

**3ª
SÉRIE**

CANAL SEDUC-PI3



PROFESSOR (A):

**LAURYANNA
QUEIROZ**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**



AULA Nº:

02



CONTEÚDO:

**NOÇÕES DE
ANATOMIA**



TEMA GERADOR:

**PAZ NA
ESCOLA**



DATA:

19.02.2020

NA AULA ANTERIOR

PONTUE A IMPORTÂNCIA DA MOTIVAÇÃO NA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA. QUAIS OS BENEFÍCIOS E COMO PODEMOS AJUDAR OS OUTROS E A NÓS MESMOS?

Programe o seu exercício

Exercício físico, primeira atividade do dia!

Pratique seus exercícios na companhia de amigos

Não precisa ser perfeito

Tenha consciência das razões para se exercitar

Faça apenas o que você gosta

Pense positivo

Estabeleça objetivos



ROTEIRO DE AULA

Objetivos:

- ☐ Descrever o que é a Anatomia humana
- ☐ Compreender qual função da anatomia
- ☐ Assimilar a importância dos planos anatômicos
- ☐ Conhecer as posições cirúrgicas
- ☐ Aprender os termos de movimento usados na Educação Física.

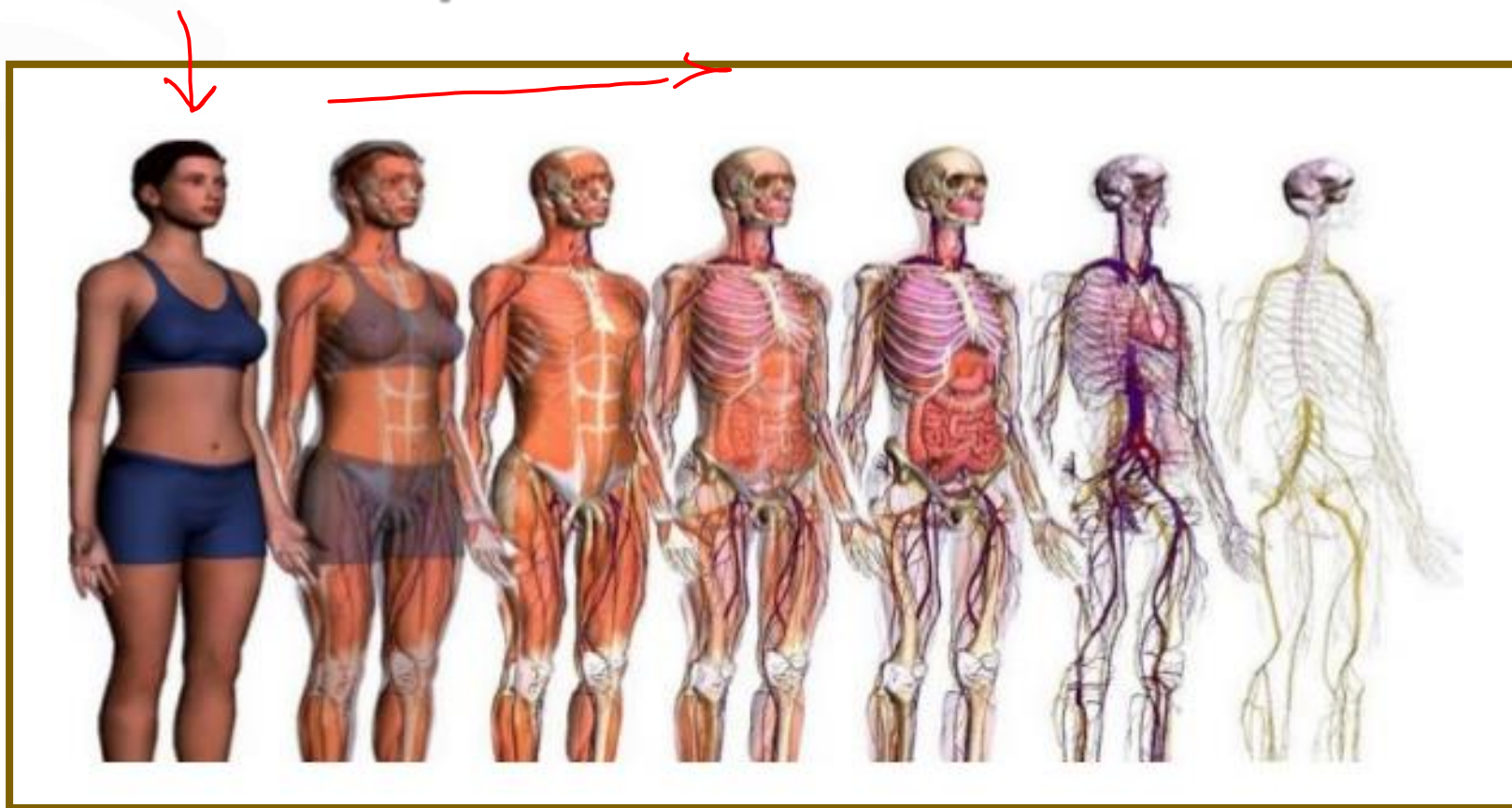
Anatomia é um campo especial dentro da anatomia que estuda grandes estruturas e sistemas do **corpo humano**.

