



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA



FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA
COLEGIADO DO CURSO DE FISIOTERAPIA

PLANO DE ENSINO – 2026/2

1. IDENTIFICAÇÃO

COMPONENTE CURRICULAR: CINESIOTERAPIA E MECANOTERAPIA				
UNIDADE OFERTANTE: FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA				
CÓDIGO: FAEFI 32501		PERÍODO/SÉRIE: 5		
CARGA HORÁRIA			NATUREZA	
TEÓRICA 60	PRÁTICA 45	TOTAL 105	OBRIGATÓRIA: (X)	OPTATIVA: ()
PROFESSORES: Prof. Dra. Julia Maria dos Santos e Prof. Dra. Lilian Ramiro Felício				ANO/SEMESTRE: 2026/2
OBSERVAÇÕES: Período letivo: 01/09/2026 a 19/12/2026 Disciplina ministrada: Segundas-feiras das 14:00 h às 16:50 h e Terças-feiras das 08:00h às 11:40h. Número de vagas ofertadas: 30				

2. EMENTA

Fundamentação dos exercícios terapêuticos, amplitude de movimento, tipos de exercícios, princípios dos exercícios e técnicas cinesioterapêuticas específicas.

Mecanoterapia: identificação dos equipamentos utilizados para resistir ao movimento e aparelhos utilizados para favorecer o desempenho das atividades de vida diária.

Capacitar o futuro profissional para o entendimento dos exercícios com finalidades terapêuticas, utilizados como recursos nas diferentes patologias, e também possibilitar ao seu executor, compreender seus efeitos fisiológicos. Disciplina de formação profissional técnica, somente voltada à acadêmicos matriculados no curso de Fisioterapia.

3. JUSTIFICATIVA

Esta disciplina introduz os principais conceitos relacionados ao movimento humano e os mecanismos fisiológicos pelos quais ele pode ser restaurado após lesões e/ou condições traumáticas específicas. O conteúdo a ser trabalhado nessa disciplina é fundamental para a profissão de fisioterapeuta, podendo a mesma ser considerada um propulsor da execução técnica pertinente a várias áreas do conhecimento dentro



da Fisioterapia. O conteúdo trabalhado nessa disciplina ainda envolve a discussão de como as intervenções cinesioterapêuticas podem ser realizadas nas condições patológicas do sistema musculoesquelético. Este conteúdo tem a função de iniciar o preparo do aluno para o atendimento a pacientes por meio dos estágios profissionalizantes.

4. OBJETIVO

Objetivo Geral:

Conhecer a cinesioterapia, seus principais métodos e as formas técnicas de administrá-los durante as terapias com a utilização de exercícios físicos e dos recursos de mecanoterapia.

Objetivos Específicos:

- Conhecer a utilização do movimento como forma terapêutica.
- Interrelacionar os conhecimentos das propriedades musculares, da fisiologia da contração muscular e do exercício como um todo, bem como as diversas formas de aplicação do movimento.
- Caracterizar e refletir sobre as técnicas clássicas de cinesioterapia, bem como as técnicas mais atuais, procurando indicar e aplicá-las, tanto do modo terapêutico como do preventivo.
- Propiciar uma visão crítica sobre os assuntos apresentados e discutidos, buscando evidências científicas para nortear sua prática profissional.
- Saber conviver e trabalhar em equipe interdisciplinar/interprofissional, buscando a integralidade do indivíduo na sua vida acadêmica e profissional. Buscar um aprendizado mais ativo.

5. PROGRAMA

Bloco 1:

- Apresentação da Disciplina, Modelo de Reabilitação
- Princípios gerais da biomecânica de tecidos, resposta ao estresse e à imobilização
- Exercícios Terapêuticos de Amplitude de Movimento
- Flexibilidade e Alongamento
- Exercícios Resistidos e Mecanoterapia
- Exercícios para Equilíbrio
- Exercícios para Estabilidade Articular
- Exercícios Pliométricos

Bloco 2:

- Conceitos sobre Prática Baseada em Evidências
- Conceitos da Técnica de Pilates
- Conceitos da Técnica de McKenzie
- Mobilização articular – indicações e contra-indicações - conceitos e técnicas específicas, com ênfase nas técnicas associadas a exercícios ativos
- Conceitos de Mobilização neural



6. METODOLOGIA

Todas as aulas serão ministradas presencialmente de acordo com o cronograma abaixo. As aulas práticas serão ministradas no Ginásio 07- laboratórios de ensino, na clínica de Fisioterapia FAEFI e nas dependências da academia.

Após matrícula e cadastro dos discentes, usando e-mail UFU, todos deverão localizar a disciplina FAEFI 32501 – Cinesioterapia e Mecanoterapia, no Microsoft TEAMS, sendo distribuídos material de leitura complementar e discussões de casos clínicos.

A metodologia será desenvolvida da seguinte forma: aulas expositivas, discussões de casos clínicos com propostas de identificar ferramentas de avaliação e conduta fisioterapêutica.

As atividades estão descritas no cronograma abaixo neste plano de ensino.

A aferição do aproveitamento e da assiduidade nos Componentes Curriculares se dará em acordo com as Normas Gerais da Graduação – UFU (Resolução Congrad n. 46 de 28 de março de 2022).

7. AVALIAÇÃO

A avaliação do conteúdo ministrado ocorrerá de forma individual em quatro oportunidades (nota 1, nota 2, nota 3 e nota 4), com valor total de 100 pontos, contemplando os seguintes itens: Avaliação teórica (com questões objetivas), Avaliação Prática e Trabalho Final. A nota será composta por 2 avaliações teóricas (T1- 25 pontos e T2- 20 pontos, totalizando 45 pontos), Avaliação prática (30 pontos) e Trabalho Final (25 pontos). A nota final será realizada pela soma das avaliações.

