

Linha de pesquisa: Ensino e Aprendizagem

Título: Recreação na Terceira Idade

Orientando: Tainara Mentz

Orientador: Profº. Marcos Mokva

### **RESUMO**

A presente monografia tem como principal tema “A recreação na Terceira Idade”, e como objetivo, levar ao idoso, melhoria em sua qualidade de vida. Justifica-se sua relevância pela necessidade de proporcionar a essa população, algo diferente de sua rotina. Sabemos que os idosos têm a necessidade de integração social e de valorização à atividade em grupo. Dessa forma, entende-se que a recreação pode, de alguma forma, ajudar na melhoria de qualidade de vida na terceira idade. A realização deste trabalho é de caráter literário e a natureza da pesquisa é bibliográfica. Com a chegada da terceira idade, a sociedade encara essa fase da vida como inútil, passando o idoso a acreditar nesse conceito. Ele passa a viver por si e mais voltado para a esfera privada, se isolando da sociedade e de atividades cotidianas prazerosas. A recreação é um trabalho que visa, primordialmente, a melhorar a qualidade de vida do idoso, tornando-a agradável e produtiva, por meio do envolvimento do mesmo em atividades estimulantes, criativas e de muito significado, mostrando, no aspecto físico, maior nível de auto-eficácia e controle interno; e no aspecto social, integração e descontração. O idoso que pratica alguma atividade se sente mais saudável e suas condições são totalmente diferentes em relação aos que vivem à margem da sociedade, em asilos ou abandonados em casa.

**Palavras-chave:** Terceira Idade. Idoso. Vida