Ana = em partes

Tomia = cortar

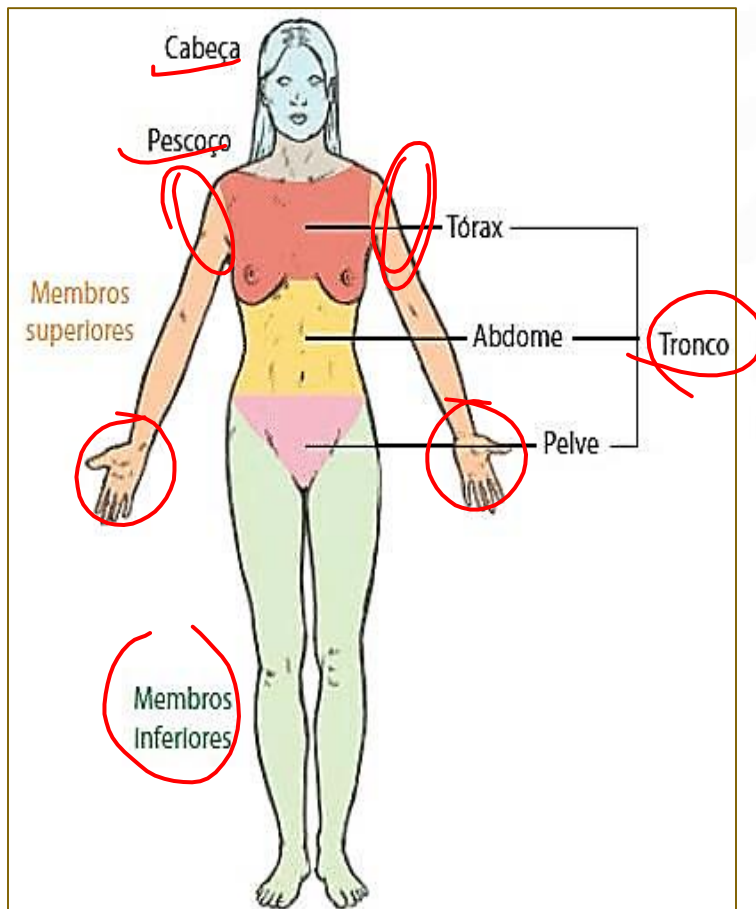
No português =
dissecação

É a ciência que estuda a organização e estrutura do corpo humano.



Divisão do Corpo Humano

O corpo humano divide-se em cabeça, pescoço, tronco e membros. A cabeça corresponde à extremidade superior do corpo entendendo unida ao tronco por uma porção estreitada, o pescoço.



O tronco compreende o tórax e o abdome.

Dos membros, dois são superiores e dois inferiores. Cada membro apresenta uma raiz, pela qual está ligado ao tronco, e uma parte livre.

Na transição entre o braço e o antebraço há o cotovelo; entre o antebraço e a mão, o punho; entre a coxa e a perna, o joelho, entre a perna e o pé, o tornozelo.

Posição Anatômica

Posição padrão de descrição anatômica.



O corpo está numa postura ereta (em pé, posição ortostática ou bípede) com os membros superiores estendidos ao lado do tronco e as palmas das mãos voltadas para a frente. A cabeça e pés também estão apontados para frente e o olhar para o horizonte.

Eixos do Corpo Humano

São linhas imaginárias traçadas no indivíduo.

➤ Eixo Ântero-posterior – unindo o centro do Plano ventral ao centro do Plano Dorsal.

➤ Eixo Longitudinal – unindo o centro do Plano cranial ao centro do Plano podálico.