Os tipos/modalidades de avaliação a serem desenvolvidas para o acompanhamento e a verificação da aprendizagem estão de acordo com as Normas Gerais da Graduação e com o Projeto Pedagógico do Curso, totalizando 100 pontos e considerada a nota mínima para aproveitamento da disciplina de 60 pontos.

O aluno que não atingir a nota mínima de 60 pontos e possuir frequência mínima de 75% poderá realizar a Avaliação de Recuperação. Essa atividade oportuniza uma nova possibilidade de demonstrar a aprendizagem desenvolvida durante o semestre letivo. Para aprovação na atividade avaliativa, o aluno deverá alcançar 60% da prova, garantindo dessa forma a nota mínima para aproveitamento da disciplina (i.e., 60 pontos).

Gravações e Direitos de Imagem

É **vedada a gravação total ou parcial** das aulas, discussões, apresentações ou quaisquer atividades acadêmicas, presenciais ou virtuais, **sem autorização prévia e expressa das docentes responsáveis**.

O conteúdo ministrado em aula constitui **obra intelectual protegida**, conforme a **Lei nº 9.610/1998 (Lei de Direitos Autorais)**, que assegura ao autor o direito exclusivo de utilização, reprodução e divulgação de sua produção. A gravação, reprodução ou distribuição não autorizada configura **violação de direitos autorais**.

A restrição também se fundamenta na **Lei nº 13.709/2018 (Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais – LGPD)**, que protege a **privacidade e a imagem** de docentes e discentes, impedindo o uso indevido de registros audiovisuais que possam identificá-los.

As gravações poderão ser autorizadas apenas em situações excepcionais, mediante finalidade pedagógica específica e uso restrito ao aluno autorizado, com o devido consentimento do professor.



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA**



O descumprimento desta norma será considerado infração disciplinar, sujeita às penalidades previstas no Regimento Interno e no Código de Ética Discente da Instituição, além das sanções civis e penais cabíveis.

8. BIBLIOGRAFIA

Toda a bibliografia em .pdf será disponibilizada no Microsoft Teams (.pdf).

Básica

Kisner C & Colby L. Exercícios Terapêuticos. São Paulo, Manole, 2005.

Basmajian JL. Terapêutica por exercícios. São Paulo, Manole, 1987.

Marques AP. Cadeias Musculares. São Paulo, Manole, 2000.

Periódicos

www.periodicos.capes.gov.br

www.pubmed.com

CRONOGRAMA 2026/2

Data da Aula	Conteúdo
01/09/2026	Aula teórica - Apresentação da disciplina e conceitos iniciais
07/09/2026	<i>Feriado – Independência</i>
08/09/26	Aula teórica - Conceitos iniciais de Cinesioterapia
14/09/26	Aula teórica – Exercícios de ADM - Conceitos de Exercícios Passivos, Assistidos e Ativos
15/09/26	Aula prática- Exercícios de ADM - Conceitos de Exercícios Passivos, Assistidos e Ativos (Clínica de Fisioterapia)
21/09/26	Aula teórica – Conceitos de Flexibilidade e Exercícios de Alongamento Muscular
22/09/26	Aula prática – Testes de comprimento muscular e Alongamento
22/09/26 – T (das 14:00 às 16:50h)	Reposição de aula de segunda-feira - aula prática – Exercícios de Flexibilidade Muscular/Alongamento
28/09/26	<i>Revisão bloco 1 – parte 1</i>
29/09/26	Aula teórica – Exercícios Resistidos
05/10/26	Aula prática – mecanoterapia (na academia de musculação)
06/10/26	Aula prática – exercícios resistidos (na clínica)
12/10/2026	<i>Feriado – Nossa Senhora Aparecida</i>



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA**



13/10/2026	Aula prática - exercícios resistidos (na clínica)
19/10/26	Aula teórica – Treinamento Sensório-Motor (estabilidade articular; equilíbrio e exercícios pliométricos)
20/10/26	Aula prática – Treinamento sensório-motor
26/10/26	Aula prática – revisão (academia)
27/10/26	<i>Revisão Bloco 1 – parte 2 – prática dirigida</i>
02/11/2026	<i>Feriado - Finados</i>
03/11/26 - M	Avaliação Teórica 1 - BLOCO 1
09/11/26	Aula teórica – Prática baseada em evidências
10/11/26	Aula Teórico-prática- Introdução ao Conceito de exercícios com direções preferenciais
16/11/26	Aula Teórico-prática- Conceitos do método Pilates
17/11/26	Aula Teórica- Conceitos de Mobilização Articular aplicada ao movimento
23/11/26	Aula Prática - Mobilização Articular – Método Maitland/Mulligan – ATM e MMSS
24/11/26	Aula prática – mobilização articular- Maitland/Mulligan – coluna e MMII
30/11/2026	Aula prática de revisão – mobilização articular
01/12/26	Aula teórico-prática Mobilização neural
07/12/26	Avaliação Teórica 2 – BLOCO 2
08/12/26	Avaliação Prática e Entrega do Trabalho Final
14/12/26	Avaliação de Recuperação
15/12/26	Encerramento das Notas

9. APROVAÇÃO

Aprovado em reunião do Colegiado realizada em: ____/____/____

Coordenação do Curso de Graduação em: _____