



Instituto Superior de Educación Física N° 27  
"César S. Vásquez"

## **PROGRAMA DE EXAMEN**

### **PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

### **FAF III - SUBESPACIO: ANÁLISIS DEL MOVIMIENTO**

**DICIEMBRE 2024 - AGOSTO 2025**

**CAMPO DE LA FORMACIÓN: ORIENTADA**

**AÑO DE LA CARRERA EN QUE SE ENCUENTRA: 3° año**

**EQUIPO DOCENTE:**

- Prof. Angelina Buthet

▪ **CONTENIDOS:**

UNIDAD 1:

La biomecánica y el análisis de los movimientos. Conceptos de biomecánica, física y mecánica.

Cinemática: velocidad, aceleración, velocidad angular. Movimientos rectilíneos de velocidad constante; movimientos rectilíneos de aceleración constante.

Cadenas cinéticas.

Cadenas musculares.

Análisis del Movimiento: concepto. Necesidad de aplicación en Educación Física y en los deportes.

UNIDAD 2:

Principios biomecánicos deportivos; análisis de gestos deportivos: saltos, carreras, lanzamientos, y de la vida cotidiana; análisis de los movimientos en las distintas etapas evolutivas.

Principales grupos musculares que intervienen, tipos de contracción que se utiliza en el gesto. Incidencias de la gravedad en el gesto. Relación del gesto con CG y BS. Material y métodos de análisis.

Tipos de entrenamiento: Funcional, inestable, tradicional.

UNIDAD 3:

Postura y pared abdominal. Biomecánica abdominal, su relación con las funciones, su relación con columna lumbar. Pilares de la postura. Dosificación del trabajo abdominal. Cargas de la columna vertebral. Core. Equilibrio lumbo pélvico.

UNIDAD 4:

Miocinética, fascia y aponeurosis. Análisis de las técnicas de flexibilidad. Importancia para la vida diaria y para la actividad física. Flexibilidad en niños, adolescentes, adultos

mayores. Flexibilidad en salas de musculación, fitness y deportes. Entrenamiento de la flexibilidad.

▪ **BIBLIOGRAFÍA:**

- AGUADO JÓDAR, XAVIER. 1993. Eficacia y técnica deportiva. Análisis del movimiento humano. España. Ed. INDE Publicaciones.
- DI SANTO, M. 2011. Amplitud de movimiento. Córdoba, Argentina. Paidotribo.
- FUCCI, S., BENIGNI, M., & FORNASARI, V. 2003. Biomecánica del aparato locomotor aplicada al acondicionamiento muscular. Elsevier.
- IZQUIERDO REDÍN, MIKEL. 2008. Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte .Editorial médica Panamericana.
- KAPANDJI, A. I. 2011. Fisiología articular. Tomo I y II. Ed. Panamericana.
- MÉRI, ALEX. 2005. Fundamentos de fisiología de la actividad física y el deporte. Editorial Médica Panamericana.
- PRENTICE, W. 2001. Técnicas de rehabilitación en la medicina deportiva. Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- REPETTO, A. D. 2000. Bases biomecánicas para el análisis del movimiento humano. Buenos Aires.
- TESTUD, L., & LATARJET, A. 1964. Tratado de anatomía humana. Salvat.
- WILMORE, J. H., & COSTILL, D. L. 2004. Fisiología del esfuerzo y del deporte. Barcelona, España. Paidotribo.
- APUNTES DE CÁTEDRA.

▪ **MODALIDAD DE EXAMEN:**

Se evaluarán los contenidos detallados en el programa de examen final. Se exigirá un 60% de respuestas correctas (nota: 6) para la aprobación de alumnos regulares, semipresenciales y libres. El examen será bajo la modalidad presencial y escrito.

▪ **CRITERIOS DE EVALUACIÓN:**

- Claridad en la explicación de conceptos y articulación de los mismos.
- Interpretación y análisis de gestos deportivos a partir de figuras y esquemas.
- Utilización del vocabulario científico.
- Interpretación y análisis de situaciones.

- **DEVOLUCIÓN DE EXÁMENES:**

Los exámenes no serán devueltos. Finalizada la mesa examinadora, los alumnos podrán acceder a la consulta presencial y lectura del examen, para realizar las aclaraciones de corrección pertinente. Bajo ningún concepto, se podrá realizar ningún registro audiovisual al examen. Finalizada esa instancia, se realizará la devolución de los exámenes al tribunal docente, quienes guardarán por período de 3 años, el examen en el archivo del departamento, tiempo que dura la regularidad del alumno en el espacio. Finalizada la mesa, los docentes no se harán responsables de las libretas que al momento de la entrega, no sean recibidas por sus dueños.

- **OBSERVACIONES:**

En aquellos casos que un estudiante necesite adaptación curricular en el examen, se harán las modificaciones pertinentes que sean informadas por el equipo terapéutico correspondiente, con previo aviso al tribunal examinador.