

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 e à Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020.



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

SEMESTRE 2020.1

I. IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA:

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

HORÁRIO		MÓDULO
TURMAS TEÓRICAS	TURMAS PRÁTICAS	Não presencial até a Fase Pandêmica 2, de acordo com Resolução 140/2020/CUn, de 24 de julho de 2020
05654 – 2.0820-2 05654 – 4.0910-1 Distribuídas em atividades síncronas e assíncronas	05654 – 2.1010-1 (turma A e B) 05654 – 2.1100-2 (turmas A e B juntas) Fase Pandêmica 2 – 54 horas	

II. PROFESSORA MINISTRANTE

Professor substituto a ser contratado

III. PRÉ-REQUISITO(S)

CÓDIGO	NOME DA DISCIPLINA
ARA7404 ou DCS7404 ARA7419 ou DCS7419	Bases, métodos e técnicas de avaliação Cinesiologia II

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

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

Objetivo Geral:

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

Ensino Remoto Emergencial com atividades 100% remotas.

A metodologia de ensino que será adotada na disciplina será a sala de aula invertida com atividades assíncronas - principalmente - e também síncronas. Essa metodologia será adotada em função de os conteúdos estarem disponíveis para os estudantes explorarem conforme consigam se organizar para isso, bem como os encontros virtuais serem otimizados. Ao contrário do modelo que tradicionalmente vem sendo adotado nas aulas presenciais da disciplina, nas quais a professora explica a matéria para que depois os alunos estudem em casa, na sala de aula invertida os estudantes fazem a internalização dos conceitos essenciais antes do encontro virtual – que corresponde à atividade síncrona. No encontro virtual, espera-se que a turma discuta os conhecimentos adquiridos no estudo autônomo assíncrono, e sejam tiradas dúvidas, com a ajuda e orientação da professora. Portanto, espera-se proporcionar um maior aproveitamento do tempo do encontro e um aprofundamento na abordagem do conteúdo, comparado ao modelo tradicional.

Para que isso ocorra, deverá haver um comprometimento do estudante em explorar o material disponibilizado no ambiente virtual de aprendizagem (Moodle) antes da atividade síncrona. Os conteúdos serão disponibilizados por tópico, que deverá ser trabalhado na semana pelo estudante. Recomenda-se fortemente que o estudante se organize para ter um horário semanal fixo para se dedicar à disciplina (preferencialmente o mesmo horário toda a semana). Indica-se que o estudante separe a exploração do conteúdo e o desenvolvimento das atividades propostas em dois períodos de 1 hora por semana cada. Assim, é mais provável que consiga desempenhar as tarefas com a atenção necessária.

Para estimular o engajamento do estudante no estudo da matéria, foram propostas tarefas de aprendizado que deverão ser cumpridas, pois farão parte da nota. Os estudantes deverão realizar as seguintes atividades em cada tópico semanal:

1) Ler e assistir os materiais disponibilizados para estudo autônomo, já realizando anotações para a produção da atividade de fixação e os exercícios:

- slides – arquivo em PDF que contém a matéria de forma esquemática,

- vídeo resumo – vídeo que contém os aspectos principais da matéria,
- conteúdo do livro – páginas selecionadas da matéria no livro disponibilizado,
- para saber mais – vídeo da web com mais informações sobre a matéria.

Prevê-se que essa exploração terá duração de 30 min.

2) Produzir uma atividade para fixação estabelecida para a semana: mapa conceitual, representação esquemática, resumo, desenho - pode ser à mão ou ainda digital - para enviar a foto ou o arquivo a cada semana (nas primeiras semanas será disponibilizado um modelo para poderem se embasar – essa atividade fará parte da avaliação do aprendizado na disciplina.

Prevê-se que essa atividade terá duração de 20 min.

3) Fazer os exercícios de múltipla-escolha – essa atividade fará parte da avaliação do aprendizado na disciplina.

Prevê-se que essa atividade terá duração de 10 min.

4) Assistir o vídeo de aula prática.

Prevê-se que essa atividade terá duração de 10 min.

5) Fórum – semanalmente estará aberto um fórum que terá como objetivo o compartilhamento de experiências.

6) Atividade síncrona – no horário original da disciplina, respeitando a grade de horários curricular, será realizado o encontro na sala de conferência virtual disponibilizada. Os encontros terão duração variada e a metodologia será a sala de aula invertida, já referida. Será estimulado que os estudantes sejam protagonistas no encontro, abordando os principais pontos da matéria, enfatizando suas dúvidas, que serão abordadas pela professora.

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 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). $NF = (MP+REC)/2$
- Ao aluno que não realizar as avaliações ou não apresentar trabalhos no prazo estabelecido será atribuída nota 0 (zero). (Art. 70, § 4º da Res. nº 17/CUn/1997).

● **Frequências**

A identificação do controle de frequência das atividades será através da participação nas atividades.

