

**3ª
SÉRIE**

CANAL SEDUC-PI3



PROFESSOR (A):



DISCIPLINA:



CONTEÚDO:



TEMA GERADOR:

LAURYANNA QUEIROZ EDUCAÇÃO FÍSICA AVALIAÇÃO BIOMÉTRICA PAZ NA ESCOLA

ROTEIRO DE AULA

DATA:12-03-2019

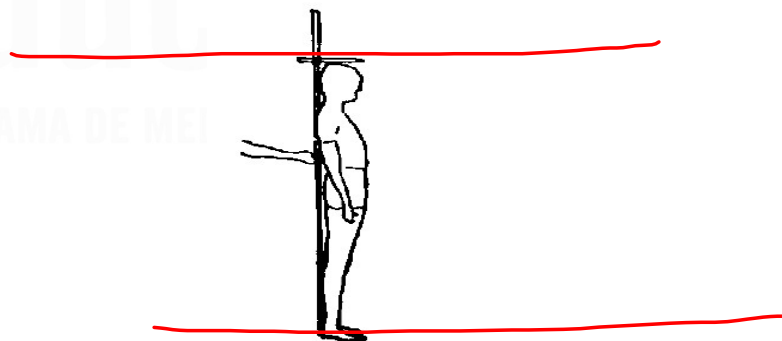
APRESENTAÇÃO DA AULA:

- Conteúdo: Avaliação Biométrica
 - Recursos: slides
 - Atividades em sala: Exposição e prática
 - Atividades para casa: Coletar os dados
 - Sistema de avaliação: Participação e assiduidade
- ENCERRAMENTO DA AULA – cont. avaliação biométrica**

ALTURA

Conceito de altura

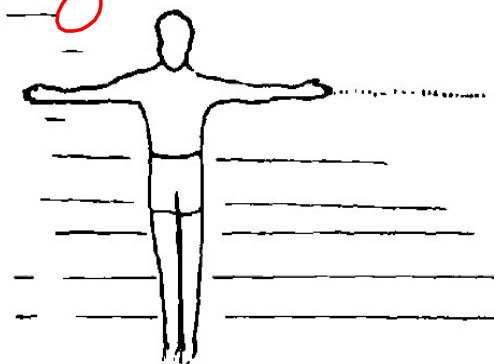
Altura ou estatura é a distância em linha reta entre dois planos, um tangente à planta dos pés e outro tangente ao ponto mais alto da cabeça, estando o indivíduo em pé, na "posição fundamental"



Conceito de envergadura

É a distância em projeção entre as extremidades dos dedos médios, estando o indivíduo em pé, com os membros superiores estendidos horizontalmente, ao lado do corpo.

Douglas
Jawson 1,74
J Ricardo 1,80



Hellen 1,75
Daison 1,73

Utilidade da medida de peso

O peso tem grande importância como medida biométrica por sua fácil obtenção e por indicar o estado de nutrição e de saúde do indivíduo.

Em seleção desportiva, o peso é uma medida utilizada para orientar o indivíduo para um determinado tipo de esporte.

Pessoas de peso elevado são indicadas para esportes que requerem resistência e força, enquanto os de peso baixo podem praticar esportes como corridas de fundo.

Halterofilismo

Técnica da medida de peso

Dois tipos principais de balança são utilizados para medir o peso, sendo o resultado dado em quilogramas: a de alavanca e a de mola. A balança de alavanca é preferida à de mola pois com o passar do tempo, esta tem sua precisão diminuída

$$IMC = \frac{PESO}{ALT \times ALT}$$

$$\frac{54,300}{1,52 \times 1,52} =$$

O índice de massa corporal (IMC) é uma medida internacional usada para calcular se uma pessoa está no peso ideal. Ele foi desenvolvido pelo Lambert Quételet, no fim do século XIX. Trata-se de um método internacional de obesidade adotado pela Organização Mundial da Saúde. É fácil e rápido para a avaliação do nível de gordura de cada pessoa.

CÁLCULO

⇒ 23,5

O IMC é determinado pela divisão da massa do indivíduo pelo quadrado de sua altura, onde a massa está em quilogramas e a altura está em metros

$$\text{IMC} = \frac{\text{massa}}{(\text{altura} \cdot \text{altura})}$$

$$\frac{54,3}{1,52 \times 1,52} = \frac{54,3}{2,31} = 23,5$$

CLASSIFICAÇÃO	IMC
ABAIXO DO PESO	ABAIXO 18,5
PESO NORMAL	18,5 - 24,9
SOBREPESO	25 - 29,9
OBESIDADE GRAU I	30 - 34,9
OBESIDADE GRAU II	35 - 39,9
OBESIDADE GRAU III OU MÓRBIDA	MAIOR OU IGUAL 40

23,5

!!!

ATIVIDADE DE CASA

Metodologia do trabalho

1. Execução do Exame Biométrico na quadra.
2. Explicação do que significa Biometria, IMC, seu criador e a fórmula do cálculo.
3. Exemplificação com dados fictícios
4. Solicitação para a cópia de uma tabela.
4. Seu preenchimento.
5. Execução do cálculo.
6. Verificação das Tabelas relacionadas a cada faixa - etária.
7. Reconhecimento do resultado e debate com a turma.