



GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO  
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO



Aluno: \_\_\_\_\_

Escola: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Ano de Escolaridade: 9º

Professor (a): \_\_\_\_\_

Disciplina: Educação Física

## Semana 18: de 7 a 11 de junho de 2021

**Conteúdo(s) desenvolvido(s):** Funcionamento do organismo humano no que diz respeito às atividades físicas

### Motive-se! Aprenda!

Assistir ao vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=i7QwQPiaAa0A>

A Fisiologia é ciência que estuda as alterações que ocorrem durante as atividades físicas como frequência cardíaca, queima de calorias, perda de água e sais minerais e aquelas que ocorrem ao longo prazo como melhora da condição cardiorrespiratória, aumento da massa muscular, da força e da flexibilidade e diminuição de tecido adiposo(gordura).

A Bioquímica aborda os conteúdos que subsidiam a fisiologia: alguns processos metabólicos de produção de energia, eliminação e reposição de nutrientes básicos.

### Atividades

- 1) É a ciência que estuda as alterações que ocorrem durante as atividades físicas:
- 2) Quais são as alterações que ocorrem durante as atividades físicas?
- 3) Quais são as alterações que ocorrem a longo prazo nas atividades físicas?
- 4) Qual é a ciência que subsidia a Fisiologia?
- 5) Quais são os nutrientes que os seres humanos necessitam? (pesquisar no Google ou YouTube)