

Plano de ensino adaptado, em caráter excepcional e transitório, para substituição de aulas presenciais por atividades não presenciais, enquanto durar a pandemia do novo coronavírus – COVID-19, em atenção à Portaria MEC 344, de 16 de junho de 2020, à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020 e Portaria n. 379/2020/GR publicada 09/11/2020.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CAMPUS ARARANGUÁ  
CENTRO DE CIÊNCIAS, TECNOLOGIAS E SAÚDE  
CURSO DE FISIOTERAPIA  
PLANO DE ENSINO**

**SEMESTRE 2020.2**

**I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:**

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA	Nº DE HORAS-AULA		TOTAL DE HORAS-AULA
		TEÓRICAS	PRÁTICAS	
DCS 7458	Cinesioterapia	03	03	108

HORÁRIO		MÓDULO
TURMAS TEÓRICAS	TURMAS PRÁTICAS	Não presencial até Fase Pandêmica 2, de acordo com Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020 e Portaria n. 379/2020/GR publicada 09/11/2020
05654 – 4.0910.3 Distribuídas em atividades síncronas e assíncronas	05654 - 2.0820-2 05654B- 2.1010-1 05654A - 2.1100-1-1e/ou Fase Pandêmica 2	

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

Profa. Dra. Heloyse Uliam Kuriki  
Profa. Dra. Ana Elisa Speck Aguiar

**III. PRÉ-REQUISITO(S)**

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
DCS7404	Bases, métodos e técnicas de avaliação
DCS7419	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, alongamentos, propriocepção, fortalecimento.

## 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

- classificação dos exercícios
- adaptações dos sistemas frente aos exercícios
- amplitude de movimento
- alongamento
- fortalecimento
- propriocepção
- pliometria
- equilíbrio
- exercícios aplicados para os diferentes segmentos

## IX. METODOLOGIA DE ENSINO / DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA

Atividades assíncronas utilizando AVEA-ambiente virtual de ensino e aprendizagem via Moodle. Serão disponibilizadas atividades no Moodle.

Para realizar as atividades síncronas serão utilizadas as plataformas o BigBlueButton do Moodle, na impossibilidade ou travamento do sistema será substituído pelo Meet, JTSI, RNP ou Zoom.

O conteúdo teórico será ministrado por meio de webconferência síncrona e atividades assíncronas: disponibilização de material pelo professor, indicação de leitura de referencial teórico e realização de atividades no ambiente virtual (Moodle).

As atividades práticas adaptadas para o ensino remoto deverão ser gravadas e disponibilizadas por meio de ferramentas digitais.

## X. METODOLOGIA E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

- A 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 atividade, 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 (MP) e a nota obtida na nova avaliação (REC). (Art. 70 e 71 da Res. nº 17/CUn/1997).

$$NF = (MP+REC)/2$$

- 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)

- **Avaliações**

Avaliação 1: peso 1 (corresponde à prova 1 (nota 10,0))

Avaliação 2: peso 1 (corresponde à prova 2 (nota 10,0))

Avaliação 3: peso 1 (corresponde à prova 3 (5,0) + apresentação de trabalho (4,0) + participação nas aulas práticas e execução de trabalho (1,0), nota 10,0)

- **Frequências**

Identificação do controle de frequência das atividades. Para o controle de frequência presencial deverá haver lista de chamada. Nos momentos a distância a participação e a postagem das atividades serão computadas na frequência do aluno.

**Obs: Se detectado plágio em qualquer atividade será atribuída nota zero.**

**Observações:**

**Avaliação de segunda chamada:**

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 chefia de departamento dentro do prazo de 3 dias úteis apresentando comprovação.

**Horário de atendimento ao aluno:** segunda-feira das 11:00 as 11:30 hrs,\; sexta-feira das 14:00 as 15:00 hr. Obs: deverá ser realizado agendamento prévio por e-mail.

**Observações:**

1) Em caso de manutenção da realização das atividades práticas apenas quando do retorno presencial e isso ultrapassar a finalização do semestre, os alunos receberão menção “P” na disciplina conforme previsto na Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020”.

2) A utilização indevida da imagem de professores e colegas é considerada crime previsto na constituição. Sendo assim, não é permitido compartilhar e/ou gravar imagens e falas dos docentes e discentes. Além disso, não deve ser compartilhado ou publicado materiais que sejam de propriedade intelectual do professor sem prévia autorização.

3) Em caso de ausência do professor para participação em evento científico, a carga horária e o conteúdo da disciplina serão repostos conforme acordado com os alunos previamente.

