



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE DISCIPLINA



Nome do Componente Curricular em português: Processo de Envelhecimento Humano e Educação Física		Código: EFD136
Nome do Componente Curricular em inglês: Aging Process and Physical Education		
Nome e sigla do departamento: CEDUFOP		Unidade acadêmica: Reitoria
Carga horária semestral Ex: 60 horas	Carga horária semanal teórica 04 horas/aula	Carga horária semanal prática 00 horas/aula
Ementa: Estudo dos processos de envelhecimento: conceituações e aplicações, elaboração, desenvolvimento e avaliação de programas específicos com ênfase para a idade madura e velhice.		
Conteúdo programático:		
Unidade I – Envelhecimento Humano: uma questão de tempo.		
1. Apresentação e Discussão do Plano de Ensino / Org. dos Grupos de Estudo.		
2. Gerontologia Social I □ 1ª / 2ª Partes: Realidade Brasileira – Resistências pelo envelhecer – Gerontologia a serviço do ser humano – Aspectos da velhice humana: cronológico / funcional, e, Interesses sobre a velhice: mitos e Fatos.		
3. Gerontologia Social II □ 3ª Parte: Caminhos do Envelhecer: Organismo / Imortalidade / Envelhecimento Qualitativo / Processos e Morte / A Profilaxia como intervenção / 4. Características bio-psico-social, e, econômica da pessoa idosa □ Trabalho de campo □ Vídeo Fórum.		
Unidade II – O Velho, A Sociedade e a Renovação.		
1. Pensando a Velhice – Simulações □ Trabalho acadêmico / aulas práticas em trios.		
2. Declínios anátomo-fisiológicos.		
3. Efeitos do envelhecimento e do exercício físico sobre o corpo / função.		
4. Avaliação / Testes Funcionais I e II.		
5. Velhice X Capitalismo: Trabalho e Produtividade.		
Unidade III – Velhice, Corpo e Saúde e Qualidade de Vida.		
1. O novo homem velho na sociedade.		

2. Juventude x Velhice: redimensionamento dos valores humanos.
3. Corpo, Dignidade e Cidadania.
4. O olhar da saúde na ótica da pessoa idosa.
5. Velhice, saúde e conceitos.
6. Qualidade de vida, ou, Vida com qualidade?
7. Simpósio: Corpo Sem Idade, Mente Sem Fronteira – Deepak Chopra.

Atividades Complementares

- A partir das sugestões literárias oferecidas, cada grupo de estudo constituído produzirá um texto de sua autoria configurando um tema onde, se contemple a velhice, valores e seus aspectos humanos e humanitários.
- II Maratona de Estudos: O Brasil está preparado para acolher a 5ª maior população idosa do mundo? O que deve e pode ser
- II Ciclo de Clínicas da Maturidade Humana □ Práticas de campo.

Bibliografia básica:

ANTONELLI, Paulo Ernesto. Representações da Relação Corpo/Saúde em Idosos Praticantes de Atividade Física Regular. Tese de Doutorado. Porto/Portugal. 2007.

CHOPRA, Deepak. Corpo Sem Idade, Mente Sem Fronteira: a alternativa Quântica para o Envelhecimento. Rio de Janeiro: Rocca, 1994.

NEGRÃO, Carlos Eduardo; PEREIRA, Antonio Carlos. Cardiologia do Exercício: do atleta ao cardiopata. 2. ed. rev. e ampliada – Barueri, SP: Manole, 2006.

BEAUVOIR, Simone. A velhice. Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. 1990.

WOFF, Suzana Hübner. Vivendo e Envelhecendo: recortes de práticas sociais nos núcleos de vida saudável. São Leopoldo/RS. Ed. UNISINOS, 2009.

Bibliografia complementar:

Alves, Edmundo de Drummond Jr (Org.). Envelhecimento e Vida Saudável 2. Rio de Janeiro: Apicuri, 2010.

PITANGA, Francisco José Godim. Epidemiologia da atividade física, do exercício e da saúde. 3. ed. rev. e ampliada. São Paulo: Phorte, 2010.

VERAS, Renato Peixoto. Terceira Idade: alternativas para uma sociedade em transição. Rio de Janeiro: Relume-Dumará / UERJ. UnATI, 1999. BIANCHI, Anna Cecília de Moraes; ALVARENGA, Marina; BIANCHI, Roberto. Manual de orientação: estágio supervisionado.

2. ed. rev. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002. 101 p.

TOJAL, João Batista Andreotti Gomes; BARBOSA, Alberto Puga (Org.) A ética e a bioética na preparação e na intervenção do profissional de educação física. Belo Horizonte: Casa da Educação Física, 2006. 166 p.