

3^a
SÉRIE

CANAL SEDUC-PI3



PROFESSOR (A):

LAURYANNA
QUEIROZ



DISCIPLINA:

EDUCAÇÃO
FÍSICA



CONTEÚDO:

APROFUNDAMENTO
DO SISTEMA
MUSCULAR



TEMA GERADOR:

PAZ NA
ESCOLA



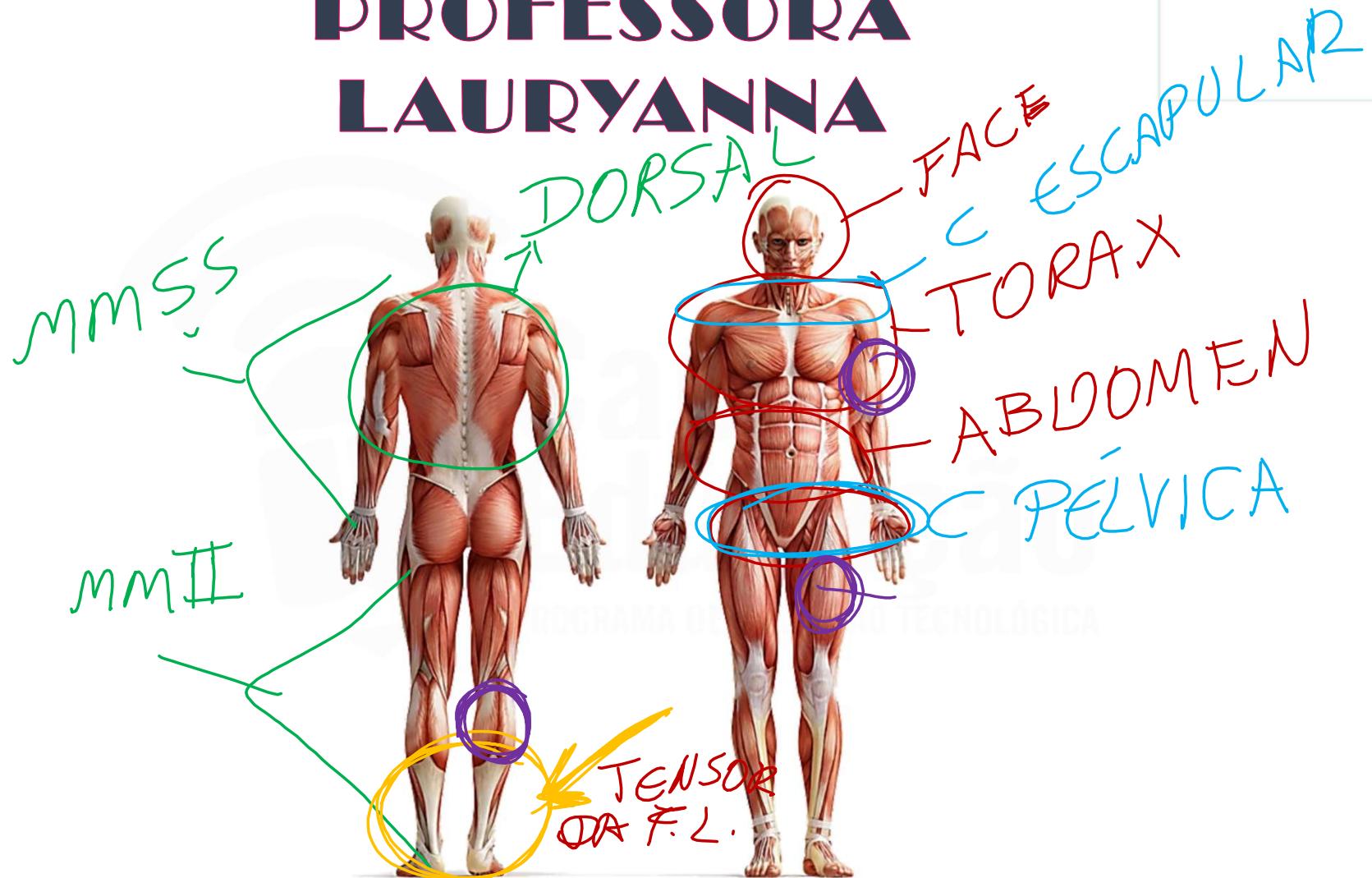
DATA:

