

Se você tem...

boa coordenação motora, preparo físico, concentração,
facilidade em comunicar-se e lidar com o público, atenção,
paciência e meticulosidade...
... é bom pensar em...

Educação Física

O QUE É: É a promoção da saúde e da capacidade física dos indivíduos por meio da prática de exercícios e atividades corporais.

O profissional deve incentivar e orientar as pessoas a ter uma atividade física regular, esclarecendo sobre os benefícios do esporte e os riscos do sedentarismo. Isto, porém, deveria ser objeto de todo profissional da saúde.

O PERFIL DO PROFISSIONAL: O profissional de Educação Física domina um conjunto de conhecimentos sobre o movimento humano intencional nas dimensões biológica, pedagógica, comportamental, sócio-cultural; possui competência para intervir no âmbito das diferentes manifestações do movimento humano, visando à realização de objetivos educacionais, de saúde, de prática esportiva e de expressão corporal. Além disso, deve demonstrar interesse pelo ser humano e suas características físicas e psíquicas, ser criativo e ter senso de organização.

O CURSO: O curso engloba disciplinas da área de biológicas, como Anatomia, Fisiologia e Ortopedia. Estão incluídas também Estatística, Administração e Economia, além de disciplinas específicas como desenvolvimento motor, técnicas esportivas e ginástica. Além do estágio, algumas escolas exigem a monografia ao final do curso. Para dar aula é preciso fazer Licenciatura.

Para exercer a profissão é necessário o registro no Conselho Federal de Educação Física.

Duração média do curso: quatro anos.

CAMPO DE ATUAÇÃO:

- **Condicionamento físico** - auxiliam na realização de exercícios individuais como personal trainer, como também planejam e desenvolvem atividades físicas em escolas, academias de ginástica e musculação, ginásios esportivos e piscinas.

- **Consultoria e assessoria** - pode atuar junto a órgãos públicos e privados na organização de programas educativos em centros comunitários, parques, hospitais, clínicas, spas, hotéis, creches e penitenciárias.

- **Ensino** - pode dar aulas no Ensino Fundamental e Médio, para o quê precisa somente do título de licenciado. Fora da escola, é exigido o bacharelado.

- **Grupos especiais** - instruem e acompanham idosos, gestantes, adultos e crianças deficientes, cardíacos e doentes em atividades físicas que beneficiem a saúde.

- **Recreação** - entretém hóspedes, associados e turistas em hotéis, spas e clubes.

COMO ESTÁ O MERCADO: Quem se forma em Educação Física não tem dificuldade para encontrar emprego, e o mercado deve continuar em ascensão nos próximos anos. O aumento do número de empregos está relacionado principalmente com a conscientização da importância da atividade física para garantir uma vida mais saudável. O ensino é a área que mais absorve profissionais, além das academias de ginástica, pois as pessoas já sentem a necessidade de praticar exercícios sob a supervisão de um especialista, para que não ocorram problemas nem lesões devido ao excesso de atividades. Há demanda pelo profissional que trabalha com portadores de deficiência mental em ONGs, rede de ensino e órgãos públicos de assistência social.