

		COORDENADORIA DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA		
		PLANO DE ENSINO		
Código EF03618047	Unidade Curricular: Lesões do Aparelho Locomotor e Reabilitação		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: não se aplica			Co requisito: não se aplica	
C.H. Total: 36h	C.H. Teórica: 20h	C. H. Prática: 16h	Carga horária remota: não se aplica	Não se Grau Bacharelado aplica
Tipo de oferecimento: EDP (Educação Presencial)			Turno: Integral	
EMENTA				
Compreensão da fisiopatologia das doenças e lesões do aparelho locomotor; principais testes propedêuticos de avaliação das lesões e as intervenções terapêuticas essenciais em cada uma; principais técnicas de reabilitação esportiva na academia e nas clínicas terapêuticas.				
OBJETIVOS				
Compreender a fisiopatologia das doenças e lesões musculoesqueléticas da coluna vertebral, membros superiores e membros inferiores;				
Realizar a propedêutica das principais doenças e lesões musculoesqueléticas da coluna vertebral, dos membros superiores e inferiores;				
Compreender as principais técnicas de tratamento das principais lesões do aparelho locomotor e discutir o papel do Professor de Educação Física.				
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO E CRONOGRAMA				
Data da aula		Atividade prevista		Professor(a)
10/março/mar	1	Definição de conceitos em Ginástica Especial Corretiva, Educação Física e Saúde Relação entre movimento humano, as lesões musculoesqueléticas, os desvios posturais e o papel do Profissional de Atividade Física		Álvaro Penoni
17/março	3	Lesão dos tecidos moles- características gerais Conceitos das lesões musculoesqueléticas		Álvaro Penoni

24/março	4	Evolução das lesões musculoesqueléticas – fases de inflamação e reparo tecidual	Álvaro Penoni
31/março	5	Discussão sobre o tratamento imediato pós-lesão de tecidos moles	Álvaro Penoni
7/abril	6	Discussão sobre o conceito e evolução do tratamento das lesões musculoesqueléticas – relação entre tratamento e profissional de educação física	Álvaro Penoni
14/abril	7	Prova teórica I	Álvaro Penoni
28/abril	8	A postura humana Equilíbrio estático / equilíbrio dinâmico da postura	Álvaro Penoni
5/maio	9	Causas da má postura	Álvaro Penoni
12/maio	10	Desvios posturais mais comuns – estudo biomecânico dos desvios posturais	Álvaro Penoni
19/maio	11	Desvios posturais mais comuns – estudo biomecânico dos desvios posturais	Álvaro Penoni
26/maio	12	Avaliação postural - Prática	Álvaro Penoni
2/junho	13	Avaliação postural - Prática	Álvaro Penoni
9/junho	14	Prova teórica II	Álvaro Penoni
16/junho	15	Prova substitutiva	Álvaro Penoni
23/junho	16	Entrega de trabalho sobre ergonomia	
30/junho	17	Prova substitutiva	
7/julho	18	Encerramento do diário e entrega das notas finais	

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 na área.

Aulas práticas com vivências e análises com o uso de recursos tecnológicos de filmagem e *software* de análise de movimentos (Kinovea).

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO E FREQUÊNCIA

Avaliações teóricas (AT): 02 avaliações dissertativas de 3,0 pontos cada;

Avaliação prática (AP): 01 avaliação prática com valor de 2,0 pontos;

Trabalhos (TB): 02 trabalhos com valor de 1,0 ponto cada

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

$$NF = AT + AP + TB$$

Em que:

AT: avaliações teóricas

AP: atividades práticas

TB: trabalhos

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)

MAGEE, David J. **Avaliação musculoesquelética**. 5.ed. Barueri: Manole, 2010 1224 p. ISBN 9788520428078.

HOPPENFELD, Stanley. **Propedêutica ortopédica: coluna e extremidades**. São Paulo: Atheneu, 2008 276 p.

PALLMER, LM.; EPLLER, ME. QUADRIILL: IIN: PALLMER, LM.; EPLLER, ME. Fundamentos das Técnicas de Avaliação Musculoesquelética. 2 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2000. p.250-274.

HOUGLUM, Peggy A. **Exercícios terapêuticos para lesões musculoesqueléticas**. 3. São Paulo Manole 2015 1 recurso online ISBN 9788520448700.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR (ordem decrescente de ano de publicação)

KENDALL, Florence Peterson, McCREARY, Elizabeth Kendall, PROVANCE, Patricia Geise. **Músculos: provas e funções**. 4. ed. Sao Paulo: Manole, 2006.

MEIRELLES, M. E. A. Atividade física na 3ª idade. Rio de Janeiro: Sprint, 3ª ed., 2000

VAISBERG, M.; ROSA, Luis Fernando B. P. C.; MELLO, Marcos Túlio de. O exercício como terapia na prática médica. São Paulo: artmed, 2005.

KISNER, Carolyn; COLBY, Lynn Allen. **Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas**. 3 ed. São Paulo: Manole 1998 746 p

BRODY, Lori Thein. **Exercício terapêutico**. 4. Rio de Janeiro Guanabara Koogan 2019 1 recurso online ISBN 9788527734905.

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*