|  |  |
| --- | --- |
| **Plano semanal de aula via plataforma SEI** | |
| **Curso** | Educação Física |
| **Disciplina** | Atividade Física e Saúde |
| **Conteúdo** | Atividade física, exercício físico e promoção da saúde |
| **Natureza** | Semipresencial |
| **Professor(a)** |  |

|  |
| --- |
| **Orientações gerais** |
| **Tipo de Atividade:** Produção de texto  **Detalhes a observar:** O trabalho será disponibilizado na aula dia 2 de fevereiro e deverá ser entregue impresso na aula presencial do dia 9 de fevereiro. Não será permitido entrega de forma antecipada ou posterior ao horário da aula.  **Período da atividade:** 02/02 a 09/02  **Tempo previsto (a ser gasto pelo aluno):** 1h 40min |

|  |
| --- |
| **Dados da Atividade** |
| **Objetivos** |
| **Geral:** Produzir um texto que aborde sobre a relevância da atividade física e do exercício físico sobre a promoção da saúde.  **Específicos:**   * Pesquisar sobre atividade física e exercício físico; * Pesquisar sobre promoção da saúde por meio da prática de atividade física e exercício físico. |

|  |
| --- |
| **Orientações** |
| Estudante, para a realização desta atividade você deverá:  1. Ler o material listado abaixo:  GUISELINI, Mauro. **Aptidão física, saúde, bem-estar:** fundamentos teóricos e exercícios práticos. São Paulo: Phorte, 2004. Páginas 23 a 73.  PITANGA, Francisco José Gondim. **Epidemiologia da atividade física, exercício físico e saúde.** 2. ed. São Paulo: Phorte, 2004. Páginas 13 a 17.  CARVALHO, YM de. Promoção da saúde, práticas corporais e atenção básica. **Revista Brasileira**, 2006. Páginas 33 a 41.  2. Elabore um texto com o seguinte título: “Qual é mais relevante para a promoção da saúde: atividade física ou exercício físico? ”  a) O texto deverá ser feito apenas com citação indireta, exceto quanto for uma citação direta clássica.  b) Usar linguagem científica, objetividade e clareza textual. Formatar conforme normas da ABNT.  b) O texto de conter no máximo 400 palavras.  c) Após o texto é preciso colocar as referências bibliográficas em formato ABNT. Não deve contar entre as 400 palavras do texto.  d) O texto deve abordar:  - Conceito de promoção da saúde;  - Conceito de atividade física;  - Conceito de exercício físico;  - Demonstrar a relação entre atividade física e exercício físico na promoção da saúde.  e) A atividade deverá ser entregue no dia 9 de fevereiro, apenas durante a aula presencial, em folha A4, na qual constem: nome do curso e da disciplina, nome do estudante, texto e referências bibliográficas.  **Bons estudos!** |

|  |
| --- |
| **Referências bibliográficas** |
| GUISELINI, Mauro. **Aptidão física, saúde, bem-estar:** fundamentos teóricos e exercícios práticos. São Paulo: Phorte, 2004. Páginas 23 a 73.  PITANGA, Francisco José Gondim. **Epidemiologia da atividade física, exercício físico e saúde.** 2. ed. São Paulo: Phorte, 2004. Páginas 13 a 17.  CARVALHO, YM de. Promoção da saúde, práticas corporais e atenção básica. **Revista Brasileira**, 2006. Páginas 33 a 41. |