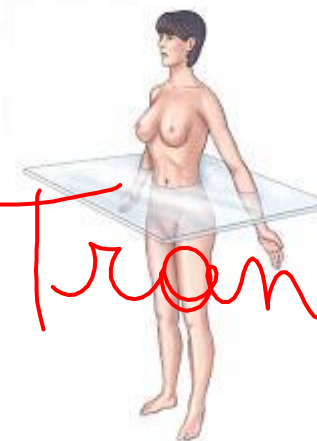
➤ Eixo Transversal – unindo o centro do Plano lateral direito ao Plano lateral esquerdo.



E-L

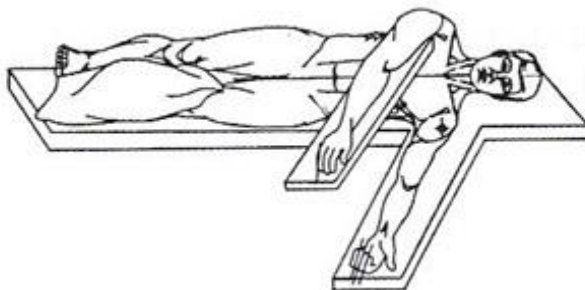


A-P



Transv.

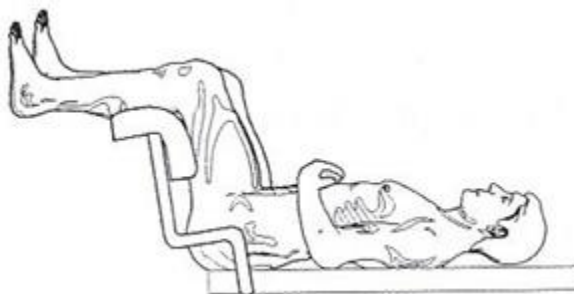
POSIÇÕES CIRURGICAS



DECÚBITO LATERAL



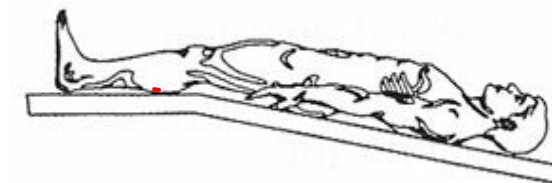
DECÚBITO VENTRAL



POSIÇÃO DE LITOTOMIA

Dorso - costas

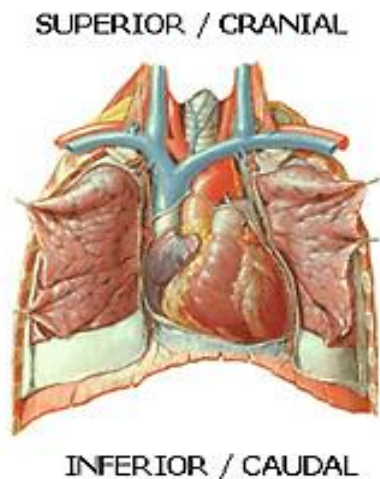
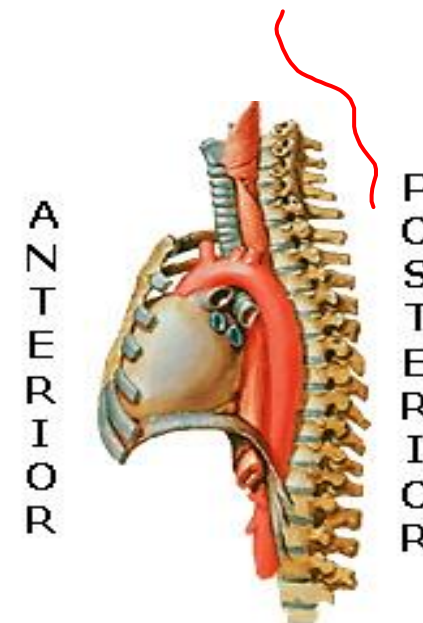
DECÚBITO DORSAL



POSIÇÃO DE TRENDELEMBURG

Termos de Relação:

