**Semana 8 –** Ciências da Natureza – **6º ao 7º ano** –

**Movimento do corpo humano**

**Habilidade**

(EF06CI09) Deduzir que a estrutura, a sustentação e a movimentação dos animais resultam da interação entre os sistemas muscular, ósseo e nervoso.

**Ficha Técnica**

Título: Saúde dos Músculos e Ossos

Parceiro realizador: Canal Futura

Duração: 18 min

<http://www.futuraplay.org/video/saude-dos-musculos-e-ossos/96573/>

Cortar a partir de 18min, na cena em que uma mulher vestida de preto e salto caminha em uma calçada cheia de bolsas. Excluir até o fim do vídeo. - Motivo: adequação ao tema e ao tempo do vídeo.

Título: Sistema Locomotor – Ciências – 6º ano – Ensino Fundamental

Parceiro realizador: Canal Futura

Duração: 11min 48

<https://www.youtube.com/watch?v=ac40-iYsurY&t=188s>

Excluir os 10 primeiros segundos da Tela de Abertura - Motivo: excluir indicação de ano de escolaridade.

**Título: Movimento do corpo humano**

**Roteiro de gravação**

**Apresentador:** Hoje, iremos falar sobre o movimento do corpo humano!

Mais especificamente, sobre a interação do nosso sistema muscular e esquelético.

Você já parou para pensar em todas as atividades que realizamos durante o dia, desde a hora que acordamos?

Muitas vezes é automático o fato de nos sentarmos e levantarmos sempre que precisamos de algo.

Nem nos damos conta de tudo que envolve a capacidade de realizar esses movimentos.

No primeiro vídeo, veremos a importância do sistema esquelético e muscular, da realização de atividades físicas e de uma alimentação saudável para manutenção desses sistemas.

Em seguida, veremos, de forma mais detalhada, os componentes do sistema locomotor.

Lembrando que todas as funções desse sistema são comandadas pelo nosso sistema nervoso.

Faça anotações para facilitar a resolução das atividades que virão em seguida!

Vamos lá?

**Entram vídeos da ficha técnica**

**Apresentador:** Nos vídeos, vimos algumas atitudes que colaboram para saúde do nosso sistema locomotor.

Você costuma utilizar mochilas, bolsas ou sacolas pesadas para ir à escola ou a outros lugares?

Observe, de acordo com sua rotina, e escreva um pequeno texto sobre algum tipo de comportamento que influencie de forma negativa a saúde de seus ossos e músculos.

Escreva também sobre atitudes que você pode adotar que colaborem para manutenção da sua saúde física.

Em seguida, converse com as pessoas com quem você mora sobre a importância dessas medidas e sobre como melhorar a qualidade de vida ao seu redor.

O segundo vídeo mostrou a função dos ossos e destacou como o sangue é produzido.

Você já pensou nisso?

Que tal pesquisar sobre esse assunto?

Registre informações sobre onde o sangue é produzido e a importância da medula óssea.

**Transição para correção da atividade**

**Apresentador:** A resposta irá depender dos hábitos de cada um.

Porém, sabemos que alguns comportamentos são comuns entre os jovens, como passar muito tempo sentado com postura não adequada, dormir com travesseiros inadequados ou carregar mochilas com excesso de peso.

Dentre as atitudes que colaboram com a saúde física, podemos destacar o monitoramento desses comportamentos considerados inadequados.

Buscar manter uma postura adequada ao se sentar, reduzir o peso desnecessário em bolsas e mochilas, adotar travesseiros que mantenham os ombros na mesma posição do corpo e levantar e se movimentar a cada período longo, para evitar ficar muito tempo sentado.

O sangue é produzido na medula óssea dos ossos chatos: vértebras, costelas, quadril, crânio e externo.

Nas crianças, os ossos longos, como o fêmur, também produzem sangue.

A medula óssea é um tecido líquido-gelatinoso que ocupa o interior dos ossos, sendo conhecido popularmente por “tutano”.

Na medula se desenvolvem as células sanguíneas, como os leucócitos ou glóbulos brancos, as hemácias ou glóbulos vermelhos, e as plaquetas.

Para saber mais, basta apontar a câmera do celular para o QR code que está na tela.

Bom estudo!

**Para saber mais**

<https://pt.khanacademy.org/science/6-ano/vida-e-evoluo-os-sistemas-do-corpo-humano/os-movimentos-do-corpo-humano/a/o-sistema-locomotor>

<https://www.youtube.com/watch?v=f0RG6pWU9IU>

<https://www.bbc.com/portuguese/geral-49931247>