

## Programa Analítico de Disciplina

### EFI 215 - Cinesiologia

Departamento de Educação Física - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde

Catálogo: 2019

Número de créditos: 4  
Carga horária semestral: 60h  
Carga horária semanal teórica: 4h  
Carga horária semanal prática: 0h  
Semestres: II

#### Objetivos

*Não definidos*

#### Ementa

Definição e histórico. Conceitos anatômicos. Introdução à biomecânica. Conceitos mecânicos básicos. Análise cinesiológica do movimento - sistema muscular.

#### Pré e co-requisitos

BAN 210\*

#### Oferecimentos obrigatórios

| Curso                          | Período |
|--------------------------------|---------|
| Dança - Bacharelado            | 4       |
| Dança - Licenciatura           | 4       |
| Educação Física - Bacharelado  | 4       |
| Educação Física - Licenciatura | 4       |

#### Oferecimentos optativos

*Não definidos*

## EFI 215 - Cinesiologia

| Conteúdo                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |     |    |    |    |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|----|----|-----|
| Unidade                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | T   | P  | ED | Pj | To  |
| 1. Definição e histórico                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1h  | 0h | 0h | 0h | 1h  |
| 2. Conceitos anatômicos<br>1. Planos<br>2. Eixos                                                                                                                                                                                                                                                                      | 4h  | 0h | 0h | 0h | 4h  |
| 3. Introdução à biomecânica                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2h  | 0h | 0h | 0h | 2h  |
| 4. Conceitos mecânicos básicos<br>1. Álgebra vetorial<br>2. Cálculo de ângulos<br>3. Força<br>4. Torque/Alavancas                                                                                                                                                                                                     | 18h | 0h | 0h | 0h | 18h |
| 5. Análise cinesiológica do movimento - sistema muscular<br>1. Formas e tipos de músculos<br>2. Tipos de contração<br>3. Origem e inserção<br>4. Ações musculares<br>5. Movimento dos membros superiores<br>6. Movimento dos membros inferiores<br>7. Movimento da caixa torácica<br>8. Movimento da coluna vertebral | 35h | 0h | 0h | 0h | 35h |
| Total                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 60h | 0h | 0h | 0h | 60h |

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

| Planejamento pedagógico |               |
|-------------------------|---------------|
| Carga horária           | Itens         |
| Teórica                 | Não definidos |
| Prática                 | Não definidos |
| Estudo Dirigido         | Não definidos |
| Projeto                 | Não definidos |
| Recursos auxiliares     | Não definidos |

## EFI 215 - Cinesiologia

### Bibliografias básicas

*Não definidas*

### Bibliografias complementares

| Descrição                                                                                                        | Exemplares |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| FRACCAROLI, J.L. Análise mecânica dos movimentos gímnicos e esportivos. Rio de Janeiro: Cultura médica, 1988.    | 0          |
| HAY, J.G. & REID, J.G. As bases anatômicas e mecânicas do movimento humano. Rio de Janeiro: Prentice Hall, 1985. | 0          |
| KAPANDJI, I.A. Fisiologia articular. São Paulo: Manole, 1983.                                                    | 0          |
| LEHMKUHL, L.D. & SMITH, L.K. Cinesiologia clínica de Brunnstrom. São Paulo: Manole, 1987.                        | 0          |
| RASCH, P.J. & BURKE, P. Cinesiologia e anatomia aplicada. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 1987.                | 0          |
| RASH, P.J. Cinesilogia e anatomia aplicada. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 1991.                              | 0          |
| RIGUEIRA, J.E. Anatomia humana simplificada. Viçosa: IUN, 1980. (mimeo)                                          | 0          |
| SETTINERI, L.T.C. Biomecânica: noções gerais. Rio de Janeiro: Atheneu, 1988.                                     | 0          |
| SETTINERI, L.T.C. Práticas de cinesiologia. Porto Alegre: Editora NBS, 1980.                                     | 0          |
| SOUZA, R.R. Anatomia para estudantes de educação física. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 1982.                 | 0          |
| WEINECK, J. Anatomia aplicada ao esporte. São Paulo: Manole, 1984.                                               | 0          |
| WIRHED, R. Atlas de anatomia do movimento. São Paulo: Manole, 1986.                                              | 0          |