



PLANO DE AULA – ENSINO FUNDAMENTAL

Centro Educacional Municipal Marcelino Ivo Dalla Costa

Diretora

CLEUCÍ FÁTIMA DOS SANTOS

Nome do Professor

JAMES FRANCISCO BEAL

Ano/Série

6ª ANO

Número de aulas

Planejamento: Quinzenal

Período: 29/04 a 13/05/2021

COMPONENTE CURRICULAR: Educação Física

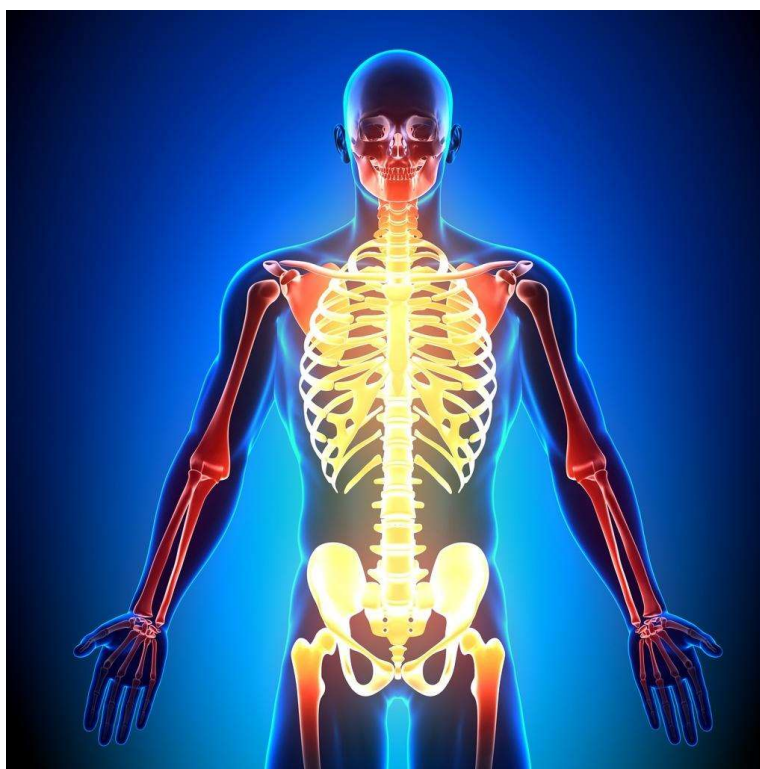
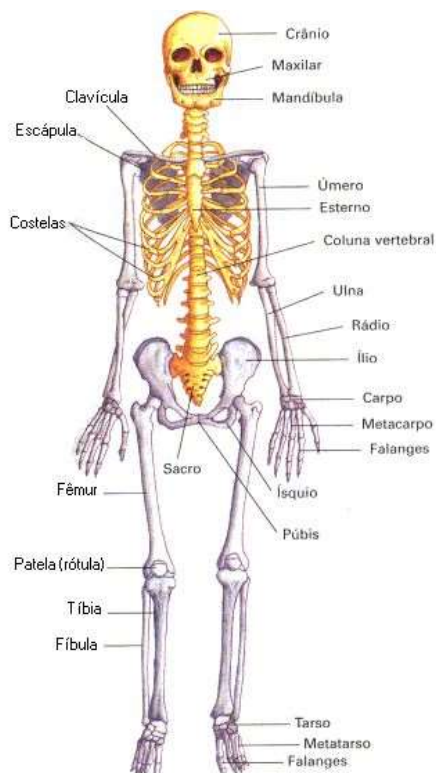
OBJETIVO

- Conhecer as funções das estruturas do corpo: os ossos e a sua relação com o movimento;
- Adotar posturas de cuidado e respeito pelo outro durante as atividades;
- Elaborar registro em forma de desenho acerca das manifestações estudadas e organizar cronologicamente as etapas dos processos vivenciados.

O MOVIMENTO HUMANO: OS OSSOS E AS ARTICULAÇÕES

Os ossos e as articulações

Os ossos são estruturas que têm várias funções. Uma delas é auxiliar, com a ação dos músculos e articulações, na sustentação do corpo.



Outra estrutura importante para o movimento são as articulações, cuja função é ligar dois ou mais ossos. Existem vários tipos de articulações: algumas tem grandes amplitudes e possibilitam vários

tipos de movimento, como, por exemplo, as articulações dos ombros. Outras possibilitam movimentos mais restritos, como os nossos joelhos. Cada tipo de articulação tem características próprias e é importante na realização de determinados movimentos.



Conversa Inicial – O que os alunos sabem sobre os nossos ossos. Explicar que os ossos desempenham importante papel, juntamente com os músculos e as articulações, na realização dos movimentos e na manutenção de nossa posição em pé.

ATIVIDADE – AUTOMASSAGEM E DESEQUILIBRANDO

Desenvolvimento

O aluno deverá sentar-se e tocar em diversas partes do seu corpo, principalmente pernas e braços, onde estão localizados ossos grandes do corpo humano. Sentado, devem massagear a cabeça, depois os ombros, o peito, o abdome, as coxas, as pernas e os pés.

Ressaltar que, apesar de os ossos serem duros e resistentes, se sofrermos uma queda, por exemplo, eles podem ser fraturados.

Conversa final

O aluno deverá identificar a relação a percepção do próprio corpo. Identificar características importantes, por exemplo, quais as partes do corpo são mais firmes ou menos firmes. Explicar o papel dos ossos, das articulações e sua importância.

As **articulações**, também chamadas de juntas, possuem duas funções principais: manter os ossos juntos e permitir a movimentação do esqueleto.

O sistema locomotor, ou sistema esquelético, sustenta e protege os órgãos internos, armazena minerais e íons e produz células sanguíneas. É constituído pelos **ossos** do esqueleto, **músculos**, cartilagens, tendões, ligamentos, articulações e outros tecidos conjuntivos que suportam e ligam tecidos e órgãos.

Registro da Aula – TEMA DE CASA

Lembrar de fazer o cabeçalho completo. **Não esquecer de colocar o nome e a turma.**

NOME DA ESCOLA	ESCOLA MUNICIPAL MARCELINO IVO DALLA COSTA
DIRETORA	CLEUCÍ DOS SANTOS
PROFESSOR	JAMES BEAL
COMPONENTE CURRICULAR	EDUCAÇÃO FÍSICA
ALUNO (A)	
TURMA	
DATA	

1. Identificar no desenho ossos e articulações.

IDENTIFICAR E RELACIONAR A COLUNA DA ESQUERDA COM A DA DIREITA.

ESQUELETO

Pesquise, depois recorte e cole os nomes dos principais ossos do esqueleto humano.

[Empty box] — [Skull]

[Empty box] — [Shoulder]

[Empty box] — [Chest]

[Empty box] — [Forearm]

[Empty box] — [Hand]

[Empty box] — [Upper leg]

[Empty box] — [Knee]

[Empty box] — [Lower leg]

[Empty box] — [Ankle]

[Scissors icon]

FÊMUR

ÚMERO

TÍBIA

CRÂNIO

PATELA

RÁDIO

COSTELAS

COLUNA VERTEBRAL

**BOM
TRABALHO!!!**