

## PROGRAMA

**DENOMINACIÓN:** Jornadas internacionales sobre nuevas propuestas en actividad física para mayores

**ÁREA TEMÁTICA:** Actividad Física y Deporte Ocio

**TIPOLOGÍA:** jornada internacional

**MODALIDAD:** presencial

**CÓDIGO:** 2010 335 01

**NÚM. DE PLAZAS:** 60

**FECHA:** del 8 al 10 de julio de 2010

**LUGAR:** Instituto Andaluz del Deporte. Avda. Santa Rosa de Lima, 5. 29007 Málaga

**NÚM. DE HORAS:** 20 presenciales

**DIRECCIÓN:** Vicente Romo Pérez. Profesor titular de la Universidad de Vigo

## PROFESORADO

- Wojtek Chodzko-Zajko. Doctor. Director del Departamento de Kinesiología y Salud Comunitaria, Universidad de Illinois (Estados Unidos).
- Andiar Schwinguel. Doctora en Medicina del Deporte por la Universidad de Tsukuba, Japón. Profesora del Departamento de Kinesiología y Salud Comunitaria, Universidad de Illinois (Estados Unidos).
- Antonio Merino Mandly. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Jefe del Servicio de Juventud y Deportes. Diputación Provincial de Málaga.
- Pedro Montiel Gámez. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Director de Deporte Universitario. Universidad de Málaga.
- Pilar Pont Geis. Doctora en Ciencias de la Educación. Catedrática de Educación Física.
- José Alberto Ramos Duarte. Doctor en Medicina. Catedrático Universidad de Oporto (Portugal).

## OBJETIVOS

- Conocer las evidencias científicas en los avances y experimentaciones de los profesionales de la actividad físico-deportiva con personas mayores: didácticos, sociales, biomédicos, psicológicos o de la condición física.
- Realizar sesiones de evaluación que aporten la información necesaria para desarrollar un programa de actividad físico-deportiva adaptado a las características de las personas que lo van a recibir.
- Dotar a los técnicos de elementos para la sistemática e intervención didácticas.

## CONTENIDOS

- Iniciativas internacionales para promover el envejecimiento activo.
- Programas de actividad física para personas mayores.
- Iniciativas desde la administración para promover la actividad física en personas mayores.
- Estilo de vida saludable: propuesta *new age*.

- Actividad física y las patologías relacionadas con el envejecimiento.
- Evaluación-sistemas de calidad en la intervención de programas con personas mayores.
- Actividad física saludable y calidad de vida.
- Método Motricidad y Memoria, propuesta de un programa de intervención para mejorar la memoria en las personas mayores.
- Líneas guía de la ACSM sobre la actividad física para personas mayores.
- Evaluación de la condición física en personas mayores.
- Entrenamiento, cualidades físicas y envejecimiento.
- Actividad física y función cognitiva.
- Independencia física y cognitiva de las personas mayores.
- Habilidades coordinativas y aptitud física en personas mayores. Programa de intervención.
- Sistema cardiovascular y envejecimiento.
- Músculo esquelético y envejecimiento: impacto del sedentarismo.
- Sistemas muscular, cardiovascular y capacidades coordinativas: respuesta al entrenamiento.

## ESTRUCTURA, CONTENIDO Y PROFESORADO

8 de julio de 2010		
ESTRUCTURA	CONTENIDOS	PROFESORADO
10:30–11:00	Recepción-inauguración	Director actividad IAD y CTCD
11:00–12:00	Iniciativas internacionales para promover el envejecimiento activo	Wojtek Chodzko-Zajko
12:00–12:30	Descanso	
12:30–13:30	Programas de actividad física para personas mayores	Andiara Schwingel
13:30–14:30	Iniciativas desde la administración para promover las actividad física en personas mayores	Antonio Merino Mandly
14:30–17:00	Descanso	
17:00–18:00	Estilo de vida saludable: propuesta <i>new age</i>	Wojtek Chodzko-Zajko
18:00–19:00	Actividad física, y las patologías relacionadas con el envejecimiento	Andiara Schwingel
19:00–19:30	Descanso	
19:30–20:30	Evaluación-sistemas de calidad en la intervención de programas con personas mayores	Pedro Montiel Gámez
20:30–21:30	1ª mesa: Actividad física saludable y calidad de vida	Wojtek Chodzko-Zajko, Antonio Merino Mandly, Andiara Schwingel y Pedro Montiel Gámez

9 de julio de 2010		
ESTRUCTURA	CONTENIDOS	PROFESORADO
9:30–10:30	Método Motricidad y Memoria, propuesta de un programa de intervención para mejorar la memoria en las personas mayores. Parte teórica	Pilar Pont Geis

10:30–11:30	Método Motricidad y Memoria, propuesta de un programa de intervención para mejorar la memoria en las personas mayores. Parte práctica	
11:30–12:00	Descanso	
12:00–13:30	Líneas guía de la ACSM sobre la actividad física para personas mayores	Wojtek Chodzko-Zajko
13:00–14:00	Evaluación de la condición física en personas mayores	Andiara Schwinguel
14:00–17:30	Descanso	
17:30–18:30	Entrenamiento, cualidades físicas y envejecimiento	Andiara Schwinguel
18:30–19:30	Actividad física y función cognitiva	Wojtek Chodzko-Zajko
19:30–20:00	Descanso	
20:00–21:00	2ª mesa: Independencia física y cognitiva de las personas mayores	Pilar Pont Geis, Wojtek Chodzko-Zajko y Andiara Schwinguel

10 de julio de 2010		
ESTRUCTURA	CONTENIDOS	PROFESORADO
9:30–10:30	Habilidades coordinativas y aptitud física en personas mayores. Programa de intervención	Antonio Merino Mandly
10:30–11:00	Descanso	
11:00–12:00	Sistema cardiovascular y envejecimiento	José Alberto Ramos Duarte
12:00–13:00	Músculo esquelético y envejecimiento: impacto del sedentarismo	
13:00–14:00	3ª mesa: Sistemas muscular, cardiovascular y capacidades coordinativas: respuesta al entrenamiento	Andiara Schwinguel y José Alberto Ramos Duarte
14:00–14:30	Clausura	Director actividad IAD y CTCD

## DESTINATARIOS

- Profesorado en actividad física y deporte para personas mayores de centros públicos y privados.
- Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- Maestros especialistas en Educación Física.
- Técnicos deportivos, TSAFAD.