

	COORDENADORIA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA					
	PLANO DE ENSINO					
Código EFI0023	Unidade Curricular: Anatomia de Superfície e Palpatória		Ano/semestre: 2026/1		Currículo: 2018	
Docentes (qualificação e situação funcional): Alvaro César de Oliveira Penoni - (D.Sc. Adjunto 2)			Unidade Acadêmica: DCEFS			
Pré-requisito: Anatomofisiologia III			Co requisito: não se aplica			
C.H. Total: 33h	C.H. Teórica: 8h	C. H. Prática: 25h	Carga horária remota: não se aplica	Não se aplica	Grau	Bacharelado
Tipo de oferecimento: EDP (Educação Presencial)			Turno: Integral			
EMENTA						
Os diferentes tipos de toque; revisão anatômica musculoesquelética de membro superior e identificação das estruturas palpáveis; revisão anatômica musculoesquelética de cintura escapular e tronco e identificação das estruturas palpáveis; revisão anatômica musculoesquelética de membro inferior e identificação das estruturas palpáveis.						
OBJETIVOS						
Identificar marcos anatômicos e estruturas - O objetivo primordial é capacitar o aluno a localizar, por meio da inspeção visual e da palpação, as estruturas ósseas, musculares, tendíneas e ligamentares. Isso é vital para que o futuro profissional saiba exatamente qual estrutura está sendo solicitada em um exercício ou onde aplicar um estímulo. Promover fundamentação para avaliação física e antropometria - Para realizar uma avaliação física precisa, o profissional precisa encontrar pontos de referência específicos (como o acrômio, a crista ilíaca ou o epicôndilo do úmero) para medir dobras cutâneas, perímetros e realizar a avaliação postural. A disciplina garante que essas medidas sejam reprodutíveis e precisas. Promover a otimização da prescrição e execução de exercícios - Ao entender a anatomia "ao vivo", o bacharel consegue realizar uma análise biomecânica muito mais assertiva; Estudar formas de segurança e prevenção de lesões - Capacitar o aluno a reconhecer a normalidade das estruturas e identificar possíveis sinais de alerta (como edemas, pontos gatilho ou desalinhamentos articulares). Isso permite que o profissional de Educação Física atue com segurança, saiba quando adaptar um treino e quando encaminhar o cliente a um fisioterapeuta ou médico.						
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E CRONOGRAMA						
Data da aula	Nº da aula	Atividade prevista			Professor(a)	
11/março	1	Apresentação da disciplina e do plano de ensino; apresentação da metodologia de avaliação. O toque: diferenças nas formas de tocar.			Álvaro Penoni	

18/março	2	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos do membro superior. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
25/março	3	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos do membro superior. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
19/março	4	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos do membro superior. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
1/abril	5	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos do membro superior. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
8/abril	6	Prova prática - Membro superior	Álvaro Penoni
15/abril	7	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos da cintura escapular, cintura pélvica e tronco. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
22/abril	8	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos da cintura escapular, cintura pélvica e tronco. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
29/abril	9	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos da cintura escapular, cintura pélvica e tronco. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
6/maio	10	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos da cintura escapular, cintura pélvica e tronco. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
13/maio	11	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos da cintura escapular, cintura pélvica e tronco. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
20/maio	12	Prova prática - cintura escapular, cintura pélvica e tronco.	Álvaro Penoni
27/maio	13	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos do membro superior. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni
3/junho	14	Revisão anatômica: osteologia, miologia, juntas, vasos e nervos do membro superior. Prática: localização e palpação das estruturas anatômicas	Álvaro Penoni

10/junho	15	Anatomia de superfície e palpatória na avaliação funcional	Álvaro Penoni
17/junho	16	Anatomia de superfície e palpatória na avaliação funcional	Álvaro Penoni
24/junho	17	Anatomia de superfície e palpatória na avaliação funcional	Álvaro Penoni
1/julho	18	Testes especiais com base na anatomia de superfície e palpatória	Álvaro Penoni
8/julho	19	Testes especiais com base na anatomia de superfície e palpatória	Álvaro Penoni
9/julho	20	Testes especiais com base na anatomia de superfície e palpatória	Álvaro Penoni
15/julho	21	Prova substitutiva	Álvaro Penoni

METODOLOGIA DE ENSINO

Aulas teóricas, dialogadas, abordando os temas específicos do conteúdo programático, utilizando de recursos tecnológicos de áudio e vídeo, além de videoaulas e palestras com profissionais que atuam no atletismo.

Aulas práticas com vivências e análises de movimentos utilizando bases fisiológicas anatômicas e biomecânicas, além de recursos tecnológicos de filmagem e *software* de análise de movimentos (Kinovea).

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO E FREQUÊNCIA

Avaliações teóricas (AP): 03 avaliações práticas de 3,0 pontos cada;
Atividades práticas (AtP) durante as aulas: 1,0 ponto

Desta forma o conceito final será atribuído por meio da equação:

$$NF = AP + AtP$$

Em que:

AP: Avaliações práticas

AtP: Atividades práticas nas aulas

NF: nota final

Em cumprimento ao art. 15 da Resolução nº 022, de 06 de outubro de 2021, o discente que não alcançar nota suficiente para aprovação após somadas as atividades avaliativas, terá direito de realizar uma prova substitutiva da nota de menor valor, com conteúdo programático do semestre todo.

Em cumprimento às resoluções em vigência será considerado reprovado o discente que não alcançar média final maior ou igual a 6,0 e/ou obtiver mais que 18 ausências nas aulas determinadas pelo calendário divulgado pela COEFI.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA (ordem decrescente de ano de publicação)

TIXA, Serge. Atlas de anatomia palpatória, v. 1: pescoço, tronco, membro superior. 2. ed. Barueri: Manole, 2009
TIXA, Serge. Atlas de anatomia palpatória, v. 1: membro inferior. 2. ed. Barueri: Manole, 2009
KENDALL, Florence Peterson, McCREARY, Elizabeth Kendall, PROVANCE, Patricia Geise. Músculos: provas e funções. 4. ed. São Paulo: Manole, 2006 - Recurso online

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR (ordem decrescente de ano de publicação)

MIRANDA, E. Bases de anatomia e cinesiologia. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.
 _____. Anatomia e Cinesiologia. 4. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.
 HOUGLUM, P. A., BERTOTI, D. B. Cinesiologia Clínica de Brunnstrom; 6ed; Ed Manole, 2014 - Recurso online
 ENOKA, Roger M. Bases neuromecânicas da cinesiologia. 2 ed. São Paulo: Manole, 2000. 450 p.
 KAPANDJI, A. I. Fisiologia articular: esquemas comentados de mecânica humana. 5 ed. São Paulo: Medica
 Panamericana, 2000. v. 1. [s.p.]
 MAGEE, David J. Avaliação musculoesquelética. 5.ed. Barueri: Manole, 2010
 HALL, S. J.; TARANTO, G. (Trad.). Biomecânica básica. 4ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
 Sahrman, Shirley. Diagnóstico e tratamento das síndromes de disfunção dos movimentos. São Paulo: Santos,
 2009.

Aprovado pelo Colegiado em 2026/1

Documento assinado digitalmente
 **ALVARO CESAR DE OLIVEIRA PENONI**
 Data: 05/02/2026 15:00:09-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Assinatura digital do docente responsável pela unidade
 curricular.

Documento assinado digitalmente
 **DIEGO DE SOUSA MENDES**
 Data: 09/02/2026 11:20:30-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Assinatura digital
 Coordenador do Curso