Departamento: Educación Física

Carrera: Licenciatura en Educación Física

Asignatura: Actividad Física y Tercera Edad **Código/s:** 3505

Curso: primer año

Comisión: única

Régimen de la asignatura: Cuatrimestral

Asignación horaria semanal: 6 hs.

Asignación horaria total: 90 hs.

Año del Plan de Estudio: 2009

Profesor Responsable: Oviedo Sandro Nereo

Integrantes del equipo docente: Fara Silvio

Año académico: 2018

Lugar y fecha: UNRC 20/09/2018

1. FUNDAMENTACIÓN

Quienes componemos esta asignatura, creemos que conocer los proceso de envejecimiento que están asociado a un disminución progresiva con el paso del tiempo acabará deteriorando en mayor o menor medida la estructura y funcionamiento orgánico, afectando a la capacidad funcional y a la capacidad de adaptación de la persona y por consiguiente, a la salud y la calidad de vida. Por las consideraciones antes descriptas que deben tener los profesionales del Ejercicio Físico y el Deporte cuando realizan actividad física con personas Adultas Mayores (AM) deben estar dirigidas a preservar su estado funcional, su independencia, y a retrasar la fragilidad física característica de estas edades, lograr que los AM sean capaces de continuar su vida cotidiana en total independencia.

Esta asignatura está proyectada para que los estudiantes, como futuros profesionales del Ejercicio Físico, conozcan los cambios que se producen con la edad y alcancen las conocimientos necesarias para diseñar y dirigir sesiones de ejercicio para la salud con personas AM, adaptadas a las características y necesidades de cada uno de los participantes y evitando situaciones de riesgo que puedan deteriorar su estado funcional y su calidad de vida.

También tiene el objetivo que los estudiantes se relaciones e interactúen con las personas AM a través de talleres que consistirán en charlas, evaluaciones de autonomía funcional, antropometría, cuestionario de hábitos de vida (reporte de actividad física, medicamento datos personales) y clases de ejercicios físicos en los centros que se encuentran en Holmberg, Alejandro Roca, Gigena y el PEAM de Río Cuarto.

2. OBJETIVOS

Al finalizar el cursado el alumno deberá:

- ✓ Analizar y comprender las distintas conceptualizaciones de los AM. Comprender y analizar la vejez como fenómeno social.
- ✓ Conocer las experiencias en educación con AM que se presentan en la ciudad.
- ✓ Estudiar y analizar las características del proceso de envejecimiento en los planos biológico, psicológico y social del ser humano y cómo afectan dichos cambios a la capacidad funcional, la salud y la calidad de vida.
- ✓ Analizar los beneficios de la actividad física y el ejercicio en la salud y la calidad de vida de los AM.
- ✓ Ser capaz de llevar a cabo una evaluación previa al diseño de un programa de ejercicio en AM.

- ✓ Ser capaz de seleccionar y llevar a cabo el test de valoración funcional más adecuado antes de diseñar un programa de ejercicio en AM.
- ✓ Diseñar un programa de ejercicio orientado a la mejora de la salud y la calidad de vida de los AM.

3. CONTENIDOS

UNIDAD Nº 1:

CONCEPTUALIZACIONES GENERALES:

De que hablamos cuando hablamos de AM; Donde comienza la Vejez?, Conceptualización de Salud en la vejez; Que es un cuerpo envejecido; Recorrido por las teorías del envejecimiento.

Trabajos Prácticos:

- Analizar de los conceptos vejez, envejecimiento, senectud, AM y de salud en la vejez

En la presente unidad los contenidos se fundamentan desde la posibilidad de brindar información a los estudiantes del reconocimiento de la conceptualización adecuada para el tratamiento de este grupo etario tan especial y a su vez saber de quienes hablamos cuando decimos AM o personas de tercera edad. También se analizara las distintas teorías del envejecimiento que presenta la bibliografía.

UNIDAD Nº 2:

LA VEJEZ COMO FENOMENO SOCIAL:

Historia de la vejez; Relaciones sociales y envejecimiento; El AM desde un paradigma holístico de la educación (educación física).

