

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE  
CENTRO REGIONAL BARILOCHE

1. ASIGNATURA: Análisis del Movimiento y Elementos de Física.

2. CARRERA: Profesorado de Educación Física.

3. PLAN DE ESTUDIO: Número 1083/94 Modificación 215/95 3er Año.

4. CARGA HORARIA: Dos horas semanales.

5. DEPARTAMENTO: Area Educación Física.

6. EQUIPO DE CATEDRA: Profesor Alejandro Pedreira.

7. OBJETIVOS DE LA ASIGNATURA:

- a. Que los alumnos logren reconocer a simple vista las articulaciones, planos, ejes, nombres del movimiento articular, grupos musculares intervinientes, tipos de contracción y género de palanca en un ejercicio determinado.
- b. Analizar en una estructuración gruesa los gestos técnicos deportivos y a partir de ahí, armar metodologías para la enseñanza y correcciones de los mismos.
- c. Lograr la transferencia de esta asignatura a actividades escolares formativas, correctivas, preventivas de la vida diaria; como así también interpretación de recetas kinesiológicas y traumatológicas.

8. PROGRAMA SINTETICO:

- a. Repaso de Anatomía.
- b. Análisis de los Movimientos Articulares y Músculos de todo el cuerpo.
- c. Análisis de gestos Técnicos Deportivos.
- d. Educación Sanitaria.

9. PROGRAMA ANALITICO:

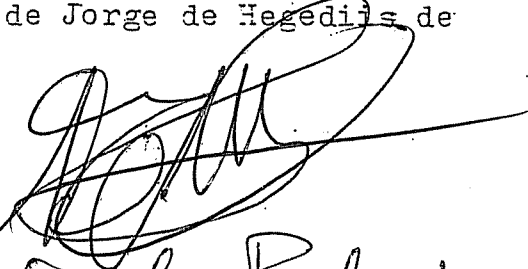
- a. Revisión Anatómica: Huesos, articulaciones, ligamentos, músculos, tendones, movimientos, planimetría, palancas, centro de gravedad y equilibrio.
- b. Trabajos Prácticos: Planilla de músculos y Planilla de movimiento de todo el cuerpo.
- c. Análisis de movimientos cotidianos, de Educación Física Escolar,

de ejercicios de entrenamiento, de gestos técnicos deportivos, / en todas las articulaciones del cuerpo.

- d. Armado de metodologías y correcciones de gestos técnicos deportivos.
- e. Mecánica de la respiración, kinesiología de la postura.
- f. Análisis del movimiento aplicado a la Educación Física Escolar.
- g. Biomecánica: Movimientos correctos e incorrectos. Microtraumatismos. Ejercicios para mejorar la salud. Músculos antagonistas, tono muscular y elaboración de programas de ejercicios equilibrados.
- h. Educación Sanitaria: Lesiones típicas, Primeros Auxilios y prevención.

#### 10. BIBLIOGRAFIA:

- Kinesiología y Anatomía Aplicada de Philip J. Rasch y Roger K. Burke Editorial El Ateneo S.A.
- Técnicas de Entrenamiento de Manfred Grosser y August Neumaier de Ediciones Martinez Roca S.A.
- Fisiología del Deporte de Edward L. Fox Editorial Médica Panamericana.
- La Ciencia del Entrenamiento Deportivo de Jorge de Hegedus de Editorial Stadium.

  
Prof. Alejandro Pedreira  
Año 2000

  
Lic. FEDERICO H. PLANAS  
Decano  
Centro Regional Univ. Bariloche