19/03/2019

ROTEIRO DE AULA

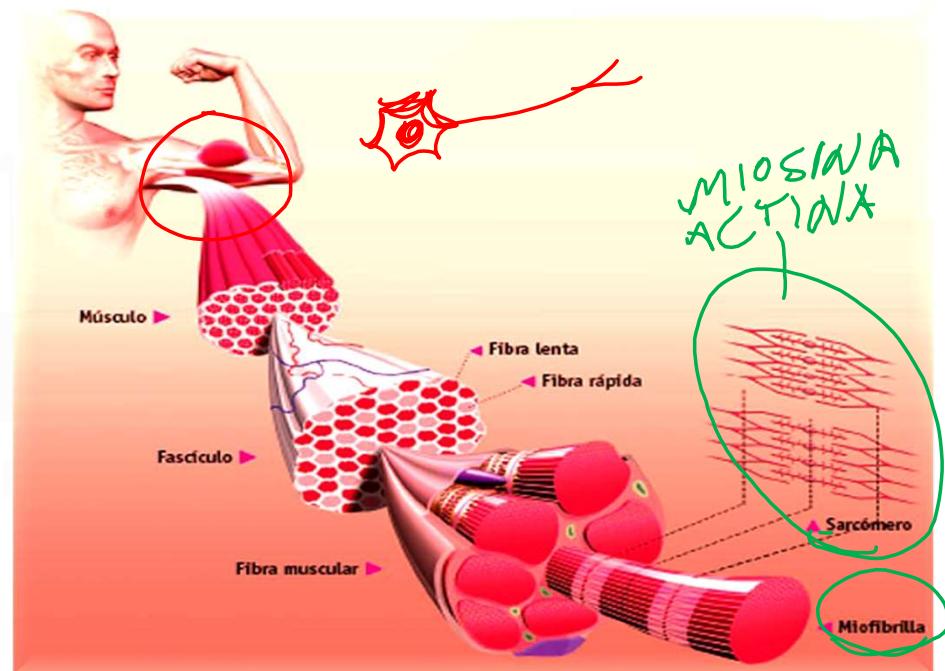
- Aula explicativa e prática
- Principais Músculos

PROFESSORA LAURYANNA

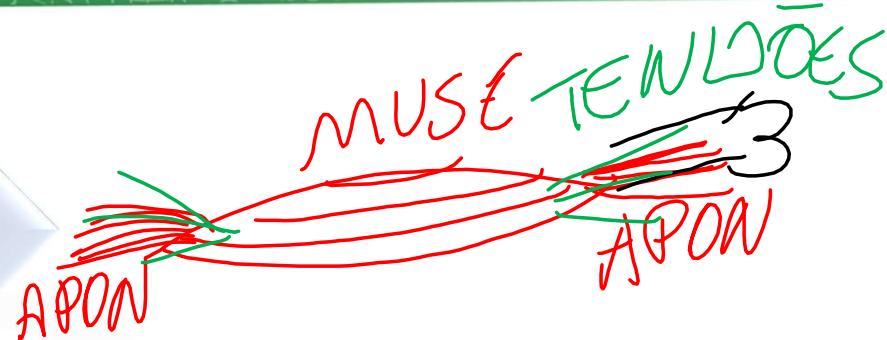


MÚSCULOS

São estruturas contráteis, formadas por proteínas contráteis (miosina e actina) como principal características produzir movimentos, através da conversão de energia química em mecânica.



MÚSCULOS

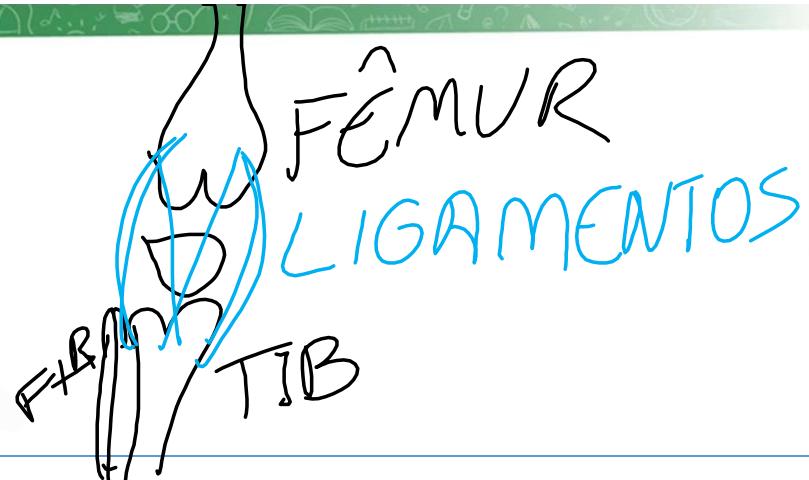


Ventres musculares – tecido carnoso e vermelho, parte contrátil, não se prende para que ocorra a contração livremente.

