



Conselho Federal de Educação Física

Resoluções

Rio de Janeiro, 09 de novembro de 2015.

Resolução CONFED nº 312/2015

Dispõe sobre Especialidade Profissional em Educação Física na área de Treinamento Resistido/Musculação

O PRESIDENTE DO CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA - CONFED, no uso de suas atribuições estatutárias, conforme dispõe o inciso IX, do art. 43 do Estatuto do CONFED, e:

CONSIDERANDO a Lei nº 9394, de 20 de dezembro de 1996, na especificidade do tratamento dispensado à especialização como curso superior, em nível de pós-graduação lato sensu, que se segue aos cursos de graduação;

CONSIDERANDO a Resolução CONFED nº 046/2002, que dispõe sobre a intervenção do Profissional de Educação Física e as respectivas competências e define seus campos de atuação profissional;

CONSIDERANDO a Resolução CONFED nº 255/2013, que define especialidade profissional em Educação Física;

CONSIDERANDO a Resolução CNE/CES nº 7, de 31 de março de 2004, do Conselho Nacional de Educação, que institui as diretrizes curriculares nacionais para os cursos de graduação em Educação Física, em nível superior de graduação plena;

CONSIDERANDO a missão do CONFED de dotar a sociedade de parâmetros de aferidores da qualidade da atuação profissional, bem como as exigências do campo de intervenção do Profissional de Educação Física, decorrentes dos avanços científicos e tecnológicos da área específica e de áreas correlatas;

CONSIDERANDO a importância da formação profissional em nível de especialidade para o desempenho de funções específicas e próprias do exercício profissional, com segurança, competência e responsabilidade ética;

CONSIDERANDO que as mudanças conceituais resultantes da evolução do conhecimento na área de atividades físicas e de exercícios físicos indicam que a expressão "exercício resistido" decorre da tradução do inglês resistance ou resistive – exercise ou training, e que tais exercícios também são conhecidos como exercícios contra resistência, exercícios de fortalecimento muscular, exercícios com pesos, e mais popularmente, musculação;

CONSIDERANDO que o American College of Sports Medicine (ACSM) considera que a musculação também exerce um impacto direto sobre as atividades da vida diária que exigem um percentual da capacidade muscular para serem executadas;

CONSIDERANDO a relevância do aprofundamento e da formação continuada como estratégia de atualização dos conhecimentos no âmbito do treinamento resistido/musculação para o aprimoramento do atendimento da população em geral e de grupos populacionais específicos;

CONSIDERANDO o estudo do Grupo de Trabalho sobre especialidade profissional em Educação Física do CONFED, realizado no ano de 2006 e os estudos da Comissão de Ensino Superior e Preparação Profissional do CONFED, realizados nos anos de 2010 e 2011;

CONSIDERANDO a Oficina Temática sobre Especialidades Profissionais, realizada no ano de 2011, coordenada pela Comissão de Ensino Superior e Preparação Profissional do CONFED, com a participação dos Presidentes de Conselhos Regionais de Educação Física e o que foi aprovado em reunião do Plenário do Conselho Federal de Educação Física, realizada em 26 de março de 2011;

CONSIDERANDO, a deliberação tomada em reunião do Plenário realizada em 11 de abril de 2015;

RESOLVE:

Art. 1º - Definir Especialidade Profissional em Educação Física como um ramo ou uma competência específica dentro desta profissão, que objetiva aprofundar e/ou aprimorar conhecimentos, técnicas e habilidades, além de agregar conteúdos específicos da prática vivenciada em um determinado tipo de intervenção.

Art. 2º - Definir Treinamento Resistido/Musculação como área de Especialidade Profissional em Educação Física.

Art. 3º - Definir Treinamento Resistido/Musculação como o tipo de prática que trabalha o exercício físico por meio de contrações musculares realizadas contra resistências graduáveis e progressivas, tais como: pesos, resistência hidráulica, eletromagnética, molas, elásticos, entre outros meios.

Parágrafo único - No Treinamento Resistido/Musculação embora todos os grupos musculares sejam ativados, cada exercício enfatiza a ação de um grupo muscular específico por meio de exercícios para as regiões anatômicas prioritárias para as necessidades individuais, o que pode ser denominado como "exercícios localizados".

Art. 4º - A Especialidade Profissional em Educação Física na área de Treinamento Resistido/Musculação, para efeito de reconhecimento pelo Sistema CONFED/CREFs e para atuação profissional específica, destina-se, exclusivamente, aos Profissionais de Educação Física.

Art. 5º - Compete ao Profissional de Educação Física, especialista em Treinamento Resistido/Musculação:

I - Empregar com eficiência os processos, métodos e técnicas para fins de condicionamento físico em geral, do treinamento da resistência, da força máxima em atletas, e da aplicação terapêutica com pequenas cargas, quando o movimento articular não deve ou não pode ser realizado.

II - Desenvolver o Treinamento Resistido/Musculação nas suas diferentes formas de competição individual, duplas, trios e em conjunto, considerando as dimensões: física, técnica, tática, psicológica, intelectual e moral, bem como a execução técnica dos elementos a partir de regras atualizadas;

III - Avaliar, planejar e definir indicações e contra-indicações para a realização do Treinamento Resistido/Musculação considerando fatores de risco, estratégias e metodologias adequadas às necessidades do indivíduo e/ou equipes;

IV - Prescrever, organizar, adequar, dirigir, desenvolver e ministrar programas no âmbito do Treinamento Resistido/Musculação atuando, quando necessário, de forma multidisciplinar;

VI - Prestar serviços de consultoria, auditoria e assessoria na área de especialidade;
VII – Desenvolver pesquisa, investigação científica e tecnológica na área de especialidade.

Art. 6º - Esta Resolução entra em vigor na data de sua publicação.

Jorge Steinhilber
Presidente
CREF 000002-G/RJ

Publicada no DOU nº 221 de 19 de novembro de 2015 – Seção 1 – fls. 131