FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DE RONDÔNIA UNIR	**PROGRAMA DE DISCIPLINA** **CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA**

CÓDIGO: EDFBIOE	**DISCIPLINA:** BIOMECÂNICA DO EXERCÍCIO	**PRÉ-REQUISITO:** FISIOLOGIA GERAL ANATOMIA

CARGA HORÁRIA: 60	**CRÉDITOS:** 03	**DEPARTAMENTO:** EDUCAÇÃO FÍSICA

EMENTA

Possibilitar experiências teórico-práticas para que o aluno possa compreender, e analisar o movimento humano, quando aplicado aos exercícios sistematizados e habilidades de diversas modalidades esportivas.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

UNIDADE I

- Características e funções dos músculos e ossos;
- Tipos de articulações;
- Movimentos dos membros superiores;
- Movimentos dos membros inferiores;
- Movimentos da coluna vertebral e tronco.

UNIDADE II

- Análise cinesiológica da musculação;
- Análise cinesiológica da caminhada;
- Análise cinesiológica da corrida;
- Análise cinesiológica das modalidades: atletismo, natação, voleibol, basquetebol e futebol.

UNIDADE III

- Análise das habilidades esportivas;
- Identificação e correção de erros.

UNIDADE IV

- Influência do meio externo no movimento humano;
- Influência do calçado, piso e indumentária no movimento humano.

BIBLIOGRAFIA

CARNAVAL, Paulo Eduardo. Cinesiologia aplicada aos esportes. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

RASCH, Philipi & BURKE, Roger. Cinesiologia e anatomia aplicada. Rio de Janeiro: Kookan, 1986.

HAMILL, Joseph & KNUTZEN, M. Kathleen. Bases biomecânicas do movimento humano. São Paulo: Manole, 1999.

AMADIO, Alberto Carlos (coordenador). Fundamentos biomecânicos para análise do movimento humano. São Paulo: Laboratório de Biomecânica / EEFUSP, 1996.

BARBANTI, Valdir José. Esporte e atividade física: interação entre rendimento e qualidade de vida. São Paulo: Manole, 1998.