



DISCIPLINA: Tópicos Especiais em humanidades e Ciências Sociais Aplicadas: Educação Corporal e Formação Humana	CÓDIGO:
---	----------------

VALIDADE: Início: 01/2019

Término: 07/2019

Carga Horária: Total: 30 horas Semanal: 2 aulas Créditos: 02

Modalidade: Teórica/Prática

Classificação do Conteúdo pelas DCN: Básico

Ementa:

Aprofundar e qualificar a formação humana dos alunos por meio de práticas, análise e discussão de informações específicas sobre as relações entre a cultura corporal de movimento e a atuação na vida cotidiana, no trabalho e no lazer com prática de esportes; saúde e equilíbrio emocional.

Cursos	Período	Eixo	Obrig.	Optativa
Eng. Mecatrônica		Humanidades e Ciências Sociais Aplicadas		X

Departamento/Coordenação: Departamento de Engenharia da Computação (DIGDDV)

INTERDISCIPLINARIEDADES

Pré-requisitos

Co-requisitos

Disciplinas para as quais é pré-requisito / co-requisito

Objetivos: *A disciplina devesa possibilitar ao estudante*

1	Conhecer e analisar informações sobre as relações entre aptidão física e saúde que possibilitem a seleção e o controle de atividades e procedimentos para a prática autônoma e contínua da atividade física para a promoção da saúde;
2	Conhecer e analisar informações sobre as relações entre diferentes formas de manifestação do esporte coletivo e capacidades comunicativas que subsidiem o exercício das atividades individuais na vida cotidiana, no trabalho e no lazer;
3	Conhecer e analisar relações entre diferentes formas de manifestação da cultura corporal de movimento e suas características lúdicas que favoreçam a ocupação autônoma do tempo livre através da atividade física.



Unidades de Ensino		Carga Horária horas
1	Atividade física, aptidão física e saúde.	10
2	Educação física, capacidades comunicativas e lazer.	10
3	Educação física e trabalho.	10
TOTAL		30

Bibliografia Básica	
1	SABA, F. Mexa-se: atividade física saúde e bem-estar. 2 ed. São Paulo: Phorte, 2008.
2	MACIEL, Marcos Gonçalves. Ginástica laboral: instrumento de produtividade e saúde. Rio de Janeiro: Shape, 2008.
3	ACSM – American College of Sports Medicine. Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003

Bibliografia Complementar	
1	CIOLAC, E. G.; GUIMARÃES, G. V. Exercício físico e síndrome metabólica. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 10, n. 4, p. 319-324. 2004.
2	DIAS-DA-COSTA, J. S.; HALAL, P. C.; WELLS, J. C. K.; DALTOÉ, T.; FUCHS, S. C.; MENEZES, A. M. B.; OLINTO, M. T. A. Epidemiologia da atividade física no lazer: um estudo de base populacional no sul do Brasil. Cadernos de Saúde Pública, v.21, n.1, p. 275-282, 2005
3	EVANGELISTA, P. H. M.; SALDANHA, R. P.; BALBINOTTI, C. A. A.; BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. . Atitudes morais de jovens atletas praticantes de modalidades esportivas coletivas: um estudo comparativo segundo a variável "sexo". Motriz, v.16, n. 2, p. 379-386, 2010.
4	MARTINS, C. G. Vivências de ginástica laboral e melhoria da qualidade de vida do trabalhador: resultados apresentados por funcionários administrativos do instituto de física da Universidade de São Paulo (Campus São Carlos). Motriz, v. 13, n. 3, p. 214-224, 2007
5	PALMA, A. Exercício físico e saúde; sedentarismo e doença: epidemia, causalidade e moralidade. Motriz, v. 15, n.1, p. 185-191, 2009.



Emitido em 27/07/2022

PLANO DE ENSINO N° 700/2022 - CECOMDV (11.51.24)

(N° do Protocolo: NÃO PROTOCOLADO)

(Assinado digitalmente em 29/07/2022 13:04)

EDUARDO HABIB BECHELANE MAIA

COORDENADOR - TITULAR

CECOMDV (11.51.24)

Matrícula: 2172988

Para verificar a autenticidade deste documento entre em <https://sig.cefetmg.br/documentos/> informando seu número:
700, ano: **2022**, tipo: **PLANO DE ENSINO**, data de emissão: **27/07/2022** e o código de verificação: **e720f1a9c4**