



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
PROGRAMA DE DISCIPLINA



**CÓDIGO: EF920**

**NOME: CINESIOLOGIA I**

**OF:S-1 T:01 P:01 L:00 O:00 D:00 E:00 HS:02 SL:02 C:02 EX:S**

**Ementa:**

Estudo dos métodos de análise do movimento. Visão geral dos aspectos cinesiológicos fundamentais que deverão ser usados de forma coerente na avaliação e/ou proposta de solução para problemas específicos na prática de dança. Estudo dos movimentos dos membros superiores.

**Objetivos:**

Apresentar as estruturas e funções dos sistemas esqueléticos, muscular, articular e ligamentar dos membros superiores aplicados à dança.

**Estratégias:**

Aulas expositivas, aulas práticas e seminários dos alunos.

**Conteúdo Programático:**

1. Ossos: funções, classificações, estrutura e desenvolvimento.
2. Definições e descrições dos movimentos: eixos e planos anatômicos.
3. Articulações: definição, classificação, estrutura, graus de liberdade.
4. Músculos: estrutura, funções, unidade motora.
5. Ombro.
6. Cotovelo.
7. Punho.
8. Mão.

**Critérios de Avaliação:**

Seminários e Prova escrita.

**Bibliografia:**

**BÁSICA**

S. HALL, *Biomecânica Básica*. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 1991.

R. WIRHED, *Atlas de Anatomia do Movimento*. São Paulo, Manole, 1986.

**COMPLEMENTAR**

P. RASCH, *Cinesiologia e Anatomia Aplicada*. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 1989.

I. A. KAPANDJI, *Fisiologia Articular*. São Paulo, Panamericana, 2000.