

ID	499
Unidade Curricular	Exercício e Saúde Infantil
Regente	Maria Helena Santa Clara Pombo Rodrigues
Objectivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sistematizar os conceitos teóricos, suportados pelos resultados da investigação, que estão inerentes à educação da aptidão física orientada para o desenvolvimento harmonioso da criança e adolescente. 2. Conhecer a fisiopatologia de doenças crónicas infantis e suas consequências ao nível da prática da atividade física e do envolvimento em programas de exercício físico. 3. Dominar a prescrição do exercício relacionado com a saúde para criança e adolescente.
Conteúdos Programáticos em Syllabus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atividade física e saúde na criança e no adolescente. Conhecer e compreender os benefícios da atividade física regular na criança e no adolescente. 2. Aptidão física e saúde. Interpretar os valores das áreas de aptidão física e sua importância para a saúde infantil. 3. Compreender a importância da relação entre a composição corporal, desordens metabólicas e o nível de atividade física com a saúde infantil. 4. Compreender o Modelo Conceptual da Promoção da Atividade Física na criança e adolescente. 5. Doenças crónicas e exercício físico na criança e adolescente. 6. Prescrição do exercício para a criança e adolescente saudável e na presença de doenças crónicas. 7. Procedimentos éticos na investigação com crianças e adolescentes. 5. Doenças crónicas e exercício físico na criança e adolescente. 6. Prescrição do exercício para a criança e adolescente saudável e na presença de doenças crónicas. 7. Procedimentos éticos na investigação com crianças e adolescentes.
Avaliação	exame final
Bibliografia	<p>Bibliografia principal:</p> <p>ACSM's Guidelines for exercise testing and prescription. 8 edição, Wolters Kluwer Lippincott Williams and Wilkins, 2010</p> <p>Armstrong, N. & Mechelen, W. (2000). Paediatric exercise science and medicine. NY: Oxford Medical Publications.</p> <p>. Goldberg, B. (1995). Sports and exercise for children with chronic health conditions. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Bibliografia complementar:</p> <p>Artigos de revistas científicas indexadas e Posições de Consenso de Organizações internacionais pediátricas sobre o exercício e a criança</p>