



PROGRAMA DE DISCIPLINA

DISCIPLINA: EF 920 – CINESIOLOGIA I
PROFESSOR RESPONSÁVEL: Marco Carlos Uchida
EMENTA: <ul style="list-style-type: none">• 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: <ul style="list-style-type: none">• A disciplina Cinesiologia I tem por objetivo abordar os sistemas ósseo, articular e muscular de forma mais integrada e aplicada a prática da atividade física, mas com foco na prática da dança. Dessa forma o estudante terá a oportunidade de estudar e experienciar através de aulas teóricas e teórico-práticas o movimento humano, possibilitando a determinação dos principais grupos musculares em ação, e as repercussões articulares durante a prática da atividade física.
PROGRAMA: <ul style="list-style-type: none">• Apresentação do plano de ensino da disciplina, conteúdo e bibliografia;• Eixos e planos anatômicos;• Definições e descrições dos movimentos;• Sistema ósseo: funções, classificações e estruturas;• Articulações: definição, classificação, estrutura e graus de liberdade;• Sistema neuro muscular: estrutura, funções, unidade motora, ação muscular;• Complexo do ombro: ossos, músculos e movimentos;• Articulação do cotovelo e radio-ulnar: ossos, músculos e movimentos;• Articulação radiocarpal (punho) e mão: ossos, músculos e movimentos;
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS: <p><u>Referências básicas:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. LIPPERT, L.S. Cinesiologia Clínica e Anatomia. 5a ed., Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.2. NEUMANN D. A. Cinesiologia do Aparelho Musculoesquelético. 2a ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.3. HALL, S.J. Biomecânica Básica. 7a Edição, Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016. <p><u>Referências Complementares:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. FLOYD, R.T. Manual de Cinesiologia Estrutural. 19a ed., Barueri: Manole, 2016.2. HAMILL, J.; KNUTZEN, K.M. Bases biomecânicas do movimento humano. 3a ed., Barueri: Manole, 2012.3. RASCH, P. Cinesiologia e Anatomia Aplicada. 7a ed., Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.4. TORTORA, G.J.; DERRICKSON, B. Corpo Humano- Fundamentos de Anatomia e Fisiologia, 8a ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.5. NETTER, F.H. Netter-Atlas de anatomia humana. 6a ed., Rio de Janeiro: Elsevier, 2015.
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO: <ul style="list-style-type: none">• Trabalhos/seminários em grupo durante o período das aulas;• Presença, pontualidade e participação em aulas teóricas e práticas; Avaliação escrita individual.

