UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

Ano	**2024**
Tp. Período	**Anual**
Curso	**EDUCACAO FISICA**
Disciplina	**2468/I - CINEANTROPOMETRIA**
Turma	**EFI/I-B**

Carga Horária: **68**

PLANO DE ENSINO

EMENTA

Estudo dos princípios e das técnicas para medidas e avaliação corporal e sua aplicabilidade na Educação Física. Tipos e características de testes utilizados na Educação Física.

I. Objetivos

- Oportunizar a compreenção dos aspectos históricos e conceituais acerca da Cineantropometria;
- Vivênciar as técnicas de diferentes medidas corporais e entender a utilização das mesmas no contexto escolar e não escolar;
- Oportunizar vivências dos conhecimentos de cineantropometria para a prática profissional;
- Identificar a aplicabilidade dos conhecimentos desta área no âmbito da pesquisa e da extensão.

II. Programa

1.Contexto histórico da Antropometria e a relação com a Educação Física
2.Terminologia, conceitos e princípios da antropometria e cineantropometria;
3.Tipos e etapas da uma avaliação física
4.Medidas antropométricas: dobras cutâneas, perímetros, diâmetros ósseos, alturas e comprimentos corporais.
5.Composição corporal - Métodos de avaliação
6.Equações para estimar a composição corporal
7.Composição corporal e suas implicações para saúde
8.Parâmetros para a composição corporal de crianças e adolescentes
9.Parâmetros para a composição corporal de adultos e idosos
10.Ficha antropomética na escola - o que medir e para que medir?
11.Avaliação antropométrica e a identificação de fatores de risco para a saúde.
12.Testes físicos com aplicabilidade para o campo da Educação Física (protocolos e aplicação prática).

III. Metodologia de Ensino

Aulas expositivas dialogadas
Aulas práticas em laboratório
Leitura e discussão de textos científicos
Vídeos ilustrativos
Seminários
Obs: a disciplina possui uma carga horária de 5h em atividades que contemplam a Prática como Componente Curricular, conforme prevê o Projeto Pedagógico do Curso (Aprovado pela Resolução Nº 12-COU/UNICENTRO, de 23 de Novembro de 2020).

IV. Formas de Avaliação

Formas de avaliação
A avaliação será processual ao longo da disciplina e os instrumentos avaliativos utilizados serão:
Trabalhos individuais e em grupo sobre os conteúdos abordados
Trabalhos colaborativos sobre temáticas específicas
Elaboração de uma ficha antropométrica
Participação nas aulas práticas
Prova
Avaliações 1º semestre letivo 2022:
Trabalhos individuais: leituras, fichamentos e resumos de textos
Construção de um texto colaborativo referente aos conteúdos
Prova
Forma de recuperação de rendimento (Art. 49 - Resolução Nº 1-COU/UNICENTRO, 2022).
Ao final do 1º semestre, para aqueles alunos que obtiveram nota inferior a 7,0 (sete) no semestre ou para aqueles que desejarem realizar a atividade será oportunizado a realização de um trabalho avaliativo envolvendo todos os conteúdos abordados no semestre.
Avaliações 2º semestre letivo 2022:
Elaboração de uma ficha antropométrica
Participação das aulas no laboratório e entrega da ficha antropométrica preenchida
Relatório e apresentação, em forma de seminário, da aplicação prática de medidas antropométrica e testes físicos em um grupo de pessoas (crianças, adolescentes, adultos e/ou idosos)
Forma de recuperação de rendimento (Art. 49 - Resolução Nº 1-COU/UNICENTRO, 2022).
Ao longo do 2º semestre serão dadas avaliações e devolutivas sobre as tarefas entregues. O aluno terá a oportunidade de refazer as atividades, a partir do feedback recebido, e entregar novamente ao final do semestre para fins de recuperação do rendimento na disciplina.

V. Bibliografia

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

Ano	**2024**
Tp. Período	**Anual**
Curso	**EDUCACAO FISICA**
Disciplina	**2468/I - CINEANTROPOMETRIA**
Turma	**EFI/I-B**

Carga Horária: **68**

PLANO DE ENSINO

Básica

HEYWARD, V. H. & STOLARCZYK, L. M. Avaliação da Composição Corporal Aplicada. São Paulo: Manole, 2000.

MICHELS, G. Aspectos históricos da Cineantropometria - do mundo antigo ao renascimento. Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Humano. 2(1) 106-110, 2000.

PETROSKI, E.L. Antropometria - Técnicas e padronizações. 5ª edição: Fontoura, 2011.

Complementar

BECK, C.C, DINIZ, I.M.S, GOMES, M.A Ficha antropométrica na escola: O que medir e para que medir? Rev. Bras.Cineantropom. Desempenho Hum. 2007;9(1):107-114.

FERNANDES FILHO J. A prática da Avaliacao Física. Testes, medidas e avaliacao física em escolares, atletas e academias de ginástica. 2ª Edição, Shape, Rio de Janeiro, 2003.

GAYA, A. R. Projeto Esporte Brasil, PROESP-Br : Manual de medidas, testes e avaliações. Porto Alegre: UFRGS/ESEFID, 2021.

GORLA, J. I., ARAUJO, P. F.; RODRIGUES, J. L. Avaliação Motora em Educação Física. Teste KTK. 3ª Edição, Phorte editora: São Paulo, 2014.

GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P. Manual Prático para Avaliação em Educação Física: São Paulo: Manole, 2006

HEYWARD, V. H. Avaliação Física e Prescrição de Exercício. Porto Alegre: Artmed, 2004.

LOHMAN, T. G.; ROCHE, A. F.; MARTORELL, R. Anthropometric standardization reference manual. Abridged, 90p. 1991.

PETROSKI, E.L, PIRES-NETO, C.S. GLANER, M.F Biometria. São Paulo: Fontoura, 2010

TRITSCHILER, K.A. Medida e Avaliação em Educação Física e Esportes. São Paulo: Manole, 2003.

APROVAÇÃO

Inspetoria:	DEDUF/I
Tp. Documento:	Ata Departamental
Documento:	004/2024
Data:	03/04/2024