

Programa Analítico de Disciplina

EFF 215 - Cinesiologia

Campus Florestal -

Catálogo: 2023

Número de créditos: 4

Carga horária semestral: 60h

Carga horária semanal teórica: 4h

Carga horária semanal prática: 0h

Carga horária de extensão: 0h

Semestres: I

Objetivos

- Proporcionar conhecimento dos conceitos mecânicos básicos e da análise cinesiológica do movimento de modo a embasar e orientar a atuação profissional no âmbito escolar.

Ementa

Definição e histórico. Conceitos anatômicos. Sistema ósseo. Sistema muscular. Análise cinesiológica do movimento. Conceitos mecânicos básicos. Introdução à Biomecânica.

Pré e correquisitos

CBF 220

Oferecimentos obrigatórios

Curso	Período
Educação Física - Licenciatura	3

Oferecimentos optativos

Não definidos

EFF 215 - Cinesiologia

Conteúdo					
Unidade	T	P	ED	Pj	To
1. Definição e histórico	1h	0h	0h	0h	1h
2. Conceitos anatômicos 1. Planos 2. Eixos	2h	0h	0h	0h	2h
3. Sistema ósseo 1. Ossos 2. Esqueleto 3. Articulação 4. Nomenclatura dos movimentos 5. Amplitude articular	10h	0h	0h	0h	10h
4. Sistema muscular 1. Formas e tipos de músculos 2. Tipos de contração 3. Origem e inserção 4. Ações musculares 5. Movimento dos membros superiores 6. Movimento da cintura escapular 7. Movimento dos membros inferiores 8. Movimento da cintura pélvica 9. Movimento da coluna vertebral	24h	0h	0h	0h	24h
5. Análise cinesiológica do movimento	15h	0h	0h	0h	15h
6. Introdução à biomecânica	2h	0h	0h	0h	2h
7. Conceitos mecânicos básicos 1. Álgebra vetorial 2. Cálculo de ângulos 3. Força 4. Torque/Alavancas	6h	0h	0h	0h	6h
Total	60h	0h	0h	0h	60h

Teórica (T); Prática (P); Estudo Dirigido (ED); Projeto (Pj); Total (To);

Planejamento pedagógico	
Carga horária	Itens
Teórica	Apresentação de conteúdo oral e escrito em quadro convencional; e Apresentação de conteúdo oral e escrito com o apoio de equipamento (projetor, quadro-digital, TV, outros)
Prática	<i>Não definidos</i>

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://siadoc.ufv.br/validar-documento> com o código: AVTP.667L.7J7T

Estudo Dirigido	<i>Não definidos</i>
Projeto	<i>Não definidos</i>
Recursos auxiliares	<i>Não definidos</i>

EFF 215 - Cinesiologia

Bibliografias básicas

Descrição	Exemplares
SACCO I.; TANAKA, C. Cinesiologia e Biomecânica dos Complexos Articulares. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.	5
FLOYD, R. Manual de Cinesiologia Estrutural. 16ª Ed. São Paulo: Manole, 2011.	5
RASCH, P. Cinesiologia e Anatomia Aplicada. 7ª Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1991.	5

Bibliografias complementares

Descrição	Exemplares
GOVERNO DO ESTADO DO PARANÁ. Secretaria de Educação. Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/modules/mydownloads_01/viewcat.php?cid=10 .	0
NORDIN, M.; FRANKEL, V. Biomecânica Básica do Sistema Musculoesquelético. 3ª Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.	5
ENOKA, R. M. Bases neuromecânicas da cinesiologia. 2ª ed. Barueri: Manole, 2001.	0
HALL, S. Biomecânica Básica. 5ª Ed. São Paulo: Manole, 2009.	5
WIRHED, R. Atlas de anatomia do movimento. São Paulo: Manole, 1986.	0

Pontos de controle

Campo	Anterior	Atual
Conteúdo	Há alterações no conteúdo da disciplina	