

3<sup>a</sup>  
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:**

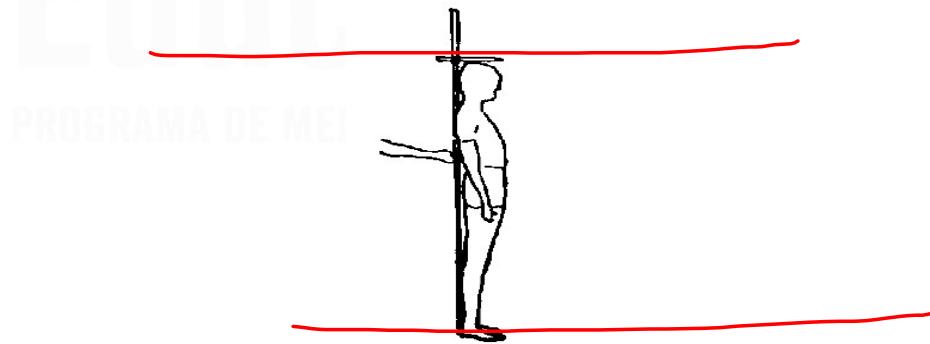
- Conteúdo: Avaliação Biométrica
- - Recursos: slides
- - Atividades em sala: Exposição e prática
- - Atividades para casa: Coletar os dados
- - Sistema de avaliação: Participação e assiduidade

**ENCERRAMENTO DA AULA – cont. avaliação biométrica**

# ALTURA

## Conceito de altura

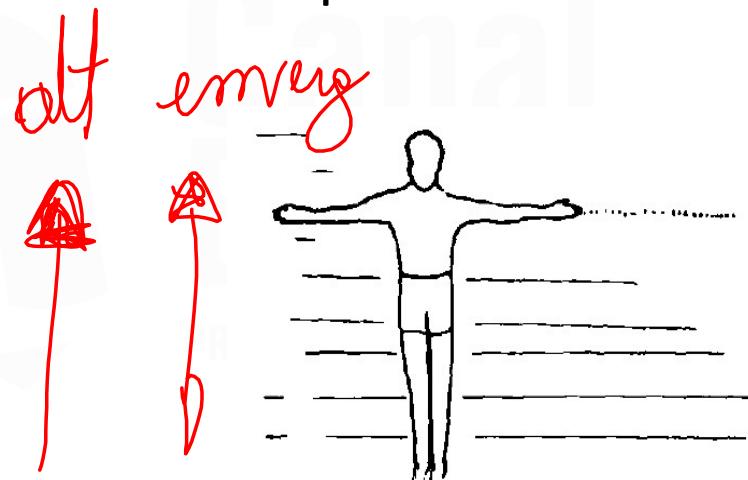
Altura ou estatura é a distância em linha reta entre dois planos, um tangente à planta dos pés e outro tangente ao ponto mais alto da cabeça, estando o indivíduo em pé, na "posição fundamental"



# 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  
Jackson 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.

## 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

$$IMC = \frac{PESO}{ALT \times ALT}$$
$$\frac{64,300}{1,52 \times 1,52}$$

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 Quêtelet, 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

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

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

$$\frac{54,3}{1,52 \times 1,52} = \frac{54,3}{2,304} =$$

23,5

## CLASSIFICAÇÃO

ABAIXO DO PESO

PESO NORMAL

SOBREPESO

OBESIDADE GRAU I

OBESIDADE GRAU II

OBESIDADE GRAU III OU MÓRBIDA

## IMC

ABAIXO 18,5

18,5 - 24,9

25 - 29,9

30 - 34,9

35 - 39,9

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.