Trabajos Prácticos:

- Búsqueda y análisis de bibliografía de cómo ha sido tratada la vejez en la historia.
- Análisis de bibliografía de la metodología holística como metodología aplicable a los AM

En esta unidad se inicia con un rastreo de cómo ha sido tratada bibliográficamente la vejez en la historia, también vamos ha indagar sobre como es visto socialmente una persona de tercera edad y analizar si la propuesta holística es adecuada para este grupo.

UNIDAD Nº 3:

PROCESO DE ENVEJECIMIENTO QUE AFECTAN LA ACTIVIDAD FÍSICA.

Hábitos sedentarios y sus efectos: El sedentarismo como conducta social establecida. Sedentarismo y edades avanzadas, diferencias e interacciones. El sedentarismo y las alteraciones hipocinéticas. Consecuencias de la inactividad física, su repercusión en su proceso involutivo.

Envejecimiento anatómico y fisiológico y su efecto sobre la Actividad Físico (AF): AF y sistema cardiovascular; AF y aparato musculo – esquelético; AF y sistema neuro – motor; AF y órganos sensoriales; AF y actividades cognitiva.

Actividad Física agente de salud en edades avanzadas: recomendaciones de entes internacionales (OMS); AF como formación permanente; La optimización preventiva en adultos; La revitalización personal en mayores; mantenimiento de la forma física, respuesta y adaptación al ejercicio.

Trabajos Prácticos:

- Análisis de las recomendaciones de actividad física del Colegio Americano de Medicina y Organización Mundial de la Salud. Organización Panamericana de la Salud.
- Reconocer las modificaciones que se producen de los sistemas orgánicos y funcionales en los AM que influyen en la realización de actividad física.
- Análisis de parámetros nacionales de sedentarismo, sus causas y consecuencia en el AM.

UNIDAD Nº 4

Evaluación de las posibilidades de movimiento y de la composición física

Evaluación: Conceptos generales, principios de la evaluación, consideraciones especiales, parámetros a valorar (Funcionales, biomédicos, sociales psicológicos).

Composición Corporal: revisar protocolos de evaluación de variables antropométricas, utilización de bioimpedancia, antropometría, composición corporal.

Capacidad Física: Revisar protocolos de evaluación de la autonomía funcional, protocolo para determinar independencia física.

El motivo de esta unidad es poder acercar a los estudiantes herramientas para realizar diagnósticos de la composición corporal, y de las capacidades físicas

de los AM para tener parámetros para planificar las actividades físicas.

Trabajo Prácticos:

- Búsqueda de protocolo de evaluación física y composición corporal.
- Poner a prueba los protocolos con los mismos compañeros
- Evaluar a las personas que participan del programa de actividad física del PEAM.
- Talleres en PEAM, PAMI, en Alejandro Roca, Alcira Gigena, Achiras

UNIDAD Nº 5:

DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN AM

Capacidades condicionantes: AF aeróbicas en adultos; Fuerza, Flexibilidad, Velocidad en AM.

Capacidades Coordinativas: control motor, habilidades y coordinación en AM.

Destrezas motrices: Contenidos de la destrezas motrices básicas y especificas: AF en medio acuático, actividades lúdicas – deportivas, actividades rítmicas; Actividades en el medio ambiente.

Trabajos Prácticos: Se realizaran un práctico por tema de esta unidad.

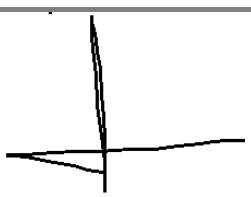
- Planificación de clases de actividades aeróbicas
- Planificación de clases de flexibilidad.
- Planificación de clases de actividades de potencia y fuerza.
- Planificación y desarrollo de actividades lúdicas deportivas.
- Planificación y desarrollo de clases de capacidades motrices.
- Observación y análisis de los lugares y tipos de deportes que practican los AM en la ciudad de Río Cuarto.

