percurso histórico, bases conceituais, recursos, interações, aplicabilidades e campo de atuação da Psicologia do Esporte. Ao final o estudante estará apto a discriminar e orientar a sua atuação profissional pautado nas especificidades da psicologia do esporte e de sua interface com as ciências do esporte.

## **Fisiologia do Exercício e Treinamento Esportivo**

Metabolismo anaeróbico; Metabolismo aeróbico: Potência anaeróbica; Potência aeróbica; Efeito do treinamento físico no metabolismo energético. Tipos de fibras musculares e sua influência no exercício. Desenvolvimento de capacidades físicas; Periodização e carga de treinamento, Avaliações e parâmetros fisiológicos. Ao final o estudante estará apto a entender e utilizar os indicadores fisiológicos e os princípios do treinamento esportivo integrados às ações interdisciplinares na atuação em psicologia do esporte.

## **Medicina do Esporte e Nutrição Esportiva**

"Esporte, exercício e saúde; Análise das ações preventivas e avaliações pré-participação;

Lesões mais comuns na prática esportiva e seus aspectos de prevenção; Cardiopatias e fatores de risco para doenças cardiovasculares. Metabolismo energético na prática esportiva. Necessidades nutricionais no esporte. Recursos ergogênicos nutricionais. Orientação dietética para o atleta de elite. Atuação interdisciplinar. Ao final o estudante estará apto a entender e utilizar os indicadores da medicina esportiva e os princípios da nutrição esportiva integrados às ações interdisciplinares na atuação em psicologia do esporte."

## **O Trabalho Interdisciplinar**

Essa disciplina avaliativa visa integrar os conteúdos abordados ao logo do primeiro módulo a partir da resolução de situações práticas baseadas em estudos de caso reais. As resoluções situacionais vão exigir uma abordagem interdisciplinar e sistêmica juntamente com a capacidade de trabalhar em equipe.

## **Desenvolvimento de Competências e Avaliações em Psicologia do Esporte**

Esta disciplina visa discutir as formas de planejamento e implementação do treinamento de competências psicológicas, bem como as diversas formas utilizadas para avaliação e mensuração em psicologia do esporte. Ao final da disciplina o estudante deve estar apto a estruturar um treinamento de competências psicológicas e utilizar instrumentos de avaliação como referência diagnóstica.

## **Psicofisiologia e Biofeedback**

Esta disciplina tem como objetivo apresentar as relações entre fenômenos psíquicos e fisiológicos. Sistema nervoso neurovegetativo, variabilidade cardíaca e somatizações. Também serão apresentados equipamentos e software de biofeedback, bem como sua utilização e aplicabilidade. Ao final da disciplina o estudante deverá estar apto a identificar interações psicofisiológicas, bem como conhecer e discriminar equipamentos de biofeedback.

## **Competências psicológicas, modalidades esportivas e psicofisiologia.**

Essa disciplina avaliativa visa integrar os conteúdos abordados ao logo do segundo módulo a partir da resolução de situações práticas baseadas em estudos de caso reais. As resoluções situacionais vão exigir um planejamento simulado de intervenções psicoesportivas visando o desenvolvimento de competências emocionais em diferentes

modalidades esportivas baseadas em avaliação psicológica e utilizando recursos de biofeedback.

## **Princípios e Bases das Neurociências**

Estrutura do Sistema Nervoso, Funções Cerebrais, Anatomia do Cérebro, Os Sentidos, Memória, Neuroplasticidade, Neurotransmissores, Consciência, Exercícios e Distúrbios Neurodegenerativos. Ao final da disciplina o estudante deverá compreender o funcionamento cerebral e correlacioná-lo com o desempenho no esporte e no exercício.

## **Bases neurais do movimento, emoções e comportamento**

Desenvolvimento Psicomotor, Áreas Cerebrais e Movimento, Movimento Consciente, o Cérebro Emocional, Emoções Conscientes e Inconscientes, Desejo e Recompensa, Cérebro e Comportamento. Ao final da disciplina o estudante deverá identificar as áreas cerebrais implicadas no movimento, como também as regiões cerebrais e neurotransmissores relacionados às expressões emocionais.

## **Neurociências, Performance Esportiva e Treinamento Virtual**

Aplicação dos fundamentos das neurociências visando otimizar o treinamento e o rendimento esportivo. Utilização de equipamentos de realidade virtual como o Rezzil na preparação de atletas. Ao final da disciplina o estudante deverá estar apto a utilizar as bases das neurociências e o treinamento virtual como componentes da preparação mental de atletas.

## **Recursos de neurociências e treinamento virtual no esporte de rendimento.**

Essa disciplina avaliativa visa integrar os conteúdos abordados ao longo do terceiro módulo a partir da resolução de situações práticas. A partir de situações simuladas o desafio vai ser o desenvolvimento de projetos de intervenção em psicologia do esporte utilizando o conhecimento das neurociências e recursos de treinamento virtual.

## **Psicologia do Esporte Aplicada - Esportes Individuais**

Estabelecimento de metas, gerenciamento emocional e atencional, controle da ativação, periodização do trabalho de Psicologia do Esporte. Princípios de Psicologia Clínica do Esporte. Ao final da disciplina o estudante deverá estar apto a desenvolver um planejamento de intervenção direcionado a atletas de modalidades individuais.

## **Psicologia do Esporte Aplicada - Esportes Coletivos**

Metas grupais, comunicação, cooperação, coesão, dinâmicas integrativas e manejo de grupo. Periodização do trabalho de Psicologia do Esporte. Ao final da disciplina o estudante deverá estar apto a desenvolver um planejamento de intervenção direcionado a grupos esportivos.

## **Psicologia do Esporte Aplicada - Esportes e Jogos Digitais**

Breve histórico, desenvolvimento e caracterização dos eSports. Tipos de games, torneios e regulamentação. Características e recursos psicológicos aplicados aos eSports e jogos digitais. Ao final da disciplina o estudante deverá compreender os princípios e a diversidade do universo do eSports e estar apto a desenvolver um planejamento de intervenção direcionado a atletas e jogadores de esportes e jogos digitais.

## **Planejamento e periodização das intervenções em psicologia do esporte.**

Essa disciplina avaliativa visa integrar os conteúdos abordados ao longo do quarto módulo a partir da resolução de situações práticas baseadas em estudos de caso reais. As resoluções situacionais vão exigir o desenvolvimento de projetos de intervenção em esportes individuais e coletivos e a periodização de uma temporada competitiva.

## **Ética.**

Analisar os problemas éticos atuais, privilegiando controvérsias relacionadas às atividades profissionais. Ao final, os alunos serão capazes de tomar decisões responsáveis e sustentáveis, de acordo com princípios éticos.

## **Tópicos Especiais e Pesquisa em Psicologia do Esporte**

Apresentação dos fundamentos das principais modalidades esportivas olímpicas, paralímpicas e especiais; Inteligência emocional no esporte; Pesquisa aplicada em Psicologia do Esporte. EMDR. Ao final da disciplina o estudante deverá estar apto a discriminar as diversas modalidades esportivas, entender e aplicar os princípios da inteligência emocional no campo esportivo e elaborar pesquisas na área.