

Atividade Física com Populações Especiais

• 3 ECTS

• 2.º Ano, 2.º Semestre

| Área Científica

813 – Desporto

| Objetivos de Aprendizagem

- Conhecer a evolução e os objetivos da Atividade Física Adaptada;
- Identificar as implicações educativas gerais no trabalho com pessoas portadoras de deficiência/NEE;
- Identificar e aplicar as implicações pedagógicas e educativas específicas, adaptada a pessoas com deficiência/NEE;
- Conhecer os diversos sistemas de classificação desportiva, em função da deficiência;
- Perceber a especificidade das atividades físicas em função das diferentes fases da vida;
- Conhecer as atividades físicas mais indicadas e específicas em função de patologias que as pessoas apresentem;
- Conhecer, planear e orientar atividades físicas para populações especiais.

| Conteúdos Programáticos

- Prevalências das diferentes deficiências em Portugal
- Dificuldades quotidianas de portadores de deficiências ou de necessidades educativas especiais (NEE)
- A prática desportiva e a atividade física adaptada como fator de inclusão social e promotor da saúde
- Desporto Adaptado
 - Evolução histórica, objetivos e organismos nacionais e internacionais do Desporto Adaptado
 - Sistemas de Classificação
- Atividade Física Adaptada: Definição e Evolução histórica.
- Objetivos da Atividade Física para indivíduos portadores de deficiência
- Quadro geral de classificação das deficiências
- Formas de avaliação da condição Física em Populações especiais
- Instrumentos e técnicas para avaliação
- Atividade Física a outras populações especiais: Crianças e Idosos.
- Atividade Física em pessoas com condições clínicas específicas:
 - Asma; Obesidade; Cardíacos; Osteoporose; Diabetes; Hipertensão.
- Linhas orientadoras para a prescrição do exercício para os vários grupos
- Possíveis adaptações das atividades físicas às populações especiais (aeróbica, step; localizada e outras)