Analizar las recomendaciones y las posibilidades corporales de las personas de tercera edad les posibilitara a los estudiantes que tipo de actividad se deberían realizar y verificar cuales son los beneficios de mejorar las cualidades físicas.

UNIDAD Nº 6:

LA EXPERIENCIA EN EDUCACION CON AM (EAM): "ALTERNATIVAS Y NUEVOS DESAFIOS":

Posibilidades de aprendizajes de los AM; La educación como factor posibilitador de oportunidades; Proceso de institucionalización; La EAM como prácticas emergentes en EF.



Trabajos Prácticos:

- Observación y análisis de las actividades que realizan los AM institucionalizados.
- Desarrollo de Talleres en distintas localidades de la región.
- Organización de Jornada de capacitación con temáticas relacionada a los AM.

En esta unidad se analizar cuáles son las posibilidad de aprendizaje de las personas de tercera edad y como aprenden, también se discutirá sobre el contexto en donde se desempeñan nuestros adultos y sus posibilidades y cuáles serían los beneficios como practica emergentes para nuestra disciplina.
También se realizan prácticas de propuestas metodológicas de Educación Física, análisis de la propuesta

4. METODOLOGIA DE TRABAJO

- Las clases tienen como finalidad principal la de orientar al alumno sobre los aspectos en los que se debe poner énfasis para el mejor conocimiento y aprendizajes de la asignatura, induciéndolo a preguntarse permanentemente, tras la actividades grupales como en las clases orales del docente.
- Que los estudiantes se adapte a integrar sus conocimientos adquiridos previamente, sobre cómo desarrollar un programa de actividades física en personas de tercera edad.
- Se realizarán Seminarios de discusión sobre los temas de la asignatura. El seminario tiene como objetivos lograr que el estudiante analice los resultados y conocimientos adquiridos sucesivamente en las clases, la lectura de los libros de textos, publicaciones científicas actualizadas, permitiéndole desarrollar su capacidad para expresarse, ampliar su vocabulario y capacidad crítica y profundizar con la discusión, el conocimiento de cada tema.
- La observación de clases de actividad física en los grupos PEAM, PAMI y en instituciones de permanencia de los AM de nuestra ciudad formaran parte de estrategias metodológicas.
- La presentación de artículos que se publicaran en los medios de comunicación de nuestra casa de estudio.
- Disertación en materias a fines de temas especifico de la asignatura.
- Una de las actividades que se desarrollan dentro de los talleres es en organizar una charla de los beneficios de la actividad física el AM en PEAM, PAMI, en Alejandro Roca, Alcira Gigena, Achiras.

Estructuración:
Aquellos alumnos que cursen la materia deberán asistir al dictado del curso de Actividad Física y Tercera Edad, la cual comprenderá:

1. Clases Teóricas.	9
2. Clases Prácticas -Seminarios.	8
3. Disertaciones de Invitados.	2
4. Visita para observar clases	2
5. Talleres	4
6. Exámenes parciales.	2
7. Examen Recuperatorios.	2

Clases por unidades

I. Clases Teóricas:
Serán implementadas conforme a un cronograma de manera tal que incluya el desarrollo de los contenidos de la asignatura. Se contempla el dictado de dos (2) clases teórico semanal de dos (2) horas de duración. Esto estará sujeto a modificaciones en virtud de la necesidad de desarrollo de los contenidos teóricos.
Asistencia: 80 %.
Desarrollo y formas metodológicas asociadas: Relación dialógica activa entre docente y estudiante. Se contempla la implementación de audiovisuales. Se propenderá a la participación libre de los alumnos en la confección de seminarios.

II. - Clases Teórico-Prácticas:
Serán implementadas conforme a un cronograma que contemple el desarrollo de los contenidos específicos del programa de prácticos y seminarios, el cual a su vez actúa como una unidad de apoyo y complementación armónica del programa de clases teóricas.
Duración: Dos (2) horas por práctico - seminario. Asistencia: Obligatoria, con un mínimo de 80%.
Evaluación: Para la aprobación o no del trabajo práctico-seminario se regirá de acuerdo a las pautas establecidas a tal fin, y a la satisfacción de breves cuestionarios escritos (estructurados y semiestructurados).
Causa admisible: ausencia justificada.