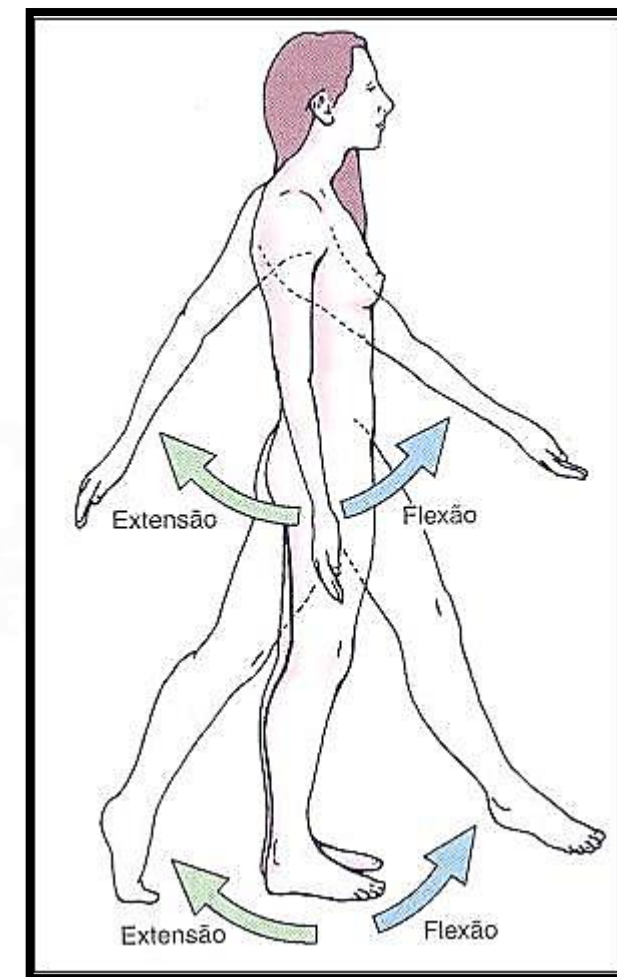
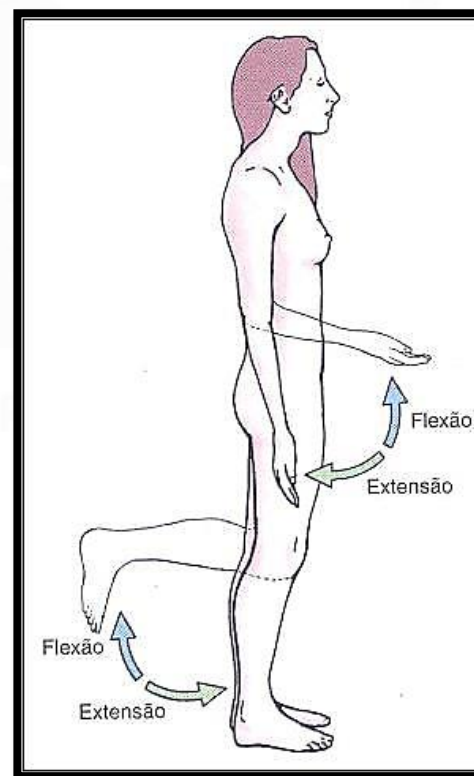
- Anterior / Ventral / Frontal: na direção da frente do corpo.
- Posterior / Dorsal: na direção das costas (traseiro).



- Superior / Cranial: na direção da parte superior do corpo.
- Inferior / Caudal: na direção da parte inferior do corpo.

Termos de Movimento

- Flexão: curvatura ou diminuição do ângulo entre os ossos ou partes do corpo.
- Extensão: endireitar ou aumentar o ângulo entre os ossos ou partes do corpo.

