



PLANO DE CURSO

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

Curso: Licenciatura em Educação Física

Disciplina: Cinesiologia e Bioquímica

Professor: Zirlene Brito

e-mail: zirlene.brito@fasete.edu.br

Código: DIV83

Carga Horária: 80 h

Créditos: 04

Pré-requisito (s): SAU00 - Anatomia Humana

Período: IV

Ano: 2017.1

2. EMENTA:

Revisão do estudo da Anatomia Humana; Estudo das estruturas articulares, musculares e neurofisiológicas associadas ao movimento; Terminologia básica dos movimentos. Princípios básicos de mecânica; Torque e sistemas de alavancas. Tipos de Força; Equilíbrio e centro de gravidade; Introdução à análise biomecânica das atividades físicas e esportivas e Fundamentos do Movimento Humano.

3. OBJETIVO GERAL DA DISCIPLINA:

Proporcionar aos acadêmicos do curso de Educação Física o estudo dos conteúdos da Cinesiologia e Biomecânica, visando prepara-los para o estudo do movimento humano, com intuito de capacita-los para a prática profissional futura.

4. OBJETIVO(S) ESPECÍFICOS(S) DA DISCIPLINA:

Recordar a anatomia do corpo Humano; Relacionar os conteúdos da Cinesiologia e Biomecânica com a Educação Física; Compreender os conceitos da Cinemática e Cinética na atuação das diversas áreas da Educação Física; Compreender o sistema osteomioarticular do movimento; Aprender, distinguir e analisar cinesiobiocinematicamente as estruturas e os movimentos dos Membros Superior, Inferior e tronco; Analisar cinesiobiomecanicamente as atividades físicas e esportivas otimizando as habilidades motoras das mesmas.

5. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Unidade I: Revisão Anatômica, Cinemática, Cinética, Articulação e Movimento, Músculos e Movimento.

Unidade II: Aspectos Neurofisiológicos sobre o movimento, Complexo do Membro Superior, Complexo do Membro Inferior, Tronco e Fundamentos do Movimento Humano

6. METODOLOGIA DO TRABALHO:

Exposição participativa, através de atividades prática e teóricas juntamente com exercícios de fixação para facilitar o processo de ensino aprendizagem. Utilização de recursos como quadro, pincel, Datashow, vídeos e espaço para atividades práticas.

7. SISTEMA DE AVALIAÇÃO:

AVALIAÇÃO:

- 1ª Etapa:
 - Relatório e Participação nas atividades e exercícios propostos (valor: 10,0);
 - Prova escrita e individual sem pesquisa (valor: 10,0);
- 2ª Etapa:



- Seminários (Valor: 10,0)
- Prova escrita e individual sem pesquisa (valor: 10,0).

8. ATENDIMENTO EXTRA-CLASSE:

Atendimento semanal, mediante agendamento prévio.

9. BIBLIOGRAFIA:

BÁSICA

HALL, S. **Biomecânica Básica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.

HAMILL, J.; KNUTZEN, K. **Bases biomecânicas do movimento humano**. São Paulo: Manole, 1999.

KENDALL, F. P. **Músculos: Provas e funções**. São Paulo: Manole, 2007.

NORDIN, M; FRANKER, V. H. **Biomecânica Básica do sistema musculoesquelético**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

SACCO, Isabel C. N.; TANAKA, Clarice. **Cinesiologia e Biomecânica dos Complexos Articulares**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

COMPLEMENTAR

CARPENTER, Carlos Sandro. **Biomecânica**. Sprint, 2005.

KAPANDJI, A. I. **Fisiologia Articular**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

KAPANDJI, Adalbert Ibrahim. **Fisiologia articular: Esquemas comentados de mecânica humana**. v.3. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

LIMA, Cláudia S.; PINTO, Ronei S. **Cinesiologia e Musculação**. Porto Alegre: Artmed, 2012.

MARCHETTI, Paulo; CHARRO, Mario; CALHEIROS, Ruy. **Biomecânica aplicada**. Phorte, 2007.

NEUMANN, D. A. **Cinesiologia do Aparelho Musculoesquelético: Fundamentos para Reabilitação**. Elsevier, 2011.

OKUNO, Enuco; FRATIN, Luciano. **Desvendando a física do corpo humano: biomecânica**. São Paulo: Manole, 2003.

SANTOS, Angela. **A biomecânica da coordenação motora**. São Paulo, SP: Summus, 2002.

10. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES (*)

11. INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES (*)