5. EVALUACION
1. Presentación de los trabajos prácticos.
2. Organización y asistencia a los talleres (dos como mínimo)
3. Participación en la organización de la Jornada de Capacitación en AM.

5.1. REQUISITOS PARA LA OBTENCIÓN DE LAS DIFERENTES CONDICIONES DE ESTUDIANTE (regular, promocional, vocacional, libre).

Nota final:

Los estudiantes para promocionar deberán:

1) Asistencia del 80% a las clases dictadas.
2) Presentar y asistir al 80% de los prácticos. Cumplimentar las actividades prácticas y talleres con los centros de AM. Observaciones y prácticas en 2 grupos como mínimo.
3) Participar en la organización de una Jornada de Capacitación sobre AM

Los estudiantes para regularizar deberán:

1) Asistencia del 80% a las clases dictadas.
2) Presentar y asistir al 80% de los prácticos, cumplimentar actividades prácticas y talleres con los centros de AM.
3) Participar en la organización de una Jornada de Capacitación sobre AM

Los estudiantes que hayan regularizado deberán rendir un examen final en forma oral. Los alumnos libres deberán rendir un examen final contemplando las modalidades de escrito y luego oral, de manera tal que si no aprueba el primero (escrito) no tendrá posibilidades de pasar al oral y estará desaprobado.

6. BIBLIOGRAFÍA

Meléndez Ortega A.; **Batería de Condición Funcional para Personas Mayores** Documento de trabajo adaptado y traducido de: - R. E. Rikli y C. Jessie Jones. Development and validation of a functional fitness test for community- residing older adults JAPA 1999, (7) 2: 155-160.

Jesús Mora Vicente, Hispana Mora Rodríguez, José Luis González Montesinos, Pablo Ruiz Gallardo y Antonio Ares Camerino. **Medición del grado de aptitud física en AM.** Aten Primaria. 2007;39(10):565-8 | 8

ESQUIVEL J.R.; CALLEJA MEZA A. M.; HERNÁNDEZ MALDONADO I.; ORTEGA MEDELLÍN M. P.; HERNÁNDEZ PAZ MA. T. (2009). **Aportes para una conceptualización de la vejez**. *Revista de Educación y Desarrollo, 11.* Octubre-diciembre de 2009.

Sánchez del Pino A. C. **Bases teóricas del envejecimiento**. Grupo de Investigación de Gerontología. Universidad de Granada

Salech F. M. **Proceso biológico de envejecer**. Biología del Envejecimiento: Aspectos Biológicos y Evolutivos.

Hernando Ibeas Ma V. **El fenómeno de envejecer**. Apuntes de clase.

Baeza A. C.; García- Molina V. A.; Delgado Fernandez M. (2009) **Efectos del envejecimiento en las capacidades físicas: implicaciones en las recomendaciones de ejercicio físico en personas mayores**. International Journal of Sport Science VOLUMEN V - AÑO V. Páginas:1-18 ISSN:1885-3137. Nº 17 - Octubre – 2009.

Chirosa Ríos L. J.; Chirosa Ríos I. J.; Padial Puche P. **La actividad física en la Tercera Edad.** Departamento de Educación Física. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Granada. España. Educación Física y Deportes | http://www.efdeportes.com/ revista digital | Buenos Aires | Año 5 - Nº 18 - Febrero 2000.

María Dolores López, María Dolores Zamarrón y Rocío Fernández-Ballesteros (2001). **Asociación entre la realización de ejercicio e indicadores de funcionamiento físico y cognitivo**. Comparativa de resultados en función de la edad. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2011;**46(1)**:15–20.

Dantas EHM, Y Col (2007). **Protocolo GDLAM de Avaliação da Autonomia Funcional.** Fitness Performance J. ;3:175-80.

