



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CAMPUS ARARANGUÁ-ARA  
CURSO DE FISIOTERAPIA  
PLANO DE ENSINO

SEMESTRE 2014.1

**I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:**

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA		TOTAL DE HORAS-AULA
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
ARA7444	Cinesioterapia I	02	03	90

HORÁRIO		MÓDULO	
TURMAS TEÓRICAS / horário		TURMAS PRÁTICAS	
04654 – 3.1010-2 / 4.0910-3		04654 – 3.1010-2 / 4.0910-3	
		Presencial	
		PRESENCIAL	

**II. PROFESSOR(ES) MINISTRANTE(S)**

Heloyse Uliam Kuriki

**III. PRÉ-REQUISITO(S)**

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
ARA7435	Cinesiologia II

**IV. CURSO(S) PARA O(S) QUAL(IS) A DISCIPLINA É OFERECIDA**

Graduação em Fisioterapia.

**V. JUSTIFICATIVA**

Conhecer os principais recursos e as técnicas de intervenção é fundamental para a reabilitação física dos pacientes.

**VI. EMENTA**

Noções de mecanoterapia. Definição, classificação, princípios e técnicas de aplicação, com respectivos efeitos fisiológicos e terapêuticos dos exercícios passivo, ativo livre, ativo assistido e alongamentos.

**VII. OBJETIVOS**

**Objetivos Gerais:**

Fornecer subsídios dentro da terapia por exercícios, oferecendo os seus fundamentos para que o aluno possa desenvolvê-la nas disciplinas aplicadas.

**Objetivos Específicos:**

- Conhecer o histórico e a definição da cinesioterapia.
- Compreender diversas modalidades de cinesioterapia e sua aplicação na prática Fisioterapêutica
- Compreender as bases fisiológicas, bioquímicas, anatômicas e cinesiológicas que fundamentam os princípios da cinesioterapia.
- Compreender os critérios básicos de planejamento e conduta cinesioterapêutica

- Desenvolver habilidades teórico-práticas para aplicação de métodos cinesioterapêuticos
- Capacitar o aluno para tomada de decisão sobre a indicação correta da cinesioterapia no processo fisioterapêutico nos três níveis de atenção à saúde.

## VIII. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### Conteúdo Teórico:

- 1) Introdução à Cinesioterapia.
- 2) Exercícios Terapêuticos: conceitos (plasticidade muscular, classificação do sistema músculo-esquelético, interação trófica SNC/SNP)
- 3) Amplitude de movimento
- 4) Mobilização
- 5) Retração/ Encurtamento e Alongamento muscular
- 6) Exercícios resistidos
- 7) Princípios do exercício aeróbico
- 8) Tratamento de tecidos moles, ossos e pós-cirúrgico
- 9) Técnicas de exercícios terapêuticos para os membros inferiores e superiores.
- 10) Técnicas de exercícios terapêuticos: Coluna e postura
- 11) Técnicas de exercícios terapêuticos: Propriocepção e controle neuromotor
- 12) Técnicas de exercícios terapêuticos: Tratamento de distúrbios vasculares

## IX. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA

Aulas teórico-expositivas e aulas práticas.

## X. METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

- verificação do rendimento escolar compreenderá **frequência e aproveitamento** nos estudos, os quais deverão ser atingidos conjuntamente. Será obrigatória a frequência às atividades correspondentes a cada disciplina, ficando nela reprovado o aluno que não comparecer, no mínimo a 75% das mesmas.
- A nota mínima para aprovação na disciplina será 6,0 (seis). (Art. 69 e 72 da Res. nº 17/CUn/1997).
- O aluno com frequência suficiente (FS) e média das notas de avaliações do semestre entre 3,0 e 5,5 terá direito a uma nova avaliação no final do semestre (REC), exceto as atividades constantes no art.70,§ 2º. A nota será calculada por meio da média aritmética entre a média das notas das avaliações parciais (MF) e a nota obtida na nova avaliação (REC). (Art. 70 e 71 da Res. nº 17/CUn/1997).

$$NF = \frac{MF \times REC}{2}$$

- Ao aluno que não comparecer às avaliações ou não apresentar trabalhos no prazo estabelecido será atribuída nota 0 (zero). (Art. 70, § 4º da Res. nº 17/CUn/1997)

**1º Avaliação teórica Peso 10,0**

**2ª Avaliação teórica Peso 7,0**

**Apresentação de seminários Peso 3,0**

\* As provas poderão conter questões objetivas, objetivas mistas e dissertativas.



