



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

<b>Ano</b>	2026
<b>Tp. Período</b>	Anual
<b>Curso</b>	EDUCAÇÃO FÍSICA
<b>Disciplina</b>	1108168 - BIOMECÂNICA DO MOVIMENTO HUMANO
<b>Turma</b>	EFI-B
<b>Local</b>	CEDETEG

**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 na escolar, na atividade física e no desempenho esportivo.

### II. Programa

1º BIMESTRE – UNIDADE 1

- Introdução e Aplicações da Biomecânica

2º BIMESTRE – UNIDADE 2

- Cinemática Linear e Angular

3º BIMESTRE – UNIDADE 3

- Cinética Linear e Angular

4º BIMESTRE – UNIDADE 4

- Aspectos Fisiomecânicos do Movimento Humano

### III. Metodologia de Ensino

A disciplina de Biomecânica do Movimento Humano, vinculada ao Departamento de Educação Física de Guarapuava (DEDUF/G), com 68 h/a, 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 serão desenvolvidos em sala e laboratório utilizando-se recursos tecnológicos objetivando o aprendizado profissional e as aplicações biomecânicas no âmbito escolar, na atividade física e no desempenho esportivo. A carga horária mínima de 24 h/a correspondentes a PCC será cumprida através de atividades articuladas com outras disciplinas ou junto a projetos de pesquisa e/ou de extensão.

### IV. Formas de Avaliação

Considerando tratar-se de uma disciplina anual, em cada semestre serão aplicadas duas avaliações teóricas e duas avaliações práticas. Independente da média, será oportunizado a todos os acadêmicos, em cada semestre letivo, uma avaliação de recuperação. A nota obtida na recuperação, caso seja superior, substituirá a média do semestre correspondente.

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

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 ou sem recuperação

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

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

### V. Bibliografia

#### Básica

e-books disponíveis na biblioteca virtual da UNICENTRO - <https://app.minhabiblioteca.com.br>

- HALL, S. J. Biomecânica Básica. 8ª edição, Guanabara Koogan, 2022.

- LIPPERT, L. S. Cinesiologia Clínica e Anatomia. 7ª edição, Guanabara Koogan, 2024.

- POWERS, S. K. Fisiologia do exercício. 12ª edição, Manole, 2026.

BIBLIOGRAFIA OPCIONAL:

- FLOYD, R. T. Manual de Cinesiologia Estruturada. 19ª edição, Manole, 2024.

- ZERNICKE, R. F. e col. Biomecânica das Lesões. 3ª edição, Manole, 2024.



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

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

<b>Ano</b>	2026	
<b>Tp. Período</b>	Anual	
<b>Curso</b>	EDUCACAO FISICA	
<b>Disciplina</b>	1108168 - BIOMECÂNICA DO MOVIMENTO HUMANO	<b>Carga Horária:</b> 68
<b>Turma</b>	EFI-B	
<b>Local</b>	CEDETEG	

## PLANO DE ENSINO

### Complementar

- 
- DUFOUR, M.; PILLU, M. Biomecânica Funcional. 1ª edição, Manole, 2016.
  - HAMILL, J. e col. Bases Biomecânicas do Movimento Humano. 4ª edição, Manole, 2016.
  - KAPANDJI, A. L. O que é Biomecânica. 1ª edição, Manole, 2013.
  - MCGINNIS, P. E. Biomecânica do Esporte e do Exercício. 3ª edição, Artmed, 2015.
  - NEUMANN, D. A. Cinesiologia do Aparelho Musculoesquelético. 3ª edição, Guanabara Koogan, 2022.
  - POWERS, S. K.; HOWLEY, E. T. Fisiologia do Exercício. 9ª edição, Manole, 2017.
- 

### APROVAÇÃO

**Inspetoria:** DEDUF/G  
**Tp. Documento:** Ata Departamental  
**Documento:** 07  
**Data:** 25/03/2026