González Ravé, J.M. y Vaquero Abellán, M. (2000) **Indicaciones y sugerencias sobre el entrenamiento de fuerza y resistencia en ancianos.** Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 1 (1) pp. 10-26 http://cdeporte.rediris.es/revista/revista1/ancianos.htm

MONTEIRO, N., SILVA, D.M., PEREIRA, F.F., OLIVEIRA, L.S.C., ABREU, F.M.C., DANTAS, E.H.M. **Efectos de un programa de actividad física regular sobre los niveles séricos basales de IGF-1 en señoras mayores.** Fitness & Performance Journal, v.3, n.3, p. 130-135, 2004.

Flávia Fragoso Pereiraa, Nadia Monteiroa, Rodrigo Gomes de Souza Valeb, André Luiz Marques Gomesb, Jefferson da Silva Novaesa, Alfredo Gomes de Faria Júniorc y Estélio Henrique Martin Dantasa. (2007) **Efecto del entrenamiento de fuerza sobre la autonomía funcional en mujeres mayores sanas.** Rev Esp Geriatr Gerontol. 2007;42(6):342-7

Vasallo C., Sallanes M. (2000) .**La salud en la tercera edad**. informe en la tercera edad en Argentina.

Reyes Camejo T., Alvarez T., Perez Matos N., Sariego Acosta R. (2009). **Salud en la tercera edad.** Centro Gerontológico. Colón. Apuntes innovadores.

Osorio P. Torrejón Ma J. Vogel N. (2008). **Aproximación a un concepto de calidad de vidad en la vejez. Escuchando a las personas mayores.** *Revista de sicología de chile.*

6.1. BIBLIOGRAFIA OBLIGATORIA

Dantas EHM, Y Col (2007). **Protocolo GDLAM de Avaliação da Autonomia Funcional.** Fitness Performance J. ;3:175-80.

Meléndez Ortega A.; **Batería de Condición Funcional para Personas Mayores** Documento de trabajo adaptado y traducido de: - R. E. Rikli y C. Jessie Jones. Development and validation of a functional fitness test for community- residing older adults JAPA 1999, (7) 2: 155-160.

Jesús Mora Vicente, Hispana Mora Rodríguez, José Luis González Montesinos, Pablo Ruiz Gallardo y Antonio Ares Camerino. **Medición del grado de aptitud física en AM.** Aten Primaria. 2007;39(10):565-8 | 10

Wojtek J. Chodzko-Zajko, Ph.D., FACSM, (Co-Chair); David N. Proctor, Ph.D., FACSM, (Co-Chair); Maria A. Fiatarone Singh, M.D.; Christopher T. Minson, Ph.D., FACSM; Claudio R. Nigg, Ph.D.; George J. Salem, Ph.D., FACSM; and James S. Skinner, Ph.D., FACSM. **Exercise and Physical Activity for Older Adults** (2009). American College of Sports Medicine. 0195-9131/09/4107-1510/0 Medicine & Science in Sports & Exercise.

Serra Majem (1994). **Consejo y prescripción de ejercicio físico.** Facultad de Medicina. Avda. Diagonal s/n (Pedralbes). 08028 Barcelona. Med Clin (Barc) 1994; 102 Supl 1: 100- 108.

Carbonell A.; Baeza A; Aparicio García A. Delgado Fernández M.; (2009) **Efectos del envejecimiento en las capacidades físicas: implicaciones en las recomendaciones de ejercicio físico en personas mayores.** International Journal of Sport Science VOLUMEN V - AÑO V. Páginas:1-18 ISSN :1885-3137.Nº 17 - Octubre – 2009.

Fernández-Tresguerres-Hernández-Gil I, Alobera-Gracia MA, del Canto-Pingarrón M, Blanco-Jerez L. **Physiological bases of bone re-generation I. The remodeling process.** Med Oral Patol Oral Cir Bucal.

