

#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 54		DISCIPLINA ESTUDO DO MEIO E CIDADANIA
ANO(S)	2.º	
APRENDIZAGENS ESSENCIAIS		<p>Associar os ossos e os músculos à posição, ao movimento e ao equilíbrio, reconhecendo que o seu bom funcionamento implica cuidados específicos (postura e atividade física).</p> <p>Saber colocar questões, levantar hipóteses, fazer inferências, comprovar resultados e saber comunicar, reconhecendo como se constrói o conhecimento.</p> <p>Cidadania Saúde</p>

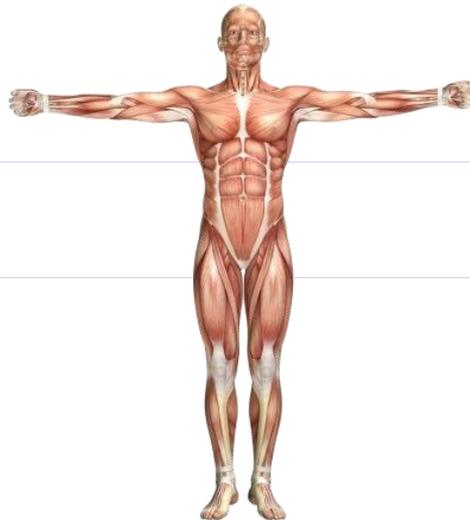
Corpo humano: os ossos.

- Identificar as principais funções dos músculos.
- Reconhecer que os músculos se ligam aos ossos através de tendões.
- Localizar alguns músculos do corpo humano.
- Reconhecer comportamentos a adotar para manter a saúde dos músculos.

Tarefas/ Atividades/ Desafios

O nosso corpo tem mais de...

Assinala com X a resposta correta.



- ...600 músculos.
- ...700 músculos.
- ...800 músculos.

X ciclo/X ano

X ciclo/X ano

2. Onde se localizam os músculos?

Assinala com X a opção correta

- Dentro dos ossos.
- Debaixo da pele.

X ciclo/X ano

X ciclo/X ano

3. Os músculos suportam os ossos e permitem o movimento do corpo.

Pinta a etiqueta que contém a resposta correta.

X ciclo/X ano

X ciclo/X ano

Verdadeiro

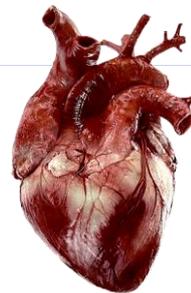
Falso

4. Tipos de músculos

Associa corretamente.

X ciclo/X ano

X ciclo/X ano



Músculo de contração involuntária

Músculo de contração voluntária

5. Para termos músculos saudáveis devemos...

Assinala com X as opções verdadeiras.

X ciclo/X ano

X ciclo/X ano

...praticar exercício físico.

...ter uma alimentação rica em gorduras e açúcares.

...descansar para permitir que os músculos recuperem.