



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA



## FICHA DE COMPONENTE CURRICULAR

<b>CÓDIGO:</b>	<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Cinesiologia	
<b>UNIDADE ACADÊMICA OFERTANTE:</b> FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA		<b>SIGLA:</b> FAEFI
<b>CH TOTAL TEÓRICA:</b> 30 horas	<b>CH TOTAL PRÁTICA:</b> 15 horas	<b>CH TOTAL:</b> 45 horas

## 1. OBJETIVOS

**Objetivo geral:** capacitar o aluno a compreender e analisar o movimento humano sob o ponto de vista anátomo-funcional com ênfase no funcionamento do sistema músculo-esquelético.

**Objetivos específicos:**

- Entender os mecanismos de contração do músculo esquelético;
- Identificar o tipo de contração muscular envolvida nos movimentos humanos voluntários;
- Compreender a produção de força pelo músculo esquelético, bem como as relações força-comprimento e força-velocidade;
- Entender os mecanismos voluntários e involuntários de controle motor e propriocepção;
- Identificar os músculos e as articulações envolvidas nos movimentos humanos;
- Propor exercícios para ativação de músculos específicos do corpo humano.

## 2. EMENTA

A disciplina considera o estudo da anatomia funcional (pelo estudo cinesiológico dos complexos articulares), controle neuromecânico do movimento humano e a função das estruturas musculoesqueléticas humanas, relacionadas com a educação física, desporto, exercício físico e saúde. Busca-se qualificar o aluno para a análise do movimento, prescrição de exercícios e compreensão geral da relação entre a mecânica e o movimento humano.

## 3. PROGRAMA

## MÓDULO I:

- Mecanismo de contração muscular;
- Tipos de contração muscular;
- Tipos de unidades motoras;
- Ciclo alongamento-encurtamento;

- Relação força-comprimento;
- Relação força-velocidade;
- Músculos mono e biarticulares;
- Propriocepção, movimento reflexos e tipos de alongamentos.

## MÓDULO II:

- Postura e equilíbrio corporal estático e dinâmico;
- Cinesiologia dos complexos articulares: ombro, cotovelo, punho, mão, coluna vertebral, quadril, joelho, tornozelo e pé.
- Introdução aos conceitos da biomecânica.

## 4. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

ENOKA, Roger M. **Bases neuromecânicas da cinesiologia**. Barueri: Manole, 2000.

LIMA, Cláudia Silveira; PINTO, Ronei Silveira. **Cinesiologia e musculação**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

PALASTANGA, Nigel. **Anatomia e movimento humano**: estrutura e função. Barueri: Manole, 2000.

## 5. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BANKOFF, Antonia Dalla Pria. **Morfologia e cinesiologia**: aplicada ao movimento humano. São Paulo: Guanabara Koogan, 2007.

FRACCAROLI, Jose Luiz. **Biomecânica**: análise dos movimentos. Rio de Janeiro: Cultura Médica, 1981.

HAY, James G. **As bases anatômicas e mecânicas do movimento humano**. São Paulo: PHB, 1985.

RASCH, Philip J. **Cinesiologia e anatomia aplicada**. São Paulo: Guanabara Koogan, 1991.

SMITH, Laura K.; WEISS, Elizabeth Lawrence; LEHMKHL, L. Don. **Cinesiologia clínica de Brunnstrom**. Barueri: Manole, 1997.

## 6. APROVAÇÃO

Prof. Dr. Sérgio Inácio Nunes  
Coordenador do Curso Educação Física

Prof. Dr. Marcos Seizo Kishi  
Diretor da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia



Documento assinado eletronicamente por **Sergio Inácio Nunes, Coordenador(a)**, em 26/05/2022, às 11:57, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).

---



Documento assinado eletronicamente por **Marcos Seizo Kishi, Diretor(a)**, em 27/05/2022, às 17:25, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).

---



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://www.sei.ufu.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://www.sei.ufu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **3582382** e o código CRC **D2D33EF6**.

---

Referência: Processo nº 23117.048260/2020-14

SEI nº 3582382