



CANAL SEDUC-PI3



PROFESSOR (A):

**GEÓRGIA
SOARES**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**



AULA Nº:

01



CONTEÚDO:

**COLUNA
VERTEBRAL**



TEMA GERADOR:

**PAZ NA
ESCOLA**



DATA:

18.02.2020

NA AULA ANTERIOR

Introdução ao plano de disciplina.

PROGRAMA DE RELAÇÕES TECNICAS



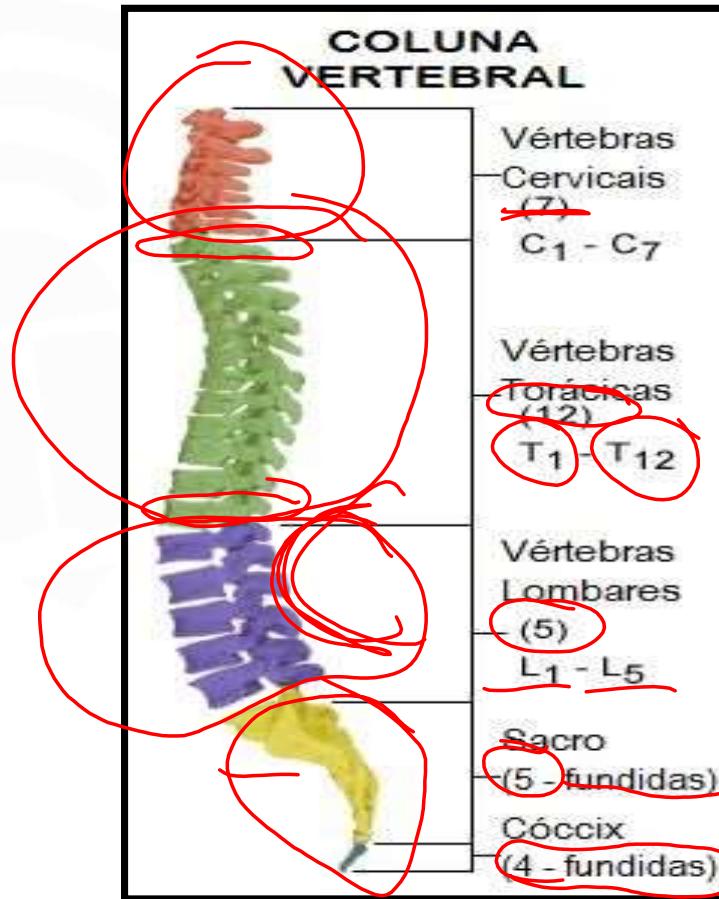
ROTEIRO DE AULA

- Explanação conteúdo
- Objetivo: identificar e observar as diferenças de posturas e condutas de reenquadramento.
- Recursos: aula expositiva- slides

