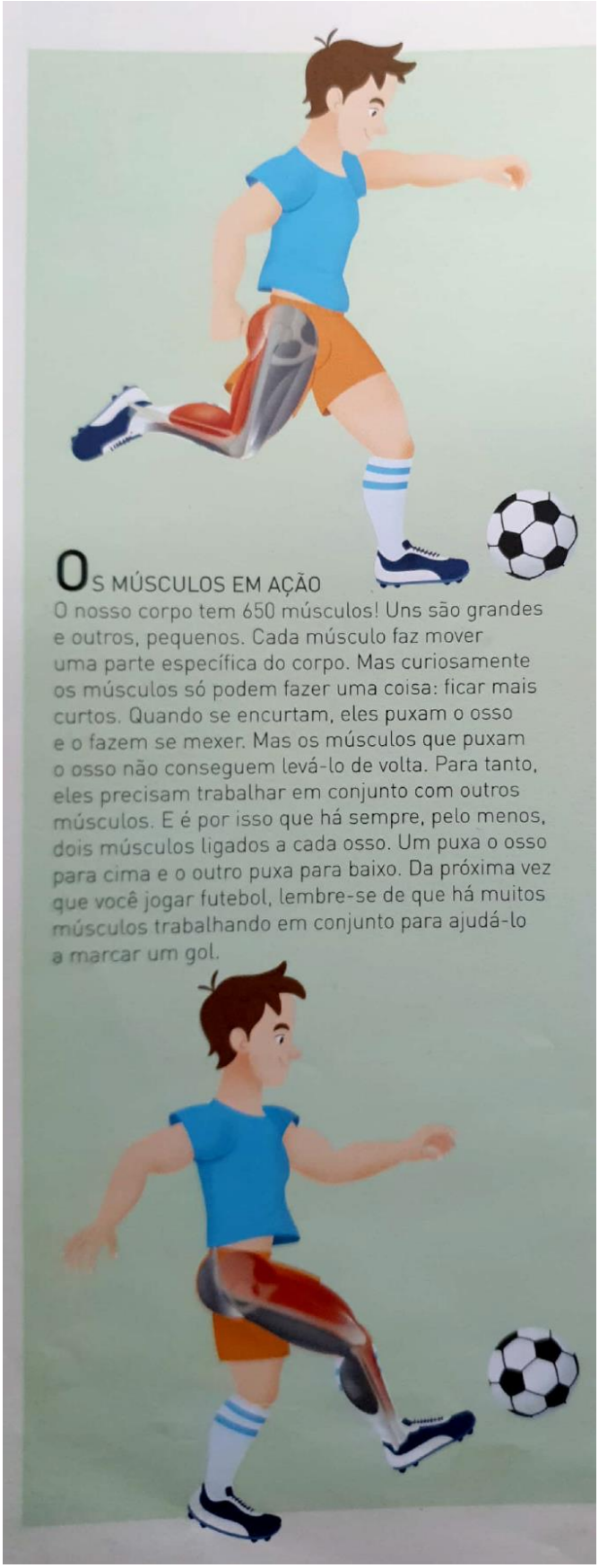
OUTONO, 2020. LONDRINA, 2 DE JUNHO.

NOME: _____ TURMA: _____

SISTEMA MUSCULAR



OS MÚSCULOS EM AÇÃO

O nosso corpo tem 650 músculos! Uns são grandes e outros, pequenos. Cada músculo faz mover uma parte específica do corpo. Mas curiosamente os músculos só podem fazer uma coisa: ficar mais curtos. Quando se encurtam, eles puxam o osso e o fazem se mexer. Mas os músculos que puxam o osso não conseguem levá-lo de volta. Para tanto, eles precisam trabalhar em conjunto com outros músculos. E é por isso que há sempre, pelo menos, dois músculos ligados a cada osso. Um puxa o osso para cima e o outro puxa para baixo. Da próxima vez que você jogar futebol, lembre-se de que há muitos músculos trabalhando em conjunto para ajudá-lo a marcar um gol.

Leia todo o texto para depois solucionar as atividades.

1. Crie um "Você sabia?" sobre o que você aprendeu até agora sobre o sistema muscular.

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Músculos pequenos
E TENDÕES

Os MÚSCULOS DOS DEDOS

Para que as mãos e os dedos possam agarrar as coisas, precisam de ossos e músculos pequenos. Você poderia pensar que todos esses músculos estão na mão, mas não é o caso. Os dedos contêm apenas dois pequenos músculos que permitem que você mexa as pontas dos dedos.
Os músculos que fazem dobrar e esticar os dedos estão no antebraço! São ligados aos dedos por meio de tendões finos e resistentes. Se não fosse assim, os dedos seriam muito grossos com tantos músculos.

Fato interessante:
Os dedos da mão contêm três ossos, exceto o polegar, que só tem dois. Todavia, o polegar tem mais mobilidade que os outros dedos!

2. Movimente suas mãos e tente identificar os seus músculos tendões no antebraço. Conseguiu? O que você sentiu ao perceber que os músculos da sua mão estão localizados em sua maioria no antebraço?

_____
_____
_____
_____
_____

3. Quais são os cuidados que você tem com as suas mãos?

_____
_____
_____
_____
_____

4. Tem alguma parte do seu corpo que você gosta muito e cuida muito dela?

_____
_____
_____

Os músculos dos pés

Alguma vez você já parou para pensar como os pés se mexem? A perna tem 11 músculos e o pé tem mais 19. São muitos músculos! Cada pé contém 26 ossos pequenos que estão ligados de modo a serem flexíveis, mas fortes. Esses ossos e músculos são necessários porque estamos sempre usando os pés. Cada vez que damos um passo, carregamos o peso inteiro do corpo em cima de um pé! E durante a vida andamos muito. Pesquisadores calculam que andamos cerca de 180.000 quilômetros durante toda a vida. Isso equivale a dar a volta ao mundo quatro vezes!

Digitalizado com Cam

5. Você nunca imaginou que os seus pés tinham tantos ossos, não é verdade? Escreva diversas atividades que você consegue fazer com os seus pés.

_____
_____
_____
_____
_____

6. Como diz o texto acima, são eles que nos levam para onde queremos ir, é com eles que brincamos de pique-esconde, pega-pega, pique-bandeira....mas você cuida dos seus pés? Quais são os cuidados que você tem com ele?

_____
_____
_____
_____
_____