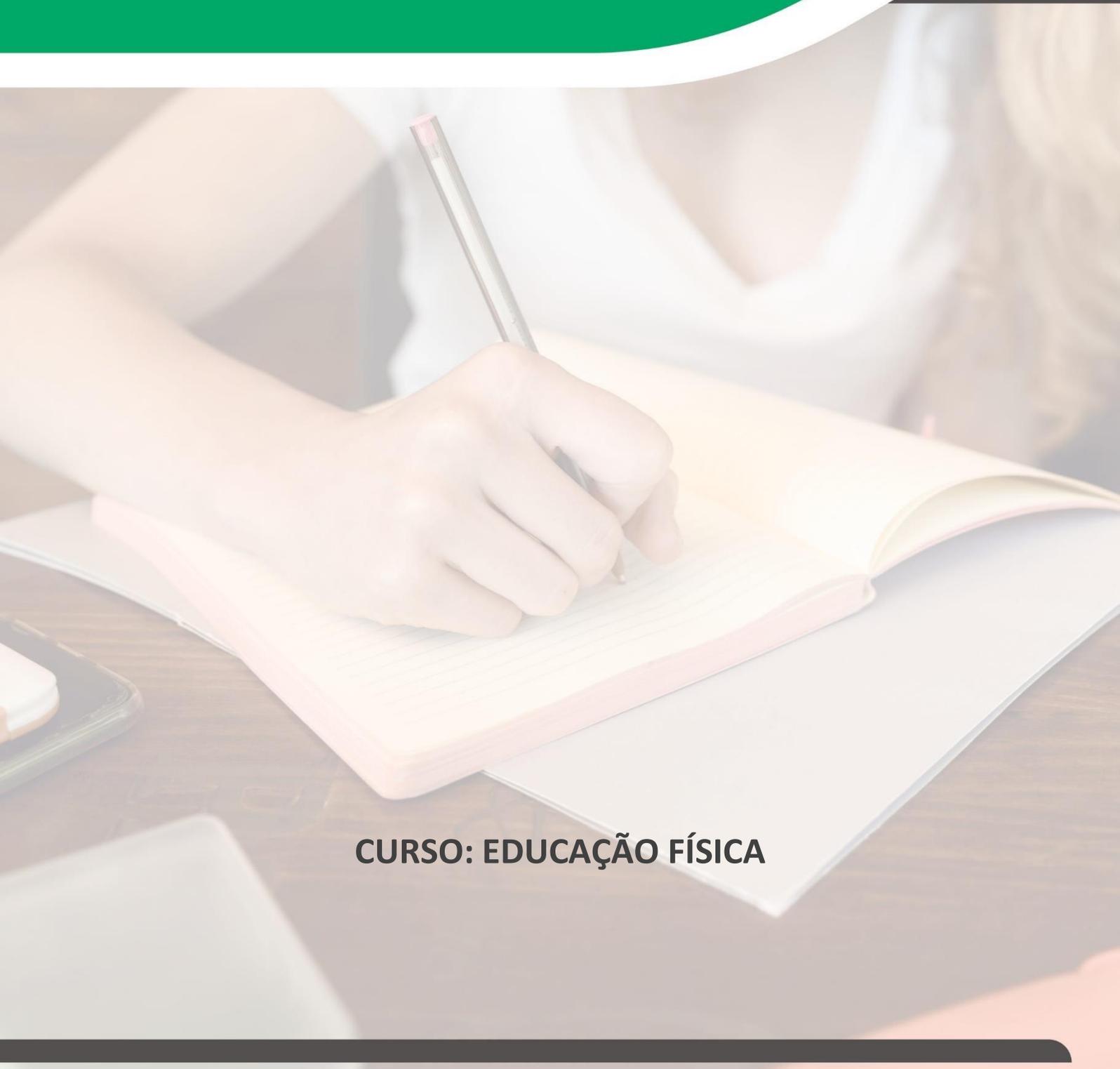


**PRODUÇÃO TEXTUAL
INTERDISCIPLINAR
EM GRUPO - PTG**



CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA

Curso:	Educação Física	Semestre: 6 e 7
Objetivos da Aprendizagem:	A produção textual é um procedimento metodológico de ensino aprendizagem que tem por objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Possibilitar o desenvolvimento de trabalhos em grupo, promovendo a capacidade de adaptação, comunicação e integração do espírito de equipe.• Fornecer sólida formação humanística e visão global que habilite o acadêmico a compreender os meios social, político, cultural e econômico.• Promover formação teórico-prática possibilitando a vivência concreta nas organizações, estimulando uma postura investigativa e de análise crítico-reflexiva.• Refletir sobre as características e as necessidades relacionadas à saúde de diferentes populações que o profissional de Educação Física pode atuar.• Compreender a relação entre as adaptações fisiológicas proporcionados pela prática da atividade física e os benefícios à saúde de diferentes populações.• Entender como a atividade física interage com o ambiente de intervenção profissional da atenção primária à saúde nas empresas.	