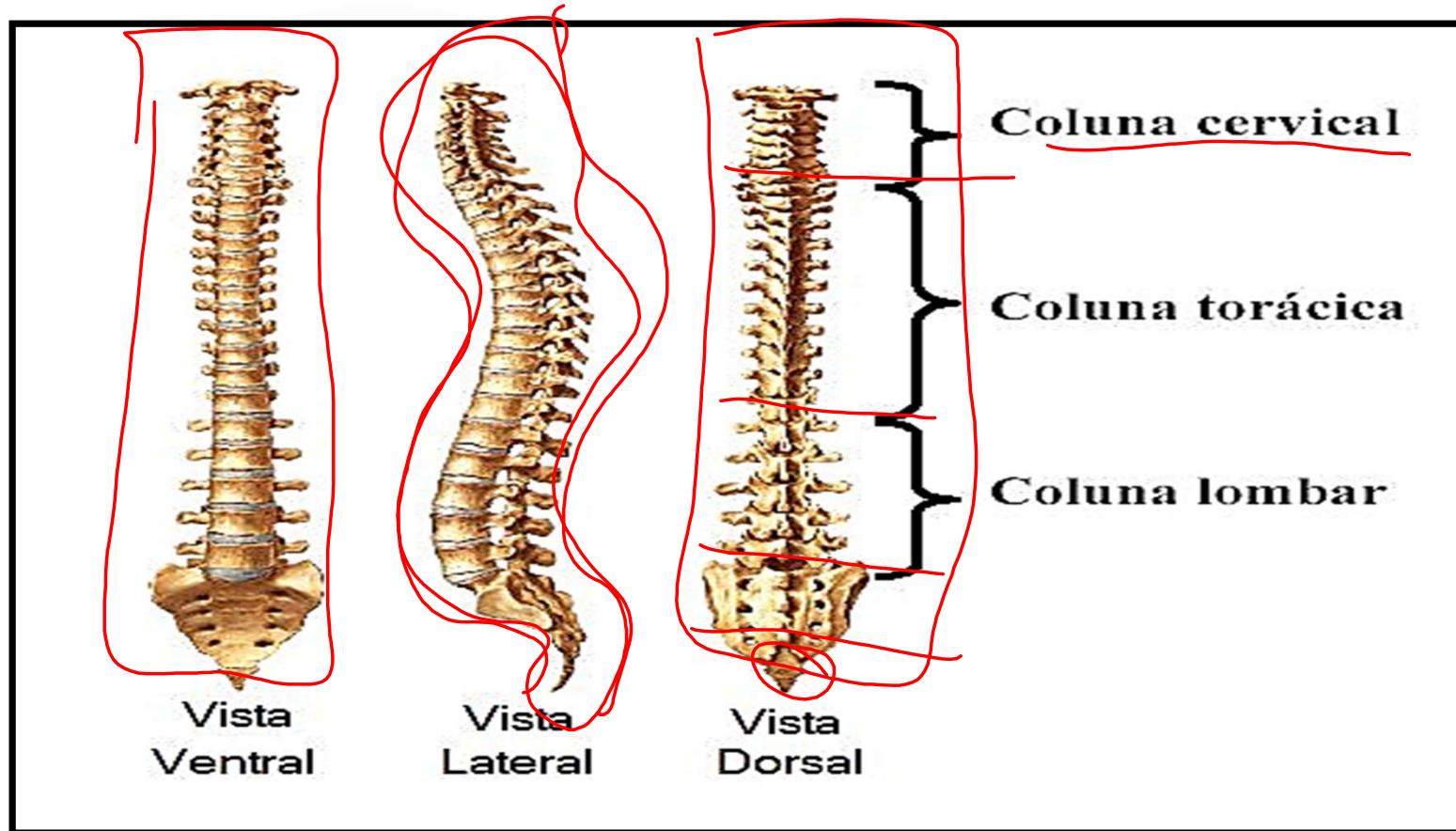
PROGRAMA DE RELAÇÃO TECNOLÓGICA

Divisão da Coluna Vertebral

- 33 vertebras

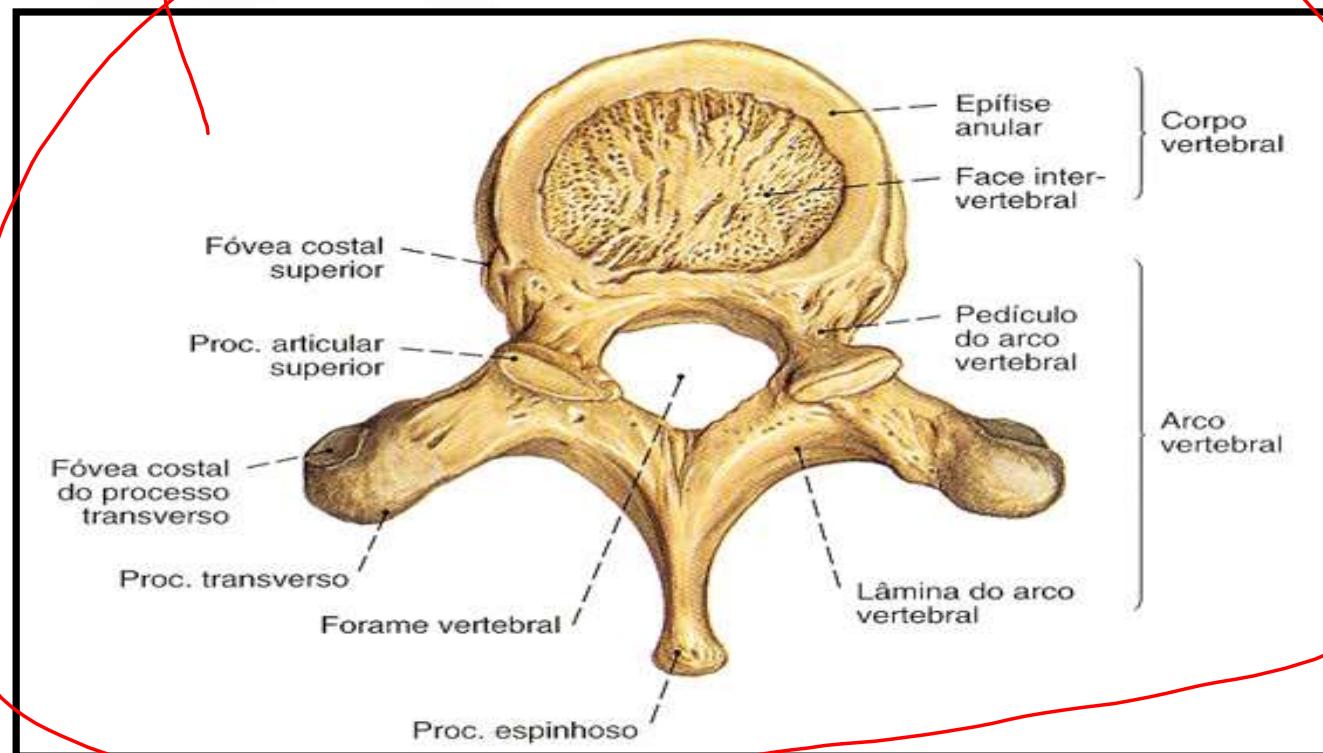


Coluna Vertebral



