

PLANO DE ENSINO		
Vigência do Plano	Semestre	Nome do Componente Curricular
2021.2	2º	LABORATÓRIO DE MOVIMENTO I
Carga Horária Semestral		Núcleo/Módulo/Eixo
54		EIXO III: FISIOTERAPIA - BASES E PRÁTICAS
Componentes Correlacionados		
Docente		
SANDRA PORCIUNCULA MENDEZ		
Ementa		
Prática vivencial que propõe experiências de conhecimento e percepção do corpo e do movimento humano numa reflexão sobre o cuidar-se e o cuidar do outro.		

## COMPETÊNCIA

### Conhecimentos

- Compreender o sujeito como ser indissociável nas dimensões biológica, psicológica e social;
- Conhecer a si próprio como estratégia de aprendizado do movimento humano;
- Identificar e reconhecer principais referências anatômicas palpáveis;
- Relacionar aprendizado em sala de aula à vida diária.

### Habilidades

- Desenvolver o autoconhecimento;
- Sentir, perceber e conhecer a própria estrutura corporal;
- Ampliar expressão corporal e repertório de movimentos;
- Ampliar percepção visual e cinestésica;
- Desenvolver atenção e concentração;
- Desenvolver manualidade.

### Atitudes

- Ser um agente de promoção a saúde e qualidade de vida;
- Desenvolver capacidade crítica, reflexiva e criativa;
- Perceber a importância da ética no exercício profissional;
- Sensibilizar-se para necessidade do autocuidado;
- Sensibilizar-se para observação e contato com o outro;
- Sensibilizar-se para a escuta qualificada, a humanização e a comunicação efetiva;
- Desenvolver autoconfiança;
- Refletir sobre papéis: terapeuta e paciente.

### Conteúdo Programático

- Promoção da saúde e qualidade de vida;
- Postura corporal: alinhamento, tônus muscular e tônus postural;
- Imagem e esquema corporal
- Comunicação verbal e não verbal;
- Toque instrumental, toque expressivo e toque terapêutico
- Respiração;
- Anatomia palpatória;
- Esqueleto ósseo: principais referências ósseas palpáveis;
- Principais músculos e movimentos dos membros inferiores, cintura pélvica, tronco, cintura escapular e membros superiores;
- O acadêmico de fisioterapia e o autocuidado

### Métodos e Técnicas de Aprendizagem

- Auto-observação e observação do colega;
- Atividades semanais no AVA (Ambiente Virtual de Aprendizagem);
- Prática de exercícios em grupo;
- Manuseio de peças ósseas sintéticas, autopalpação e palpação do colega;
- Leitura e discussão de artigos;

### Critérios e Instrumento de Avaliação - Datas

#### 1ª Unidade

Data	Atividade	Valor	
	Portfólio 1ª unidade	4,0	
	Atividades AVA	2,0	
28.09	Seminário	4,0	
	Total		10,0
26.03	Seminário	4,0	
TOTAL	10,0		

#### 2ª Unidade

Data	Atividade	Valor	
	Portfólio 2ª unidade	4,0	
	Atividades AVA	2,0	
07.12	Seminário	4,0	
TOTAL	10,0		

#### 3ª Unidade

Data	Atividade	Valor	
	Portfólio 3ª unidade	3,0	
18.06	Prova prática	7,0	
TOTAL	10,0		

### Recursos

- Peças anatômicas sintéticas;
- Materiais como: bolas, bastões, rolos e pranchas de equilíbrio;
  - Lápis de pintura corporal;
  - Artigos científicos.

### Referências Básicas

- BERTAZZO, Ivaldo. Corpo vivo: reeducação do movimento. São Paulo: SESC, 2015.
- JUNQUEIRA, Lília. Anatomia palpatória e seus aspectos clínicos. 1 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.
- NETTER, Frank H.. Netter atlas de anatomia humana. 6 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2015. E-book.



### **Referências Complementares**

- BERTAZZO, Ivaldo. Cérebro ativo: reeducação do movimento São Paulo: Manole Editora Ltda, 2012.
- BERTAZZO, Ivaldo. Gesto orientado: reeducação do movimento São Paulo: SESC, 2014.
- CAEL, Christy. Anatomia palpatória e funcional São Paulo: Manole Editora Ltda, 2013.
- SANTOS, Angela. Postura corporal: um guia para todos. 3 ed. São Paulo: Summus Editora Ltda, 2005.
- VISHNIVETZ, Berta. Eutonia: educação do corpo para o ser. 1 ed. SÃO-PAULO: Summus Editora Ltda, 1995.