

CARACTERIZAÇÃO DE ATIVIDADE ACADÊMICA

Identificação

Atividade Acadêmica: 020048 - Atividade Física, Lazer e Saúde

Período Letivo: 2024/1

Carga Horária Total: 66 horas-aula

Créditos Acadêmicos: 04

Distribuição da Carga Horária:

Teoria: 60 horas-aula

Prática: 6 horas-aula

Competências

Conhecer e compreender os fundamentos sócio-históricos que constituem o esporte e o lazer como fatores de saúde e objetos de políticas públicas para a saúde.

Conhecer e compreender os fundamentos da atenção à saúde e sua relação com o lazer e a atividade física.

Conhecer as principais situações patológicas onde a atividade física é recomendada, analisando sua fisiopatologia e os benefícios advindos do exercício.

Elaborar programas de atividade física com objetivo de promoção, proteção e recuperação da saúde, inclusive para grupos especiais.

Avaliar criticamente políticas públicas e projetos de esporte e lazer que tenham por objeto a promoção da saúde.

Elaborar projetos de esporte e lazer que tenham por objeto a promoção da saúde, articulados às políticas públicas governamentais e às estruturas do Estado e da Sociedade Civil.

Conhecimentos

História da construção social do esporte e do lazer como fatores de saúde.

As concepções de saúde em relação com a atividade física e o lazer.

A atividade física e lazer na atenção à saúde.

Caracterização de grupos especiais.

Atividade física em casos de asma, diabetes, hipertensão, cardiopatias e HIV.

Elaboração, gestão e avaliação de programas de exercícios físicos e projetos de esporte e lazer na saúde.

Metodologias, técnicas e recursos de ensino e aprendizagem

A metodologia se desenvolverá a partir de: aulas expositivas e dialogadas; seminários a partir da leitura de textos e documentos que fundamentem os conhecimentos propostos; palestras; visitas a projetos e instituições; trabalhos em grupo e individuais.

Prática: os acadêmicos se inserem no campo da Educação Física por meio de observações ou entrevistas semi-estruturadas com profissionais, agentes ou usuários dos serviços, a partir de um roteiro previamente discutido em sala de aula que envolve questões sobre os contextos da atividade física, esporte e lazer. Essa atividade é avaliada a partir de relatórios e seminários que analisam os conteúdos das observações e entrevistas realizadas em campo. A discussão e análise do contexto encontrado no campo da educação física permeia todo o processo de aprendizagem da atividade referida.

Metodologias, técnicas e recursos de avaliação

A avaliação será realizada ao longo de toda a atividade, por meio de apresentação de trabalhos e provas nos quais, em acordo com o Regimento da universidade, os acadêmicos demonstrarão o grau de aquisição das competências propostas.

Horas de Prática: os acadêmicos se inserem no campo da Educação Física por meio de observações ou entrevistas semi-estruturadas com profissionais, agentes ou usuários dos serviços, a partir de um roteiro previamente discutido em sala de aula que envolve questões sobre os contextos da atividade física, esporte e lazer. Essa atividade é avaliada a partir de relatórios e seminários que analisam os conteúdos das observações e entrevistas realizadas em campo. A discussão e análise do contexto encontrado no campo da educação física permeia todo o processo de aprendizagem da atividade referida.

Bibliografia básica

CZERESNIA, Dina (org). **Promoção da saúde:** conceitos, reflexões e tendências. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2003

PITANGA, Francisco. **Epidemiologia da atividade física, exercício físico e saúde.** São Paulo: Phorte, 2010.

WOLFF, S. H. (org). **Vivendo e envelhecendo:** recortes de práticas sócias nos Núcleos de Vida Saudável. 1 ed. São Leopoldo: UNISINOS, 2009.

Bibliografia complementar

ARMANI, Domingos. **Como elaborar projetos:** guia prático para elaboração e gestão de projetos sociais. Porto Alegre: Tomo, 2002.

BAGRICHEVSKY, M; PALMA, A; ESTEVÃO, A; Da Ros, M (org). **A saúde em debate na educação física – volume 2.** Blumenau: Nova Letra; 2006

BRACHT, V. **Sociologia crítica do esporte:** uma introdução. Vitória: UFES, Centro de Educação Física e

Desportos, 1997.

BRUHNS, Heloisa T. **Lazer e ciências sociais: diálogos pertinentes**. São Paulo: Chronos, 2002.

CAMPOS, G.W.S et al. **Tratado de Saúde Coletiva**. São Paulo: Hucitec, 2009.

CARVALHO, Yara Maria de. **O Mito da Atividade Física e Saúde**. São Paulo: Hucitec, 2009.

DUMAZEDIER, J. **Lazer e cultura popular**. São Paulo: Perspectiva, 1976.

DUMAZEDIER, J. **Sociologia empírica do lazer**. 2.ed. São Paulo: Perspectiva/Sesc, 1999.

LUZ, M. T. **Novos saberes e práticas em saúde coletiva: estudo sobre racionalidades médicas e atividades corporais**. São Paulo: Editora Hucitec, 2007.

MARCELLINO, N. (Org.). **Políticas públicas setoriais de lazer: o papel das prefeituras**. Campinas: Autores Associados, 1996.

MENESTRINA, E. **Educação física e saúde**. 2.ed. Ijuí: Unijuí, 2000.

MOREIRA, W.; SIMÕES, R. (Org.). **Esporte como fator de qualidade de vida**. Piracicaba: Unimep, 2002.

OLIVEIRA, P. S. (Org.). **O lúdico na cultura solidária**. São Paulo: Hucitec, 2001.