

PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA

Ementa

Estudo reflexivo de abordagens relacionadas à promoção da saúde na escola, voltadas às crianças e aos adolescentes. O papel do profissional de Educação Física, em parceria com outros profissionais das áreas de educação e saúde, na promoção de um estilo de vida saudável, que corrobore para uma maior percepção de saúde e qualidade de vida. Conscientização para inibição de condutas que acarretem prejuízos psicossociais na adolescência, como gravidez precoce e uso de drogas.

Plano de Aula

1. Saúde e qualidade de vida
2. Estilo de vida
3. Atividade física, exercício físico e saúde
4. Grupos especiais
5. Tópicos especiais em saúde

Bibliografia

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O
ESTUDO DA OBESIDADE E SÍNDROME METABÓLICA (ABESO). Diretrizes Brasileiras de
Obesidade. 4. ed. São Paulo, 2016. Disponível em:
<https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2019/12/Diretrizes-Download-Diretrizes-Brasileiras-de-Obesid....>
Acesso em: 10 ago. 2020.

BRANCO, B.H.M.; BENNEMANN,
R.M.; MILANI, R.G. (orgs). Intervenções em promoção da saúde nos diferentes
estágios da vida. Itajaí: Clube dos Autores, 2020.

BRASIL. Ministério da
Educação. Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física. Secretaria de
Educação Fundamental. Brasília, DF: MEC/SEF, 1997. Disponível em:
<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde.

Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em:

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf.

Acesso em 10 ag. 2020.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E.

R. P. Controle do peso corporal: composição corporal, atividade física e nutrição. 2. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

KISS, M. A. P. D. M. Esporte

e exercício: avaliação e prescrição. São Paulo: Roca, 2003.

McARDLE, W.D.; KATCH, F. I.;

KATCH, V. L. Fisiologia do exercício: nutrição, energia e desempenho humano.

Rio de Janeiro: Guanabara Kogan, 2013.

NAHAS, M. V. Atividade

física, saúde e qualidade de vida. Florianópolis: Editora do Autor, 2017.

NEGRÃO, C.E.; BARRETTO,

A.C.P. (eds). Cardiologia do exercício: do atleta ao cardiopata. Barueri:

Manole, 2005.

POLITO, M.D. Prescrição de

exercícios para a saúde e qualidade de vida. São Paulo: Phorte Editora, 2010.

PITHON-CURI, T.C.

Fisiologia do exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.