Estruturas Envolvidas

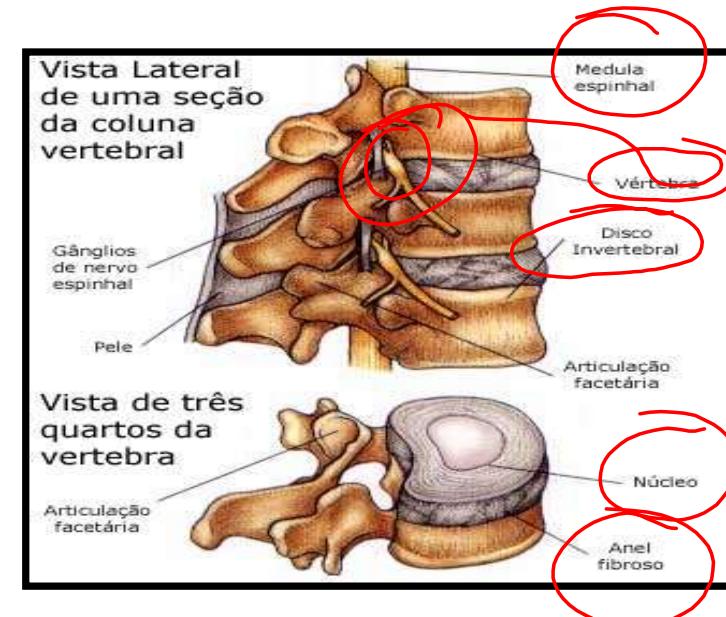
- **Vértebra**



Estruturas Envolvidas

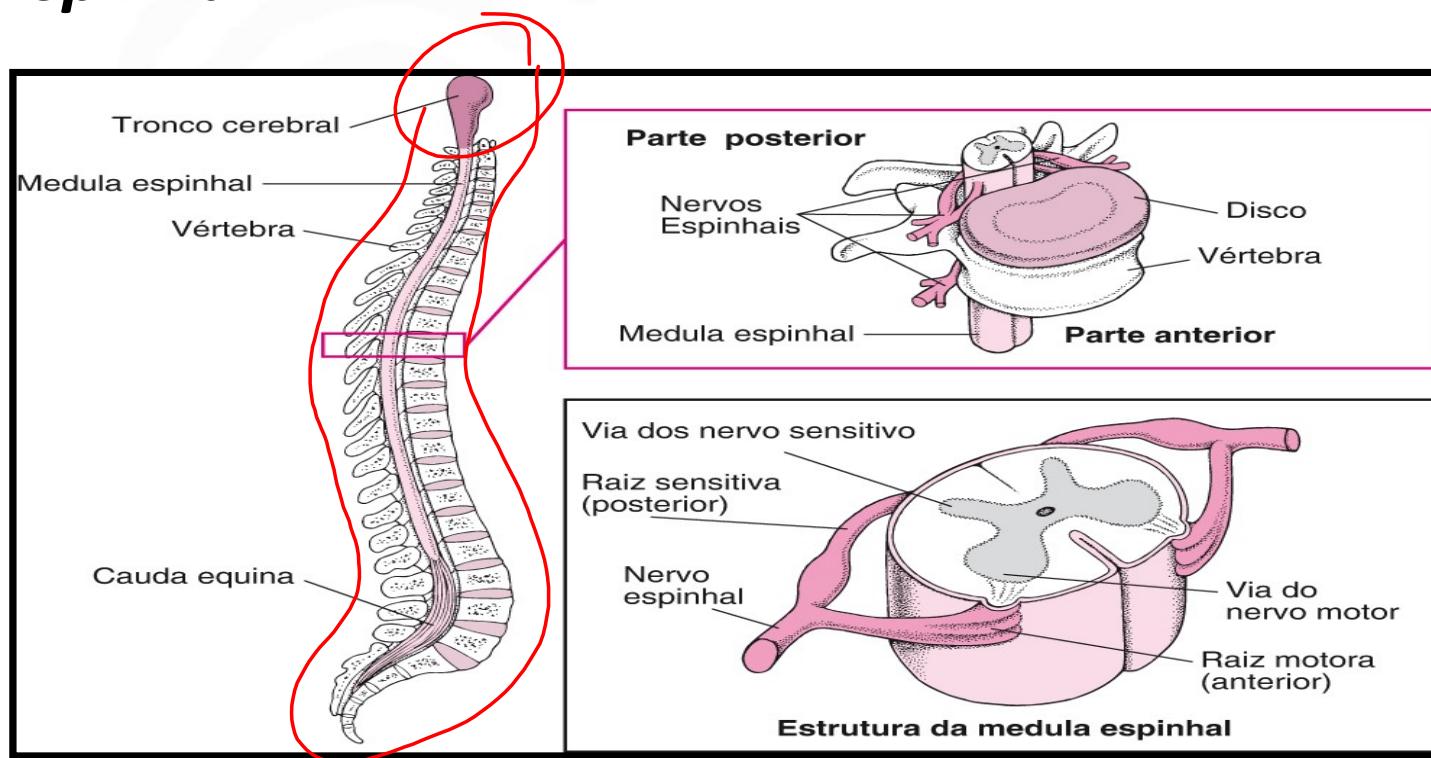
Discos Intervertebrais

- 23 discos intervertebrais;
- Pouca vascularização;
- Formam cerca de 25% do comprimento total da coluna;
- Função primária proteger a medula espinhal e suas raízes



