



DEPARTAMENTO DE BIOLOGIA DA EDUCAÇÃO

Disciplina: HIGIENE APLICADA Á EDUCAÇÃO

Código: EDF 401

Créditos: 02

Carga Horária Semanal: 2h

PLANO DE CURSO

I - EMENTA:

Saúde. Higiene individual. Fundamentos biológicos da educação física e dos desportos nas várias faixas etárias.

II – OBJETIVOS GERAIS:

. Situar a disciplina dentro do currículo do curso de Educação Física, mostrando o valor da saúde e os diversos aspectos da Higiene individual nas várias fases da vida, particularizando-os nas suas relações com os fundamentos biológicos da educação física e dos desportos.

III – PROGRAMA:

1. Conceito, importância e sistemática do ensino da Higiene, divisões
2. Higiene e saúde
 - 2.1 Fatores que influem sobre a saúde
 - 2.2 Infecções infestações em geral
 - 2.3 Educação da saúde
 - 2.4 Saúde e educação física
3. Higiene individual nas várias fases da vida, da pré concepção à velhice
4. Higiene pré-concepcional hereditariedade e educação física
5. Higiene pré natal – ginástica e desportos para a gestante
6. Higiene néo-natal – atividades físicas no pós-parto
7. Higiene e fundamentos biológicos da educação física infantil
 - 7.1 Ginástica para o lactente
 - 7.2 Atividades físicas do pré escolar e do escolar
8. Higiene e fundamentos biológicos da educação física do adolescente
 - 8.1. Competições infanto-juvenis
 - 8.2 Puberdade, educação física e desportos
9. Higiene e educação física do adulto
 - 9.1 Exercício racional e sedentarismo
 - 9.2 Adaptação das atividades físicas
10. Higiene e fundamentos biológicos da educação física feminina
 - 10.1 Menstruação e trabalho físico
 - 10.2 Feminilidade, educação física e desportos
 - 10.3 Desportos femininos, indicações contra-indicações



METODOLOGIA:

A matéria será ministrada em 2 horas de aulas semanais durante o período.

As atividades constarão de aulas expositivas ilustradas com slides, transparências e outros recursos áudio-visuais, estudos dirigido e seminários com apresentação pelos alunos, de assuntos selecionados de programa.

AVALIAÇÃO:

A verificação será contínua, com critérios de avaliação que serão expressos através de um conceito global no fim do semestre.

Serão consideradas as seguintes estratégias:

1. análise da frequência e pontualidade às aulas
2. verificação do desempenho nas exposições realizadas e nas atividades dos seminários
3. participação e colaboração efetiva nos trabalhos escolares
4. análise do trabalho escrito sobre assunto do programa e da prova objetiva, no final do semestre.

BIBLIOGRAFIA:

ARENO, W. – Higiene aplicada à educação física
1976, RJ

SÁ, Carlos – Higiene e Educação da Saúde
S.N.E.S, M.E;S

ALMEIDA, J A – Biologia Educacional
SP

LEX, A – Biologia Educacional
Cia Ed Nacional, 1970, SP

SALLES, A – Educação e Saúde – Programas de saúde - 1973