● **Avaliações**

As atividades avaliativas da disciplina irão contemplar avaliações formativas e somativas. A média final na disciplina será a média simples entre as avaliações formativas e somativas. A média das avaliações formativas será calculada pela soma das avaliações: Prova I (questões no moodle), Prova II (questões no moodle), Prova III (questões no moodle), Prova Prática (aplicada na fase presencial). A média será calculada pela média simples entre todas as avaliações realizadas por meio de questionários no Moodle mais a prova prática.

● **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:**

Terças feiras das 09:00h as 12:00h e sextas feiras das 13:30h as 16:00h com agendamento prévio pelo aluno por meio do e-mail do professor.

Observações:

- Se detectado plágio em qualquer atividade será atribuída nota zero.
 - A utilização indevida da imagem de professores e colegas é considerada crime previsto na constituição. Não é permitido compartilhar e/ou gravar imagens dos docentes e discentes. Não deve ser compartilhado ou publicado materiais que sejam de propriedade intelectual do professor sem prévia autorização.

XI. CRONOGRAMA TEÓRICO				
Semana s	Datas	Assunto	Carga horária síncrona	Carga horária assíncrona
1 ^a	04/03 a 06/03/20	Apresentação da disciplina e conteúdo programático/ Introdução à Cinesioterapia		
2 ^a	09/03 a 13/03/20	Plasticidade Muscular Classificação muscular		
3 ^a	31/08 a 04/09/20	Mecanoterapia e Tipos de Exercício / Amplitude de Movimento Exercícios resistidos / Exercícios aeróbicos	Encontro virtual 3h	Atividade de fixação I Exercício I 3h
4 ^a	07/09 a 11/09/20	Feriado Propriocepção e Pliometria / Estabilização segmentar	Encontro virtual 2h	Atividade de fixação II Exercício II 4h
5 ^a	14/09 a 18/09/20	Prescrição de exercícios/ Cinesioterapia aplicada à postura Prova I e revisão da prova I	Encontro virtual 2h Prova I 2h	Atividade de fixação IV Exercício IV 2h -
6 ^a	21/09 a 25/09/20	Método Pilates / Exercícios com bola e MAT Prova II	Encontro virtual 2h Prova II 2h	Atividade de fixação IV Exercício IV 2h -
7 ^a	28/09 a 02/10/20	Cinesioterapia aplicada ao ombro e cotovelo / Cinesioterapia aplicada ao punho e mão Cinesioterapia aplicada ao quadril e joelho	Encontro virtual 2h	Atividade de fixação V Exercício V 4h
8 ^a	05/10 a 09/10/20	Cinesioterapia aplicada ao tornozelo e pé Prova III e revisão da prova III	Encontro virtual 2h	Atividade de fixação V Exercício V 2h
9 ^a	12/10 a 16/10/20	Feriado Prática	Presencial 6h	-
10 ^a	19/10 a 23/10/20	Prática	Presencial 6h	-
11 ^a	26/10 a 30/10/20	Prática	Presencial 6h	-
12 ^a	02/11 a 06/11/20	Prática	Presencial 6h	-
13 ^a	09/11 a 13/11/20	Prática	Presencial 6h	-
14 ^a	16/11 a 20/11/20	Prática	Presencial 6h	-
15 ^a	23/11 a 27/11/20	Prática	Presencial 6h	-
16 ^a	30/11 a	Prática	Presencial 6h	-

	04/12/20			
17ª	07/12 a 11/12/20	Prática Prova Prática	Presencial 6h	-
18ª	14/12 a 18/12/20	Prova Substitutiva / Prova de Recuperação / Fechamento e Divulgação das notas	Enc virtual 1h	Prova 3h

XII. Feriados previstos para o semestre 2020.1

DATA

07/09/20 – Independência do Brasil
12/10/20 – Nossa Senhora Aparecida
28/10/20 – Dia do Servidor Público (Lei nº 8.112 – art. 236)
02/11/20 – Finados
15/11/20 – Proclamação da República

XIII. BIBLIOGRAFIA PARA O PERÍODO DE ATIVIDADES NÃO PRESENCIAIS

- Fisiologia humana: das células aos sistemas / Lauralee Sherwood. São Paulo: Cengage Learning, 2011. Disponível em: <https://cengagebrasil.vstbridge.com/>. Após concluir o cadastro, informe uma das seguintes chave de acesso: 8823080789, 8040337980, 4268045682 ou 8622827516.
- Fundamentos de anatomia e fisiologia / Donald C. Rizzo. São Paulo: Cengage Learning, 2012. Disponível em: <https://cengagebrasil.vstbridge.com/>. Após concluir o cadastro, informe uma das seguintes chave de acesso: 8823080789, 8040337980, 4268045682 ou 8622827516.
- Artigos científicos e partes de capítulos de livros serão ofertados aos alunos no decorrer da disciplina. Os artigos serão disponibilizados através da plataforma Moodle. Todo o material será enviado pelo professor (a) responsável pela disciplina no formato digital.

Plano de ensino aprovado na reunião de colegiado de curso no dia 17/08/2020

Profa. Gisele Agustini Lovatel

Coordenadora do curso de fisioterapia