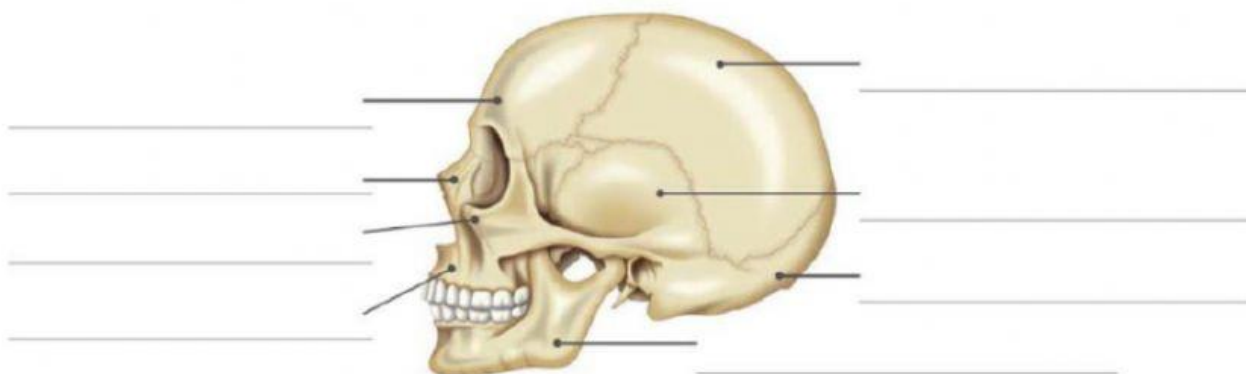


Nome: \_\_\_\_\_ Nº: \_\_\_\_\_ Turma: A do 4.º ano

## 1. Assinala as afirmações verdadeiras sobre o corpo humano.

- ☐ O ser humano é invertebrado porque tem esqueleto interno.
- ☐ Uma das funções do esqueleto é dar forma ao corpo.
- ☐ O esqueleto é responsável pelo movimento do corpo e pela proteção dos órgãos vitais.
- ☐ Os sais minerais essenciais ao funcionamento das células estão armazenados no esqueleto.
- ☐ As articulações ligam os ossos aos músculos.

## 2. Legenda, corretamente a imagem.



## 3. Completa as frases com as palavras do quadro.

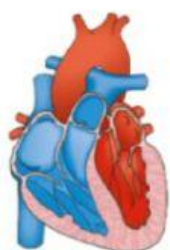
- a) O corpo humano tem mais de \_\_\_\_\_ músculos.
- b) Os músculos ligam-se aos ossos pelos \_\_\_\_\_.
- c) O coração é um músculo \_\_\_\_\_.
- d) Os músculos \_\_\_\_\_ são controlados pela nossa vontade.
- e) O exercício físico \_\_\_\_\_ os músculos.
- f) Os músculos permitem manter a \_\_\_\_\_.
- g) As \_\_\_\_\_ são nutrientes essenciais aos músculos.

proteínas  
fortalece  
tendões  
voluntários  
involuntário  
seiscentos  
postura corporal

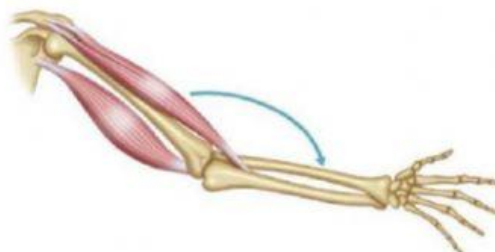
4. Para que servem os músculos? **Assinala** as suas funções.

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Suporte dos ossos.              | <input type="checkbox"/> Locomoção ou movimento.       |
| <input type="checkbox"/> Produção de células sanguíneas. | <input type="checkbox"/> Proteção dos órgãos internos. |
| <input type="checkbox"/> Circulação sanguínea.           | <input type="checkbox"/> Aquecimento do corpo.         |

5. **Faz** a legenda dos órgãos que possuem músculos involuntários.



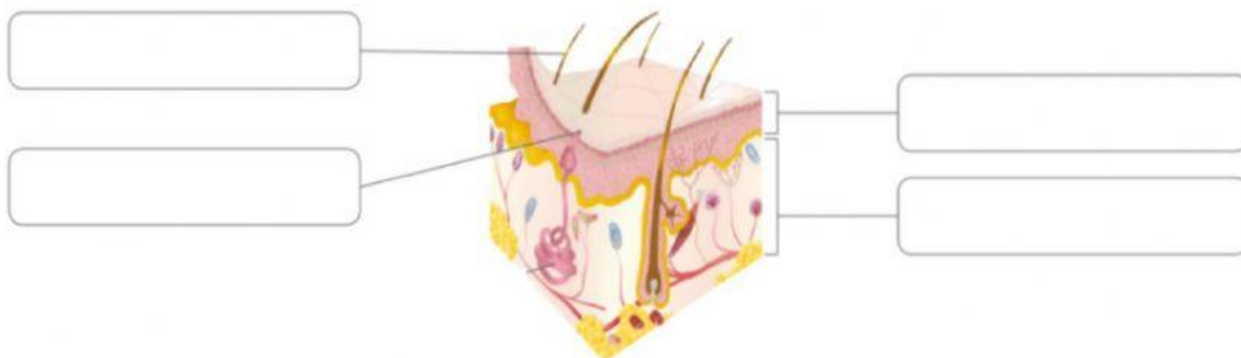
6. **Legenda** as imagens, identificando o movimento dos músculos.



**Distensão**

**Contração**

7. **Legenda** a figura.



8. Indica dois hábitos para mantermos a nossa pele saudável.

---

---

---

9. Observa as imagens A e B, assinalando a imagem que representa um comportamento correto.



10. Seleciona as opções que completam corretamente a frase.

Devo fazer uma exposição moderada ao sol porque permite...

- ☐ produzir vitamina D, que ajuda a fixar o cálcio nos ossos.
- ☐ produzir vitamina A para ficar com os olhos saudáveis.
- ☐ produzir melanina, que dá cor à pele e a protege dos raios solares.
- ☐ melhorar a circulação sanguínea.

11. Indica dois cuidados a ter durante a exposição solar.

---

---

---

Bom Trabalho! 😊