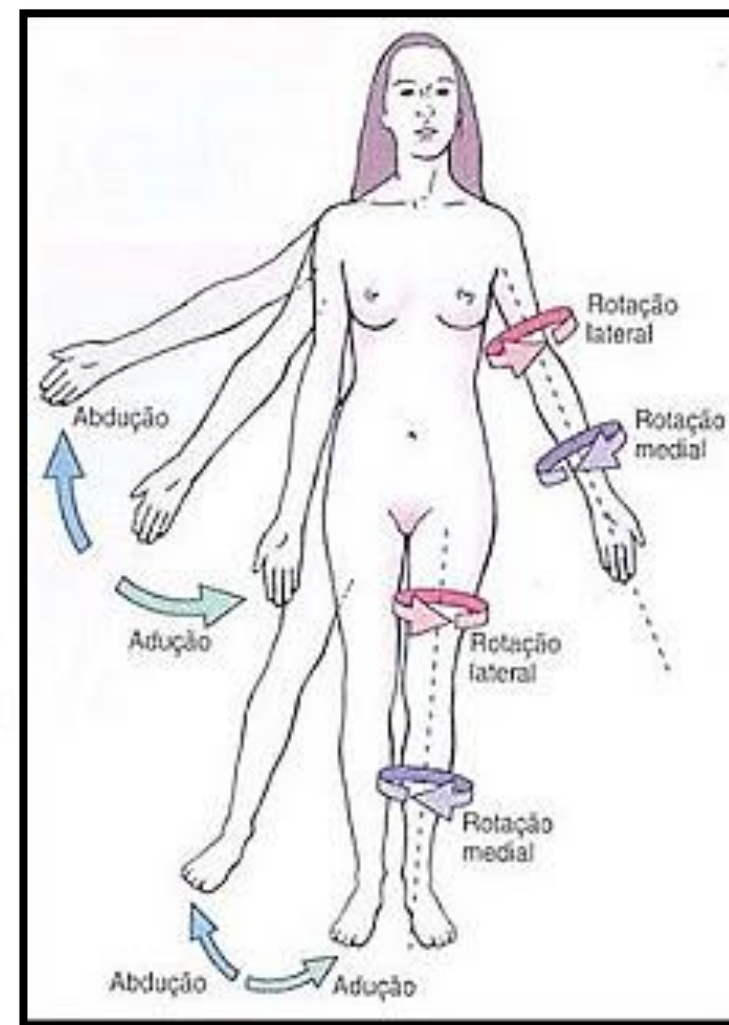


Adução: movimento na direção do plano mediano em um plano coronal.

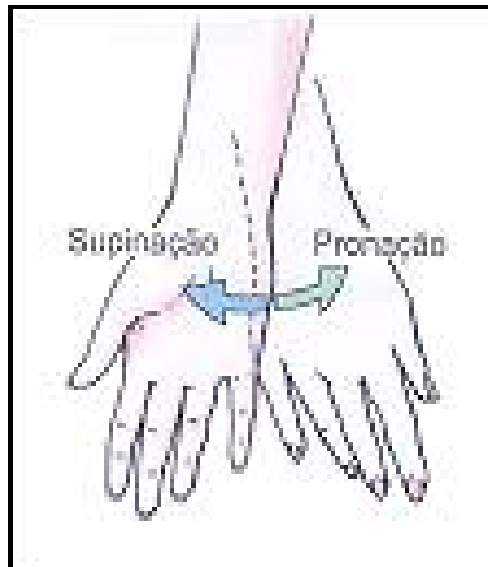
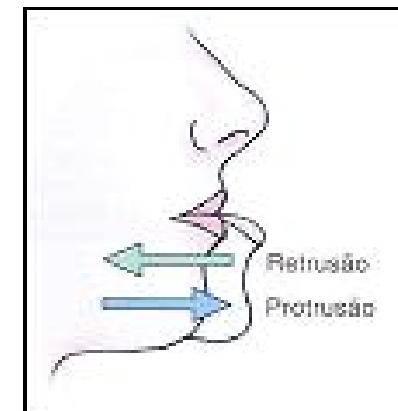
Abdução: afastar-se do plano mediano no plano coronal. **ABRIR**

Rotação Medial: traz a face anterior de um membro para mais perto do plano mediano.

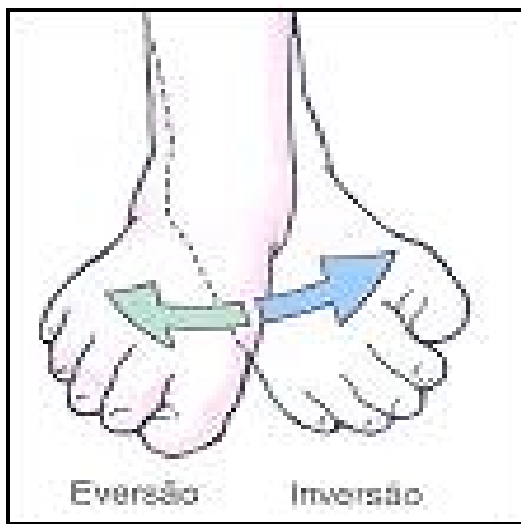
Rotação Lateral: leva a face anterior para longe do plano mediano.



- Retrusão: movimento de retração (para trás) como ocorre na retrusão da mandíbula e no ombro.
- Protrusão: movimento dianteiro (para frente) como ocorre na protrusão da mandíbula e no ombro.