APRESENTAÇÃO

Caro aluno(a), seja bem-vindo(a) a este semestre!

O presente semestre está possibilitando uma significativa ampliação e aprofundamento de conhecimentos sobre a Educação Física e suas bases teórico- práticas que são essenciais para a atuação na área. Desta forma, o campo de atuação profissional apresenta-se diverso e possibilita que a materialização dos conhecimentos teórico e técnicos ocorram fundamentados pelas novas evidências científicas. Assim sendo, o tema central da proposta de Produção Textual Interdisciplinar em Grupo (PTG) será: ATIVIDADE FÍSICA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE: ORIENTAÇÕES PARA DIFERENTES AMBIENTES E POPULAÇÕES.

Este tema é importante para que você possa conhecer e reconhecer sobre o significado do objeto de estudo da Educação Física. Com isso, as possibilidades profissionais de atuação, o conhecimento técnico-científico, seu público-alvo, seus campos de atuação e como esses elementos interagem com a dinâmica cultural e tecnológica na sociedade fazem com que a Educação Física seja uma profissão de grande amplitude e complexidade sobre a atuação deste profissional no futuro.

Neste sentido, considere este cenário exposto para o desenvolvimento desta produção textual, tendo como base os conteúdos apresentados nas disciplinas do semestre.

ATIVIDADE(S)

RESOLUÇÃO DA SITUAÇÃO-PROBLEMA

Objetivo: Integrar os aspectos teóricos materializados diante de um cenário prático, de forma interdisciplinar, para a resolução de uma situação real da área que envolve a atividade física e saúde, com o tema **“atividade física para promoção da saúde: orientações para diferentes ambientes e populações”**.

Na tentativa de transitar entre algumas populações e ambientes nos quais o profissional de Educação Física pode atuar com a atividade física na promoção da saúde, apresentamos a seguinte situação problema:

Você é um profissional de Educação Física com uma agenda de trabalho cheia e diversificada. No período da manhã, você atua em uma academia como personal training e um dos seus clientes é um idoso de 66 anos de idade, saudável e que não possui restrições médicas. Na parte da tarde, uma de suas agendas de atendimento é em uma empresa de telemarketing na qual você atua com um programa de ginástica laboral realizado no meio do expediente de trabalhadores com idade entre 18 e 30 anos. Nesta empresa de telemarketing os atendentes permanecem sentados por um período de 6 horas com apenas 15 minutos de intervalo para a ginástica laboral. Por fim, no início da noite você volta para a academia e um dos seus atendimentos como personal training é de um adulto de 45 anos que irá iniciar a prática de exercício, está sedentário no momento, com sobrepeso e não possui problemas de saúde ou restrições médicas. Diante disso, quais os aspectos fisiológicos a serem analisados em cada uma dessas populações e como poderia ser a prescrição de exercícios, levando em consideração a influência do meio, da idade ou dos hábitos de vida? Tendo em mente estes diferentes cenários de atuação, elabore um texto para a resolução desta situação problema. Para nortear a escrita do texto, siga as orientações específicas e gerais para a execução do trabalho, e utilize as referências de apoio apresentadas abaixo.

Orientações específicas:

- Redigir o texto de acordo com as normas da ABNT.
- Divida o texto em 3 subtópicos que abordem cada uma das populações e ambientes mencionados na situação problema: 1- Personal trainer e atendimento ao idoso de 66 anos; 2- Ginástica laboral na empresa de telemarketing; 3 – Personal trainer ao cliente de 45 anos.
- Cada subtópico deve apresentar as características de cada população, as mudanças e adaptações fisiológicas que ocorrem devido a influência do meio, da idade ou dos hábitos

de vida, bem como os benefícios que a prática da atividade física bem orientada pode proporcionar para cada população.

- Em cada subtópico é importante justificar os benefícios da atividade física abordando mecanismos e adaptações fisiológicas proporcionadas pela prática em cada população.
- Procure deixar claro se a sua atuação como profissional de Educação Física deve ou não ser a mesma com as diferentes populações e ambientes apresentados.
- Aborde alguns tipos de exercícios mais adequados para cada ambiente e população mencionada, relacionando com as alterações e adaptações fisiológicas causadas por cada tipo de exercício.