2006;11:E47-51. Medicina Oral S. L. C.I.F. B 96689336 - ISSN 1698-6946

Fernández-Tresguerres-Hernández-Gil I, Alobera-Gracia MA, del Canto-Pingarrón M, Blanco-Jerez L. **Physiological bases of bone regeneration II. The remodeling process.** Med Oral Patol Oral Cir Bucal2006;11:E151-7. © Medicina Oral S. L. C.I.F. B 96689336 - ISSN 1698-6946

Cipriani Thorne Enrique (2004). **Osteoporosis: Consideraciones diagnósticas y terapéuticas.** 11 Rev Med Hered 15 (2), 2004

Alvero Cruz y col. (2009). **Protocolo de valoración de la composición corporal para el reconocimiento médico-deportivo. documento de consenso del grupo español de cineantropometría de la federación española de medicina del deporte.** Volumen XXVI, Número 131, 2009, Págs.166-179. Archivos de Medicina del Deporte.

Matsudo Mahecha S. **Actividad Física y Salud para el Adulto Mayor**. Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul – CELAFISCS. *www.sportsalut.com.ar*

Chirosa Ríos L. J.; Chirosa Ríos I. J.; Padial Puche P. **La actividad física en la Tercera Edad.** Departamento de Educación Física. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Granada. España. Educación Física y Deportes | http://www.efdeportes.com/ revista digital | Buenos Aires | Año 5 - Nº 18 - Febrero 2000.

Salech F. M. **Proceso biológico de envejecer.** Biología del Envejecimiento: Aspectos Biológicos y Evolutivos.

Hernando Ibeas Ma V. **El fenómeno de envejecer**. Apuntes de clase.

Fisiología del Ejercicio - por Lopez Chicharro- Ed. Panamericana 2008.

Fisiología del Esfuerzo y del Deporte. Wilmore, J. y Costill D.. 1ra. Ed. Edit. .Paidotribo, 2005.

Arroyo P., y Col (2007) **Indicadores antropométricos, composición corporal y limitaciones funcionales en ancianos.** *Rev. méd. Chile* [online]. vol.135, n.7, pp. 846-854. ISSN 0034-9887.

Cruz-Jentoft A. y Col. (2011) **La eclosión de la sarcopenía: Informe preliminar del Observatorio de la Sarcopenía de la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología.** Rev Esp Geriatr Gerontol. 2011;46(2):100–110.

6.2. BIBLIOGRAFIA DE CONSULTA

ESQUIVEL J.R.; CALLEJA MEZA A. M.; HERNÁNDEZ MALDONADO I.; ORTEGA MEDELLÍN M. P.; HERNÁNDEZ PAZ MA. T. (2009). Aportes para una conceptualización de la vejez. *Revista de Educación y Desarrollo, 11.* Octubre-diciembre de 2009.

Sánchez del Pino A. C. Bases teóricas del envejecimiento. Grupo de Investigación de Gerontología. Universidad de Granada

Salech F. M. Proceso biológico de envejecer. Biología del Envejecimiento: Aspectos Biológicos y Evolutivos.

Baeza A. C.; García- Molina V. A.; Delgado Fernandez M. (2009) Efectos del envejecimiento en las capacidades físicas: implicaciones en las recomendaciones de ejercicio físico en personas mayores. International Journal of Sport Science VOLUMEN V - AÑO V. Páginas:1-18 ISSN:1885-3137. Nº 17 - Octubre – 2009.

Chirosa Ríos L. J.; Chirosa Ríos I. J.; Padial Puche P. La actividad física en la Tercera Edad. Departamento de Educación Física. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Granada. España. Educación Física y Deportes | http://www.efdeportes.com/ revista digital | Buenos Aires | Año 5 - Nº 18 - Febrero 2000.

María Dolores López, María Dolores Zamarrón y Rocío Fernández-Ballesteros (2001). Asociación entre la realización de ejercicio e indicadores de funcionamiento físico y cognitivo. Comparativa de resultados en función de la edad. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2011;**46(1)**:15–20.

González Ravé, J.M. y Vaquero Abellán, M. (2000) Indicaciones y sugerencias sobre el entrenamiento de fuerza y resistencia en ancianos. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 1 (1) pp. 10-26 http://cdeporte.rediris.es/revista/revista1/ancianos.htm

MONTEIRO, N., SILVA, D.M., PEREIRA, F.F., OLIVEIRA, L.S.C., ABREU, F.M.C., DANTAS, E.H.M. Efectos de un programa de actividad
física regular sobre los niveles séricos basales de IGF-1 en señoras mayores. Fitness & Performance Journal, v.3, n.3, p. 130-135, 2004.

