

**INSTITUTO DE FORMACION DOCENTE EN
EDUCACION FISICA**

FORMOSA

PROYECTO AULICO:

Análisis del movimiento

DISEÑO CURRICULAR PLAN 2009

3° AÑO

CATEDRA: CUATRIMESTRAL CON EXAMEN FINAL.

DOCENTE: Lic. Guillermo Scheidegger

Año 2015

Introducción

Todo movimiento, desde el simple caminar hasta la altamente compleja gimnasia, se basa en determinados principios.

El concepto de movimiento, tiene una importancia diversificada en la vida humana.

En el deporte se caracteriza el movimiento como una modificación espacio – temporal y como acción.

Los conociéndoos biomecánicos y anatómico-funcionales son bases científicas necesarias para un profesor de educación física, entrenador, deportista y estudiante de educación física.

La comprensión y el análisis del movimiento pueden prevenir daños, causados sobre todo en articulaciones y músculos, por técnicas o movimientos incorrectos, empleadas en una practica de educación física o deportiva..

Los ejercicios físicos en general y el deporte en especial poseen un gran valor higiénico y educativo, de modo que la vida moderna ya no es imaginable sin ellos. Por lo tanto, tenemos que adoptar todas las medidas con el fin de prevenir en lo posible los daños para la salud causados por el deporte.

Es por ello que es de fundamental importancia que el alumno de Instituto tenga conocimientos básicos de análisis del movimiento.

Esto será de especial interés y suma utilidad para la actividad profesional de los mismos.

Expectativas de logro

- ❖ Conocer la anatomía y fisiología muscular.
- ❖ Conocer las diferentes formas de movimientos
- ❖ Conocer la perspectiva estructural de los movimientos deportivos
- ❖ Conocer la perspectiva biomecánica de los movimientos deportivos.
- ❖ Analizar en forma global diferentes tipos de movimientos

EJES TEMATICOS:

EJE TEMATICO I

- El movimiento. Significado y definición.
- Motricidad y capacidades deportivo-motrices
- Perspectiva estructural de los movimientos: fases temporales, fases funcionales, secuencias sensomotrices.
- Perspectiva biomecánica del movimiento: generalidades.

EJE TEMATICO II

- Principios biomecánicos
- Métodos de medición biomecánica: generalidades.
- El movimiento deportivo como objeto de estudio.

EJE TEMATICO III

- Perspectiva anatómico funcional: tipos de fibras musculares, palancas, funcionalidad de músculos biarticulares, trabajo muscular estabilizador durante el movimiento.
- Perspectiva global del movimiento.

EVALUACION DE LA TEMATICA:

1. Examen final.
2. Porcentaje de clases dadas (asistencia 75%)
3. Carpeta aprobada (durante el ciclo lectivo sin excepción)
4. Evaluación escrita (con recuperatorio)
5. Elaboración y ejecución de trabajo práctico de integración de la temática.

TEMPORALIZACION: cuatrimestral

3 horas cátedras semanales – 2 horas reloj de clase, 16 clases aproximadamente.

Bibliografía:

- Kinesiología y Anatomía aplicada. Philip Rasch – Roger Burke El ateneo.
- El movimiento deportivo. Rosser, Hermann Tusker, Zintl. Martinez Roca
- Apuntes del Profesor, Lic. Ricardo Soria 2011
- Forteza de la Rosa, Armando (1994) *Entrenar para ganar. (Metodología para el entrenamiento deportivo)*. Editorial "Olimpia", México. D.F.
- Grosser, M. & Neumaier, A. (1986) *Techniktraining. (Técnicas de Entrenamiento)*. (Traducción: Simon Wolfgang). Editorial Martínez Roca, S.A. (1ra. Edición). España
- Apuntes del Profesor, prof. Dr. Guillermo Scheidegger 2012