### Nova avaliação

Para pedido de segunda avaliação somente em casos em que o aluno, por motivo de força maior e plenamente justificado, deixar de realizar avaliações previstas no plano de ensino, deverá formalizar pedido de avaliação à Direção do Campus Araranguá dentro do prazo de 3 dias úteis apresentando comprovação. (Ver formulário). Será incluída uma data específica para a realização de provas de segunda chamada, esta data deverá ser única, além disso, o conteúdo desta avaliação poderá abranger todo o conteúdo da disciplina.

**Poderão ser designados trabalhos escritos para complementar os assuntos. Neste caso a nota dos mesmos será incluída na avaliação teórica.**

### XI. CRONOGRAMA TEÓRICO/ PRÁTICO

AUL A	DATA	ASSUNTO
1ª	18/03/2014-19/03/2014	Apresentação da disciplina e conteúdo programático – Introdução à Cinesioterapia/ História
2ª	25/03/2014-26/03/2014	Plasticidade muscular – Classificação muscular
3ª	01/04/2014-02/04/2014	Tipos de Exercícios
4ª	08/04/2014-09/04/2014	Mecanoterapia – principais recursos para reabilitação
5ª	15/04/2014-16/04/2014	Amplitude de movimento e mobilização – teórica e prática
6ª	22/04/2014-23/04/2014	Alongamento – teórica e prática
7ª	29/04/2014-30/04/2014	Fortalecimento – teórica e prática
8ª	06/05/2014-07/05/2014	Exercícios aeróbicos – teórica e prática
9ª	13/05/2014-14/05/2014	<b>PROVA 1/ prova substitutiva</b>
10ª	20/05/2014-21/05/2014	Propriocepção – teórica e prática
11ª	27/05/2014-28/05/2014	Pilates – treinamento funcional
12ª	03/06/2014-04/06/2014	Prescrição de treinamento
13ª	10/06/2014-11/06/2014	Massoterapia – superficial – teórica e prática
14ª	17/06/2014-18/06/2014	Massoterapia – profunda – teórica e prática
15ª	24/06/2014-25/06/2014	Massoterapia – liberaçãomiofascial
16ª	01/07/2014-02/07/2014	Apresentação de seminários
17ª	08/07/2014-09/07/2014	Apresentação de seminários
18ª	15/07/2014-16/07/2014	<b>PROVA 2/ prova substitutiva – divulgação das notas</b>

**Obs.: Atendimento aos alunos: sempre ao término das aulas.**

### XII. FERIADOS PREVISTOS PARA O SEMESTRE 2014.1

DATA	
03/04/2014	Aniversário da cidade
18/04/2014	Paixão de Cristo
21/04/2014	Tiradentes
01/05/2014	Dia do Trabalhador
02/05/2014	Dia não letivo
19/06/2014	Corpus Christi
20/06/2014	Dia não letivo

### XIII. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

#### Bibliografia Básica

- XHARDEZ. **Manual de Cinesioterapia**. Rio de Janeiro, 1998.
- KENDALL, F. P; McCREARY, E. K; PROVANCE, P. G. **Músculos Provas e Funções**. 4. ed. Manole: São Paulo, 1995.
- SILVA, RS; CAMPOS, VC. **Cinesioterapia - Fundamentos Teóricos para Prática**. Coopmed Editora Médica – 1. ed. 2008

### XIV. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- KISNER. **Exercícios terapêuticos – Fundamentos e Técnicas**, São Paulo: Manole, 1998.
- KENNEY, L; WILMORE, JH; COSTILL, DL. **Fisiologia do Esporte e do Exercício**. Manole – 5. ed. 2013.
- GLYNN, A; FIDDLER, H. **Guia do Exercício - Avaliação, Prescrição e Treinamento**. Elsevier – 1 Ed. 2010.
- GAINO, MRC; MOREIRA, RT. **Manual Prático de Cinesioterapia - Terapia Pelo Movimento**. ROCA – BRASIL – 1.ed. – 2010.
- **Materiais relacionados à disciplina serão disponibilizados aos alunos no formato pdf. no decorrer do semestre.**



Heloyse Uliam Kuriki  
Prof. Auxiliar / SIAPE: 2050434  
UFSC / Campus Araranguá

Profa. Dra. Heloyse Uliam Kuriki

Aprovado na Reunião do Colegiado do Campus 21 / 03 / 14

  
\_\_\_\_\_  
Coordenador do Curso de Fisioterapia

Prof. Rafael Cypriano Dutra  
Coordenador do Curso de  
Graduação em Fisioterapia  
SIAPE: 1924613 Portaria nº89/2014/GR