Flávia Fragoso Pereiraa, Nadia Monteiroa, Rodrigo Gomes de Souza Valeb,

André Luiz Marques Gomesb, Jefferson da Silva Novaesa, Alfredo Gomes de Faria Júniorc y Estélio Henrique Martin Dantasa. (2007). Efecto del entrenamiento de fuerza sobre la autonomía funcional en mujeres mayores sanas. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2007;42(6):342-7

Vasallo C., Sallanes M. (2000) .La salud en la tercera edad. informe en la tercera edad en Argentina.

Reyes Camejo T., Alvarez T., Perez Matos N., Sariego Acosta R. (2009). Salud en la tercera edad. Centro Gerontológico. Colón. Apuntes innovadores.

Osorio P. Torrejón Ma J. Vogel N. (2008). Aproximación a un concepto de calidad de vidad en la vejez. Escuchando a las personas mayores. *Revista de sicología de chile.*

7. CRONOGRAMA (cantidad de clases asignadas a cada unidad o tema).

Unidad Nº 1: 5
Unidad Nº 2: 4
Unidad Nº 3: 5
Unidad Nº 4: 4
Unidad Nº 5: 5
Unidad Nº 6: 5

8. HORARIOS DE CLASES Y DE CONSULTAS (mencionar días, horas y lugar).

Están destinadas a proporcionar al alumno un espacio necesario para el planteamiento de dificultades, inquietudes, necesidad de revisión de ciertos temas que se considere contribuir a fijar.

Los días de consultas son los días:

Martes y jueves de 14 a 16 (Prof. Sandro Oviedo)
Miércoles y viernes de 12:15. A 13:45 (Prof. Silvio Fara)

OBSERVACIONES:

Haga clic aquí para escribir Observaciones.

Firma/s y aclaraciones de las mismas

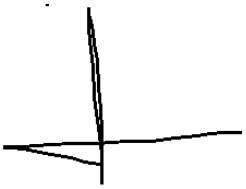
SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN[1] PARA IMPLEMENTAR LA CONDICIÓN DE ESTUDIANTE PROMOCIONAL EN LAS ASIGNATURAS[2]

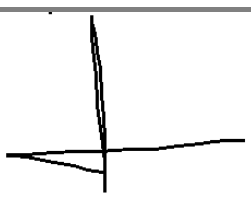
Sr. Docente Responsable de la Asignatura: si desea solicitar la autorización para implementar el sistema de promoción en la/s asignatura/s a su cargo, complete la siguiente planilla y previa firma, preséntela anexa al programa de la/s misma/s. Después de vencido el plazo para la presentación, según cronograma académico, se publicará la Resolución con las autorizaciones correspondientes. Muchas gracias.

Código/s de la Asignatura	**Nombre completo y régimen de la asignatura,** según el plan de Estudios	**Carrera a la que pertenece la asignatura**	**Condiciones para obtener la promoción** (copiar lo declarado en el programa)
3505	Actividad Física y Tercera Edad. Régimen cuatrimestral	Licenciatura en Educación Física	1) Asistencia del 80% a las clases dictadas. 2) Presentar y asistir al 80% de los prácticos. Cumplimentar las actividades prácticas y talleres con los centros de AM. Observaciones y prácticas en 2 grupos como mínimo. 3) Participar en la organización de una Jornada de Capacitación sobre AM
Observaciones:			

Firma del Profesor Responsable:
Aclaración de la firma: Oviedo Sandro

Lugar y fecha: 25/09/2018



[1] Esta planilla reemplaza la nota que debía presentar cada docente para solicitar la autorización para implementar el sistema de promoción en las asignaturas. Se presenta junto con el programa de la asignatura.

[2] Cada profesor podrá presentar sólo una planilla conteniendo todas las asignaturas a su cargo para las que solicita la condición de promoción para los estudiantes cursantes.