



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

Ano	2022
Tp. Período	Anual
Curso	EDUCACAO FISICA
Disciplina	4224 - BIOMECANICA DO MOVIMENTO HUMANO
Turma	EFI-A

Carga Horária: 68

PLANO DE ENSINO

EMENTA

Trata das variáveis velocidade, aceleração, força e torque, pressão e trabalho associados às práticas corporais sistematizadas. Problematisa a análise do movimento sob o ponto de vista mecânico. Estimula a realização de análise biomecânica das práticas corporais sistematizadas.

I. Objetivos

Geral:

Introduzir o aluno ao estudo do movimento humano através dos princípios da Biomecânica.

Específicos:

1. Compreender as bases biomecânicas do movimento humano;
2. Compreender as diferentes técnicas e análises biomecânicas da motricidade humana;
3. Compreender as aplicações biomecânicas no âmbito escolar, na atividade física e no desempenho esportivo.

II. Programa

1º BIMESTRE – UNIDADE 1

- Introdução e Análises Biomecânicas
- Práticas: Aplicativos e Tecnologias

2º BIMESTRE – UNIDADE 2

- Cinemática e Cinética
- Práticas: Dinamometria

3º BIMESTRE – UNIDADE 3

- Biomecânica Neuromuscular
- Práticas: Eletromiografia

4º BIMESTRE – UNIDADE 4

- Aspectos Fisiomecânicos do Movimento Humano
- Práticas: Cinemetria

III. Metodologia de Ensino

A disciplina de Biomecânica do Movimento Humano, com 68 h/a (34 h/a por semestre - 17 encontros), será realizada de maneira teórica e prática objetivando a formação de Licenciados e Bacharéis em Educação Física. Considerando o projeto pedagógico vigente e as normas para a operacionalização da Prática como

Componente Curricular (PCC) nos cursos de Licenciatura da UNICENTRO, os conteúdos teóricos serão desempenhados em ambientes de sala e laboratórios especializados, com o uso de recursos tecnológicos, visando o aprendizado profissional e as aplicações biomecânicas no âmbito escolar, na atividade física e no

desempenho esportivo. Especificamente a carga horária de 24 h/a, correspondente a PCC nesta disciplina, será cumprida com a participação em atividades de forma articulada com disciplinas existentes ou serem organizadas como disciplinas ou atividades acadêmicas próprias.

IV. Formas de Avaliação

Considerando tratar-se de uma disciplina anual, em cada semestre serão aplicadas duas avaliações teóricas e duas avaliações práticas, além de uma recuperação, com todo o conteúdo administrado aos alunos que não atingirem a média/semestre de 7,0.

1º SEMESTRE:

NOTA BIMESTRAL 1 = avaliação teórica 1 (7,0 pontos) + avaliação prática 1 (3,0 pontos)

NOTA BIMESTRAL 2 = avaliação teórica 2 (7,0 pontos) + avaliação prática 2 (3,0 pontos)

NOTA 1º SEMESTRE = (NOTA BIMESTRAL 1 + NOTA BIMESTRAL 2) / 2

com RECUPERAÇÃO 1: NOTA 1º SEMESTRE (ajustada) = (NOTA 1º SEMESTRE + RECUPERAÇÃO 1) / 2

2º SEMESTRE:

NOTA BIMESTRAL 3 = avaliação teórica 3 (7,0 pontos) + avaliação prática 3 (3,0 pontos)

NOTA BIMESTRAL 4 = avaliação teórica 4 (7,0 pontos) + avaliação prática 4 (3,0 pontos)

NOTA 2º SEMESTRE = (NOTA BIMESTRAL 3 + NOTA BIMESTRAL 4) / 2

com RECUPERAÇÃO 2: NOTA 2º SEMESTRE (ajustada) = (NOTA 2º SEMESTRE + RECUPERAÇÃO 2) / 2

NOTA FINAL = (NOTA 1º SEMESTRE + NOTA 2º SEMESTRE) / 2

O aluno estará aprovado se alcançar a média igual ou superior a 7,0 e frequência igual ou superior a 75

V. Bibliografia

Básica

HALL, S.J. Biomecânica Básica, 4a ed. Guanabara Koogan, 2005.

HAMILL, J.; e col. Bases Biomecânicas do Movimento Humano, Manole, 2016.

MARCHETTI, P.; e col. Biomecânica Aplicada, Phorte, 2000.



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

Ano	2022
Tp. Período	Anual
Curso	EDUCACAO FISICA
Disciplina	4224 - BIOMECANICA DO MOVIMENTO HUMANO
Turma	EFI-A

Carga Horária: 68

PLANO DE ENSINO

RIBEIRO, D.M.; e col. Biomecânica Básica dos Exercícios, Appris, 2018.

Complementar

CARPENTER, C.S. Biomecânica. 1a ed. Sprint, 2005.
COMPLETO, A.; FONSECA, F. Fundamentos de Biomecânica. Publindústria, 2011.
FUNDAÇÃO VALE. Biomecânica do Movimento Humano. 2013
LEITÃO, R. Biomecânica da Luta. 1a ed. Albatroz, 2016.
SILVA, V.R. Cinesiologia e Biomecânica, 1a ed. Estácio, 2015.
ZATSIORSKY, V.M. Biomecânica no Esporte, 1a ed. Guanabara Koogan, 2004.
* Materiais bibliográficos disponíveis no site da disciplina.
* Sites de Busca: www.pubmed.com; www.scielo.br

APROVAÇÃO

Inspetoria: DEDUF/G
Tp. Documento: Ata Departamental
Documento: 03
Data: 29/06/2022