Referências de apoio:

FERNANDES, T. et al. Determinantes moleculares da hipertrofia do músculo esquelético mediados pelo treinamento físico: estudo de vias de sinalização. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, v. 7, n. 1, 2008. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1238>

FLORINDO, A. A., HALLAL, P. C., MOURA, E. C. D., & MALTA, D. C. Prática de atividades físicas e fatores associados em adultos, Brasil, 2006. Revista de Saúde Pública, 43, 65-73. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/rsp/2009.v43suppl2/65-73/pt>

GEIS, P. (org). LOSADA, S. A. et al. Atividade Física e Saúde na Terceira Idade. 5ed. Artmed, Porto Alegre, 2008. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788536316116/>

MCARDLE, Willian; KACHT, Frank; KACHT, Victor. Fisiologia do exercício: nutrição, energia e desempenho humano. 7ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527730167/cfi/6/2!/4/2/2@0:0>

MENDES, R. A., NEIVA, L. Ginástica Laboral: Princípios e Aplicações Práticas. 3ed. Editora Manole, Barueri – SP, 2012. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520444641/>

PENA, P. G. L.; CARDIM, A.; ARAÚJO, M. da P. N. Taylorismo cibernético e lesões por esforços repetitivos em operadores de telemarketing em Salvador-Bahia. Caderno CRH, v. 24, p. 133-153, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ccrh/a/pPBtcBGW5tvKyMdXLQfNsqz/?lang=pt&format=pdf>

SILVA, NÁDIA LIMA DA; FARINATTI, PAULO DE TARSO VERAS. Influência de variáveis do treinamento contra-resistência sobre a força muscular de idosos: uma revisão sistemática com ênfase nas relações dose-resposta. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 13, n. 1, p. 60-66, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922007000100014&lng=en&nrm=iso

Observação: Não se limite a estas referências, explore a biblioteca de nossa instituição, pesquise e utilize outros livros e artigos científicos.

NORMAS PARA ELABORAÇÃO E ENTREGA DA PRODUÇÃO TEXTUAL

1. O trabalho será realizado **em grupos**, de 02 a 07 alunos, no máximo.
2. A formação dos grupos é de responsabilidade dos alunos; no entanto, solicitamos que sigam as orientações do Tutor Presencial, responsável por cadastrar os grupos no sistema.
3. **Importante:** somente o líder do grupo conseguirá cadastrar o trabalho finalizado no sistema, o que deverá ser feito na pasta específica (“atividades interdisciplinares”), obedecendo ao prazo limite de postagem, conforme disposto no cronograma do curso. Não existe prorrogação para a postagem da atividade.
4. O trabalho final deve conter, depois de pronto, capa e folha de rosto padrão da Universidade, sendo organizado no que tange à sua apresentação visual (tipos e tamanhos de fontes, alinhamento do texto, espaçamentos, adentramento de parágrafos, apresentação correta de citações e referências, entre outros elementos importantes), conforme modelo disponível no AVA.
5. A produção textual é um trabalho original e, portanto, não poderá haver trabalhos idênticos aos de outros alunos ou com reprodução de materiais extraídos da internet. Os trabalhos plagiados serão invalidados, sendo os alunos reprovados na atividade. Lembre-se de que a prática do plágio constitui crime, com pena prevista em lei ([Lei n.º 9.610](#)), e deve ser evitada no âmbito acadêmico.
6. **Importante:** O trabalho deve ser enviado em formato Word. Não serão aceitos, sob nenhuma hipótese, trabalhos enviados em PDF.

A seguir, apresentamos a vocês alguns dos critérios avaliativos que nortearão a análise do Tutor a Distância para atribuir o conceito à produção textual:

- Normalização correta do trabalho, em respeito às normas da ABNT, com atendimento ao número de páginas solicitadas.
- Apresentação de estrutura condizente com a proposta apresentada (com introdução, desenvolvimento e conclusão).

- Uso de linguagem acadêmica adequada, com clareza e correção, atendendo à norma padrão.
- Atendimento à proposta, contemplando todos os itens solicitados, com objetividade, criatividade, originalidade e autenticidade.
- Fundamentação teórica do trabalho, com as devidas referências dos autores eventualmente citados.

Lembre-se de que seu Tutor a Distância está à disposição para lhes atender em suas dúvidas e, também, para repassar orientações sempre que vocês precisarem. Aproveite esta oportunidade para realizar um trabalho com a qualidade acadêmica de nível universitário.

Bom trabalho a todos!

Equipe de professores