- Pronação: movimento do antebraço e mão que gira o rádio medialmente em torno de seu eixo longitudinal de modo que a palma da mão olha posteriormente. e no ombro.
- Supinação: movimento do antebraço e mão que gira o rádio lateralmente em torno de seu eixo longitudinal de modo que a palma da mão olha anteriormente. e no ombro.



- Inversão: movimento da sola do pé em direção ao plano mediano. Quando o pé está totalmente invertido, ele também está plantifletido.
- Eversão: movimento da sola do pé para longe do plano mediano. Quando o pé está totalmente evertido, ele também está dorsifletido.

- Dorsi-flexão (flexão dorsal): movimento de flexão na articulação do tornozelo, como acontece quando se caminha morro acima ou se levantam os dedos do solo.
- Planti-flexão (flexão plantar): dobra o pé ou dedos em direção à face plantar, quando se fica em pé na ponta dos dedos.



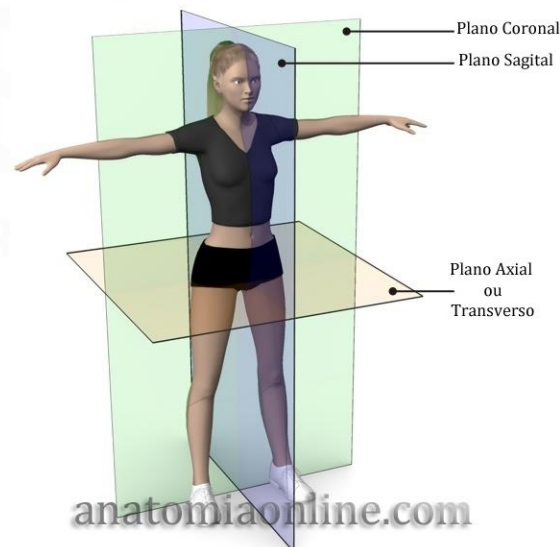
ATIVIDADE

Q12300. [Medicina](#) - [Anatomia Humana](#) - Nível Fundamental - [Auxiliar de Autópsia](#) - [SEGPLAN GO](#) - [FUNIVERSA](#) - 2015

As descrições anatômicas exigem um referencial para as posições e partes corporais. Assim sendo, foram criados planos imaginários que atravessam o corpo na posição anatômica.

Assinale a alternativa que apresenta o plano que divide o corpo em porção cranial e caudal.

- a) Sagital
- ☒ b) Transversal
- c) Frontal
- d) Coronal
- e) Horizontal

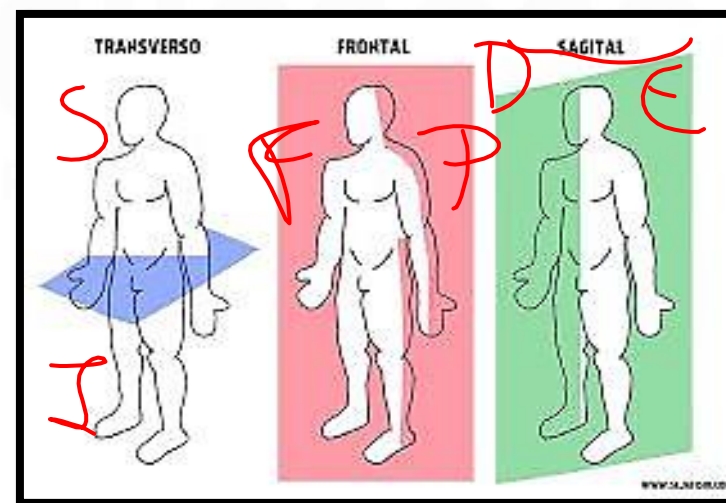


- Q12298. [Medicina](#) - [Anatomia Humana](#) - Nível Fundamental - [Auxiliar de Autópsia](#) - [SEGPLAN GO](#) - [FUNIVERSA](#) - 2015

As descrições anatômicas exigem um referencial para as posições e partes corporais. Assim sendo, foram criados planos imaginários que atravessam o corpo na posição anatômica.

Assinale a alternativa que apresenta o plano vertical que atravessa o corpo longitudinalmente e de frente para trás, dividindo-o em dois lados.

- a) Sagital
- b) Mediano
- ☒ c) Frontal
- d) Coronal
- e) Horizontal



ATIVIDADE PARA CASA

Mas o que é
Ginástica Laboral?

