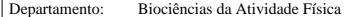




Unidade: EEFD





Disciplina: CINESIOLOGIA			Código: EFF290
Carga horária por período:	Teórica: 60	Prática: xxx	Créditos: 04
Requisitos: Anatomia Aplicada à Educação Física e Esportes (BMA			Período: 4º
132)			

Ementa:

Estudo analítico da biomecânica das estruturas do aparelho locomotor, da estática das articulações, da dinâmica muscular, da biomecânica dos segmentos do corpo humano e dos movimentos.

Objetivo geral:

Descrever com linguagem técnica e formal um conjunto de movimentos básicos utilizados na educação física e esportes.

Objetivos específicos:

Descrever os movimentos utilizando os conceitos de: planos de movimentos; movimentos fundamentais; amplitudes; tipos de contrações musculares; e as alavancas envolvidas.

Conteúdo programático:

Unidades:

- Descrição cinesiológica dos movimentos
- Cinesiologia da contração muscular
- Cinesiologia dos membros superiores
- Cinesiologia dos membros inferiores
- Cinesiologia da coluna vertebral
- Postura e equilíbrio corporal
- Propriedades físicas dos tecidos



Aulas teóricas e acompanhamento de algumas aulas de educação física e esportes. (a combinar)

Avaliação:

Provas escritas, trabalhos individuais/grupos e relatórios de determinadas atividades.

Bibliografia básica:

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

WHIRED, R. Atlas de anatomia do movimento. São Paulo:Ed. Manole, 1986.

HAY, J.G. & REID, J.G. **As bases anatômicas e mecânicas do movimento humano**. Ed. Prentice/Hall do Brasil, 1985.

Bibliografia complementar:

BANKOFF, A.D.P. Morfologia e cinesiologia. Rio de Janeiro: Ed.Guanabara Koogan, 2007.

KNUDSON, D.V. & MORRISON, C.S. **Análise qualitativa do movimento humano**. São Paulo: Ed. Manole, 2001.