



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



Nome do Componente Curricular em português: Atividade Física e Promoção da Saúde		Código: EFD325
Nome do Componente Curricular em inglês: Physical Activity and Health Promotion		
Nome e sigla do departamento: CEDUFOP		Unidade acadêmica: Reitoria
Carga horária semestral Ex: 30 horas	Carga horária semanal teórica 01 horas/aula	Carga horária semanal prática 01 horas/aula
Ementa: A saúde e suas diferentes concepções. A saúde coletiva e a Educação Física. Prescrição de exercícios.		
Conteúdo programático:		
Unidade I – Formação profissional em Educação Física e sua intervenção na área da Saúde		
<ol style="list-style-type: none">1. Carta do Conselho Federal de Educação Física2. Formação docente e conhecimentos sobre saúde		
Unidade II – Concepções sobre saúde, promoção da saúde, qualidade de vida		
<ol style="list-style-type: none">1. Concepções sobre saúde2. Concepção e fatores determinantes sobre a promoção da saúde3. Carta de Ottawa4. Concepção e fatores determinantes da qualidade de vida5. Epidemiologia da atividade física6. Comportamentos de risco à saúde		
Unidade III – Documentos oficiais sobre a promoção da saúde		
<ol style="list-style-type: none">1. Manual técnico sobre a promoção da saúde2. Promoção da saúde e o Sistema Único de Saúde3. Política Nacional de Promoção da Saúde		
Unidade IV – Atividade física e saúde		
<ol style="list-style-type: none">1. Conceito sobre atividade física, exercício físico, aptidão física2. Fatores determinantes para a prática de atividades físicas		

3. Recomendações para a prática de atividades físicas

Bibliografia básica:

PITANGA, Francisco José Godin. Epidemiologia da atividade física, atividade física e saúde. 3ª edição, São Paulo, SP. Phorte, 2010.

SKINNER, James S. Teste e prescrição de exercícios para casos específicos: Bases teóricas e aplicações clínicas. 3ª edição, Revinter, 2007.

VAISBERG, Mauro; MELLO, Marco Túlio de. Exercício na saúde e na doença. Barueri, SP. Manole, 2010.

Bibliografia complementar:

GONÇALVES, Agnaldo; VILARTA, Roberto. Qualidade de vida e atividade física: Explorando teoria e prática. Barueri, SP. Manole, 2004.