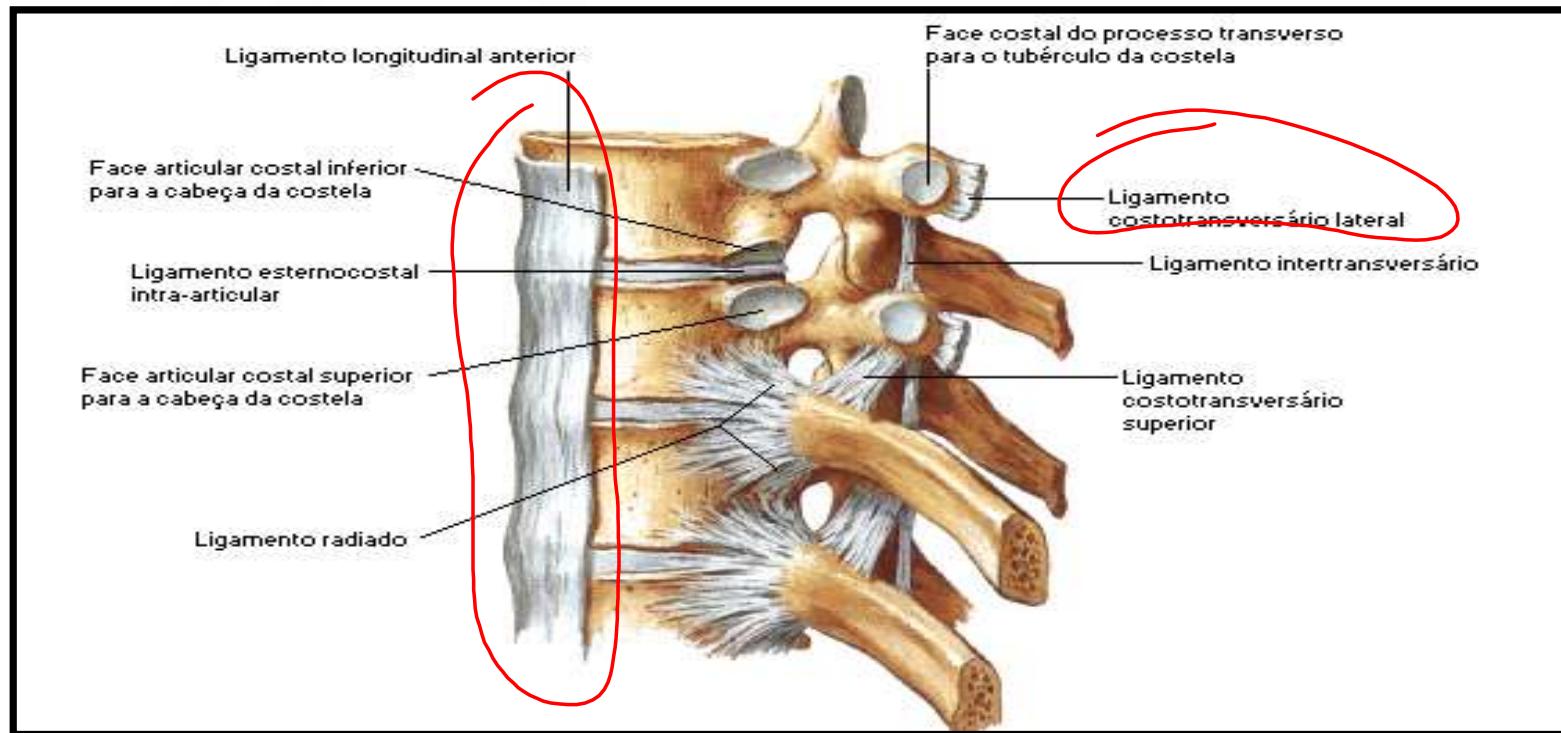
Estruturas Envolvidas

• *Medula Espinal*



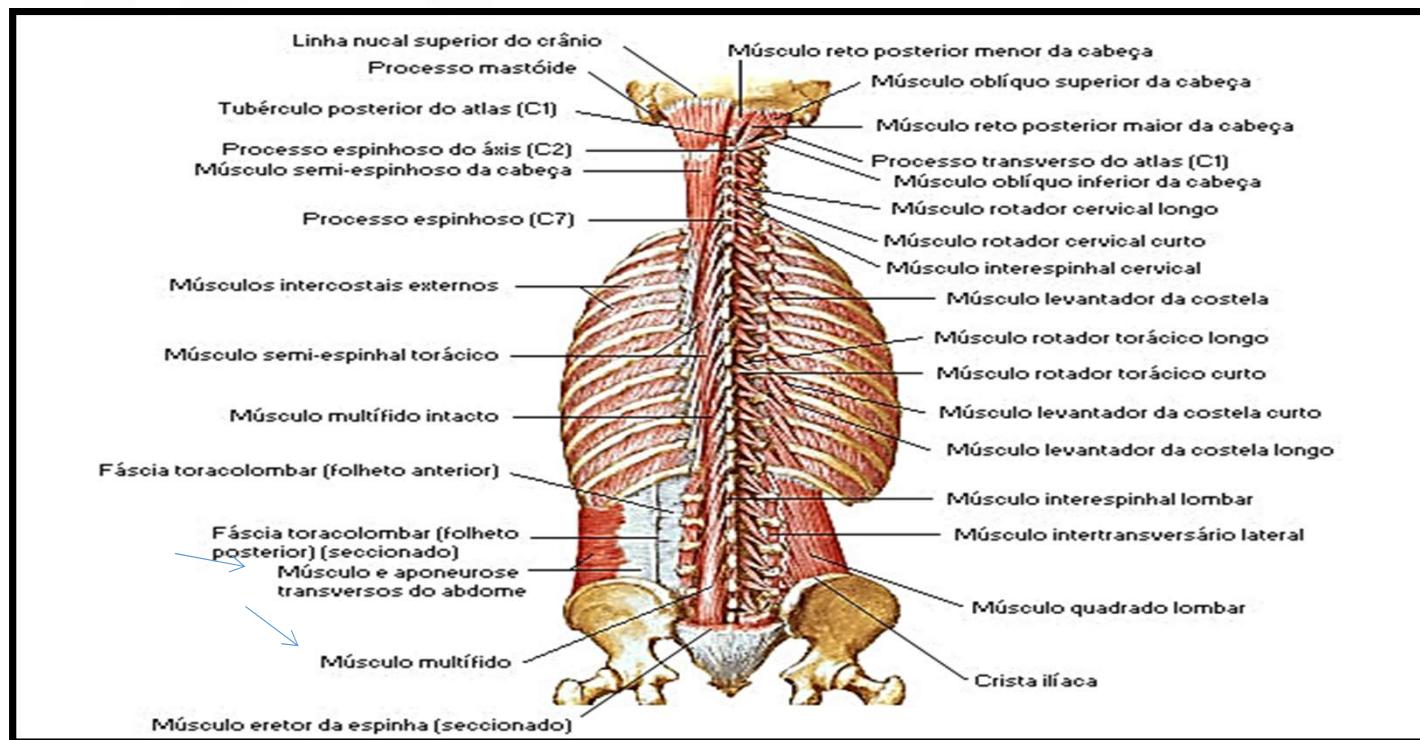
Estruturas Envolvidas

- *Ligamentos*



Estruturas Envolvidas

• *Músculos superficiais e profundos*



ATIVIDADE

- ❖ Realizar um diagnóstico em sala de quais possíveis posições do dia-a-dia são prejudiciais a saúde da colunas, identificar quais doenças mais agravam as dores e quais as causas.
- ❖ Dividir a sala em grupos grandes e realizar um relatório.

PROGRAMA DE RELAÇÃO TECNOLÓGICA



ATIVIDADE PARA CASA

- ❖ Concluir o trabalho para exposição na próxima aula e apresentar aos demais polos as atividades realizadas.
- ❖ Entregar o trabalho em cartolina ao professor mediador.

03.03

PROGRAMA DE RELAÇÃO TECNOLÓGICA



NA PRÓXIMA AULA

Apresentar o trabalho para os demais polos e concluir o conteúdo de coluna vertebral e posturas.

PROGRAMA DE RELAÇÃO TECNOLÓGICA