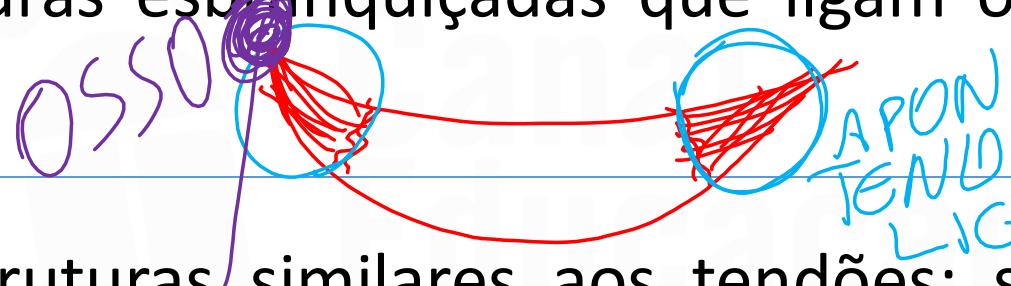
Extremidades - são esbranquiçadas e brilhantes, muito resistentes e praticamente inextensíveis; constituídas por tecido conjuntivo denso, rico em fibras colágenas, tendões e aponeuroses.

Aponeuroses - São membranas delgadas, brancas e rígidas que unem o músculo ao osso, é uma espécie de tendão de um músculo achatado.

MÚSCULOS



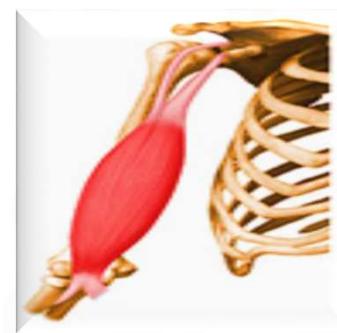
Tendões – estruturas esbranquiçadas que ligam os músculos ao osso.



Ligamentos – estruturas similares aos tendões: são bandas de colágenos denso com pouco material celular, diferente dos tendões estes possuem mais elastina o que possibilita mais elasticidade sem provocar danos a estrutura. Estes unem partes ósseas.

CLASSIFICAÇÃO MORFOLÓGICA DOS MÚSCULOS

- LONGO



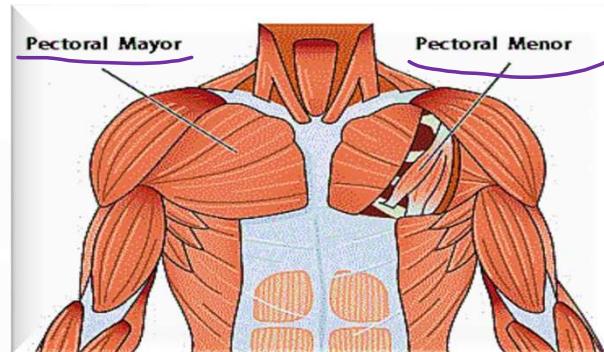
- CURTO



CLASSIFICAÇÃO MORFOLÓGICA DOS MÚSCULOS

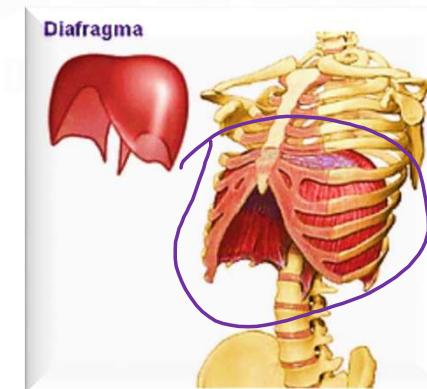
- **PLANO**

MUSC Dorsus



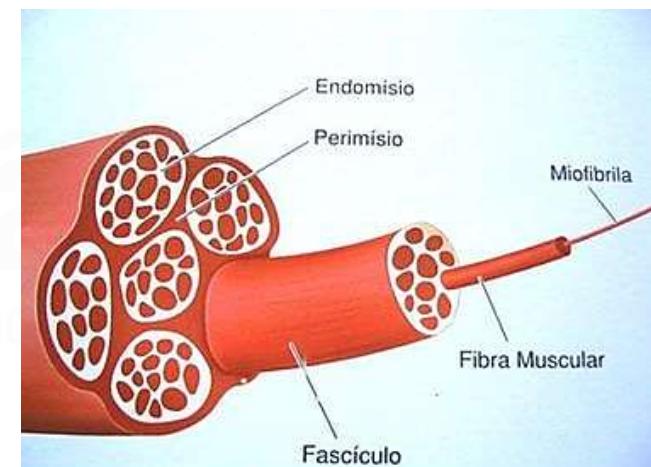
- **LARGO**

DIAPRAGMA



MEMBRANAS MUSCULARES

- **Fáscia muscular** – membrana que reveste um músculo ou conjunto de músculos
- **Epimísio** - membrana que reveste um músculo.
- **Perimísio** - membrana que reveste um feixe muscular.
- **Endomísio** - membrana que reveste a fibra muscular.



ATIVIDADE DE CASA

Dividir a sala em 3 grupos

- MMSS
- MMIS
- Torax / Abdominal Ant / Post

Principais Músculos