

CARGA HORÁRIA			CRÉDITOS	NATUREZA
Teoria	Prática	Total	2	Optativa
0	30	30		

PRÉ-REQUISITOS	CO-REQUISITOS

**OBJETIVO:** Propiciar ao aluno a prática esportiva como instrumento para manutenção da saúde e equilíbrio emocional.

**EMENTA:** Prática de esportes; saúde e equilíbrio emocional.

**ÁREA DE FORMAÇÃO DCN:** Humanística

**EIXO DE CONTEÚDOS E ATIVIDADES:** Humanidades e Ciências Sociais Aplicadas

**BIBLIOGRAFIA DE REFERÊNCIA:**

A bibliografia será, eventualmente, indicada pelo professor responsável pela disciplina, conforme previsto no plano de curso.