<b>XI. CRONOGRAMA TEÓRICO</b>				
<b>Semana</b>	<b>Datas</b>	<b>Assunto</b>	<b>Carga horária síncrona</b>	<b>Carga horária assíncrona</b>
1ª	01/02 a 05/02/21	Apresentação da disciplina e conteúdo programático/ Introdução à Cinesioterapia	2h	4h

2ª	08/02 a 12/02/21	Plasticidade Muscular - Classificação muscular	2h	4h
3ª	15/02 a 19/02/21	Feriado/ Aula teórica Mecanoterapia	2h	4h
4ª	22/02 a 26/02/21	Tipos de Exercício - teoria e prática/ Amplitude de movimento - teoria	2h	4h
5ª	01/03 a 05/03/21	Amplitude de Movimento - prática/ <b>PROVA 1</b>	4h	2h
6ª	08/03 a 12/03/21	Exercícios resistidos - teoria/ Exercícios resistidos - prática	4h	2h
7ª	15/03 a 19/03/21	Exercícios aeróbicos - teoria/ Exercícios aeróbicos - prática	2h	4h
8ª	22/03 a 26/03/21	Propriocepção e Pliometria - teoria/ Propriocepção e Pliometria - <b>prática a ser ministrada na fase 2 (03 horas)</b>	1h	2h
9ª	29/03 a 02/04/21	Método Pilates - teoria Método Pilates MAT e BOLA- <b>prática a ser ministrada na fase 2 (04 horas)</b>	1h	1h
10ª	05/04 a 09/04/21	<b>PROVA 2/ Método Pilates APARELHOS- prática a ser ministrada na fase 2 (04 horas)</b>	2h	0h
11ª	12/04 a 16/04/21	Fisioterapia baseada em evidência - Cinesioterapia aplicada aos membros superiores: PBE/ Cinesioterapia aplicada ao ombro: prática com apresentação de trabalho	2h	4h
12ª	19/04 a 23/04/21	Cinesioterapia aplicada ao cotovelo, punho e mão: prática com apresentação de trabalho/ Feriado	2h	4h
13ª	26/04 a 30/04/21	Cinesioterapia aplicada aos membros inferiores: PBE/ Cinesioterapia aplicada ao quadril: prática com apresentação de trabalho	2h	4h
14ª	03/05 a 07/05/21	Cinesioterapia aplicada ao joelho: prática com apresentação de trabalho/ Cinesioterapia aplicada ao tornozelo e pé: prática com apresentação de trabalho	4h	2h
15ª	10/05 a 14/05/21	Cinesioterapia aplicada à coluna: prática com apresentação de trabalho/ <b>Prova 03</b>	6h	0h
16ª	17/05 a 21/05/21	<b>Nova Avaliação / Recuperação/Divulgação de notas</b> Alunos receberão menção P devido a necessidade de realização de aulas práticas presenciais na Fase 2. <b>Horas restantes para serem realizadas na Fase 2: 11 h/aula</b>	6h	0h

## **XII. Feriados previstos para o semestre 2020.1**

### **DATA**

- 15/02/2021 – Ponto Facultativo
- 16/02/2021– Carnaval
- 02/04/2021 – Sexta feira Santa
- 03/04/2021 – Aniversário da Cidade (Campus de Araranguá)
- 21/04/2021 - Tiradentes
- 01/05/2021 – Dia do Trabalho
- 04/05/2021 – Dia da Padroeira da Cidade (Campus de Araranguá)

## **XIII. BIBLIOGRAFIA PARA O PERÍODO DE ATIVIDADES NÃO PRESENCIAIS**

### **Bibliografia Básica**

1. KISNER, C. COLBY, L.A. Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas. 5. ed. Barueri: Manole, 2009.
2. GAINO, M.R.C.; MOREIRA, R.T. Manual prático de cinesioterapia: terapia pelo movimento. São Paulo: Roca, 2010.
3. SILVA, R.D.; CAMPOS, V.C. Cinesioterapia: fundamentos teóricos para prática. Belo Horizonte: COOPMED, 2006.

### **XIV. BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

1. NEUMMAN, D.A. Cinesiologia do aparelho músculo-esquelético. 2d. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.
2. KENDALL, H.O. Músculos Provas e Funções. Barueri: Manole, 2007.
3. KENNEY, L; WILMORE, JH; COSTILL, DL. Fisiologia do Esporte e do Exercício. 5. ed. Barueri: Manole, 2013.
4. KAPANDJI, I. A. Fisiologia articular: esquemas comentados de mecânica humana. São Paulo: Ed. Medica Panamericana. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.5.
5. POWERS, S.K.; HOWLEY, E.T. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento físico e ao desempenho. 6. ed. Barueri: Manole, 2009.

Outras bibliografias poderão ser sugeridas pelo professor ao longo do semestre.

Profa. Heloyse Uliam Kuriki

Profa. Ana Elisa Speck Aguiar

Aprovado na Reunião do Colegiado do Curso 18/12/2020

Coordenadora do curso de Fisioterapia