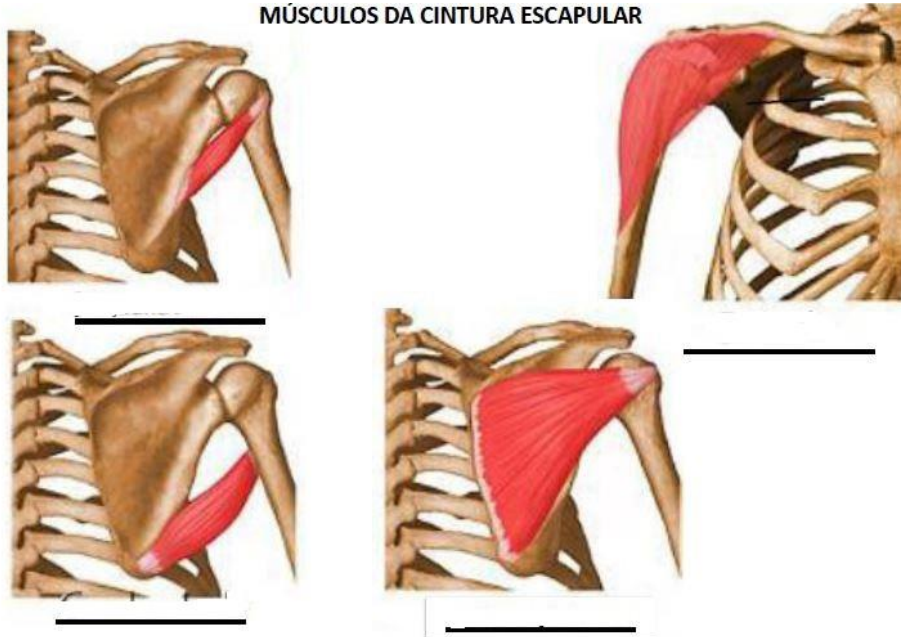


Agrupamento Escolas de Figueiró dos Vinhos 		 QUADRO DE REFERÊNCIA ESTRATÉGICO NACIONAL PORTUGAL 2007-2013	 UNIÃO EUROPEIA Fundo Social Europeu	 PROGRAMA OPERACIONAL POTENCIAL HUMANO
Disciplina de Estudo do Movimento		Professor Ricardo Ramos		Ano letivo 2013/2014
Módulo 2 – Miologia			Técnico de Apoio à Gestão Desportiva	
Aluno:				N.º :
Classificação:	Valores	Rubrica Docente:		Rubrica Enc. Educação:
(	Valores)			

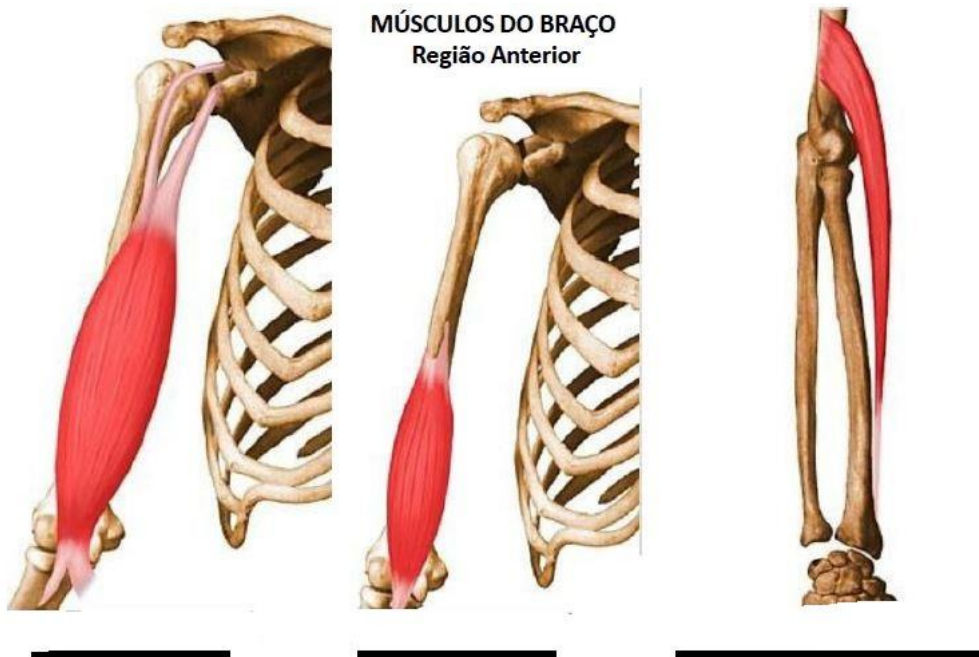
Lê com atenção as seguintes questões e responde na folha de teste.

1- Faz a legenda das figuras

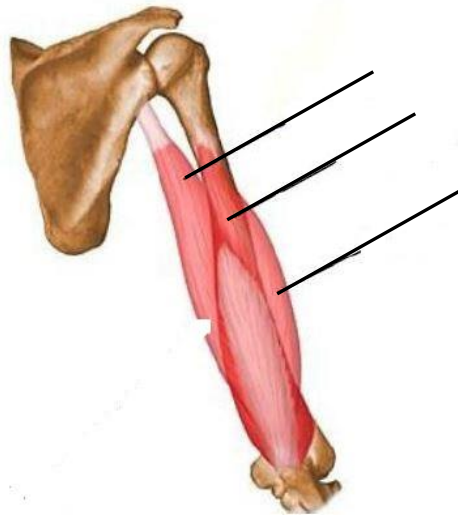
MÚSCULOS DA CINTURA ESCAPULAR



MÚSCULOS DO BRAÇO Região Anterior



MÚSCULOS DO BRAÇO Região Posterior



2- Diz o que é a bioenergética.

3- O dispêndio energético pode depender de vários factores. Indica quais.

4- O que é o ATP?

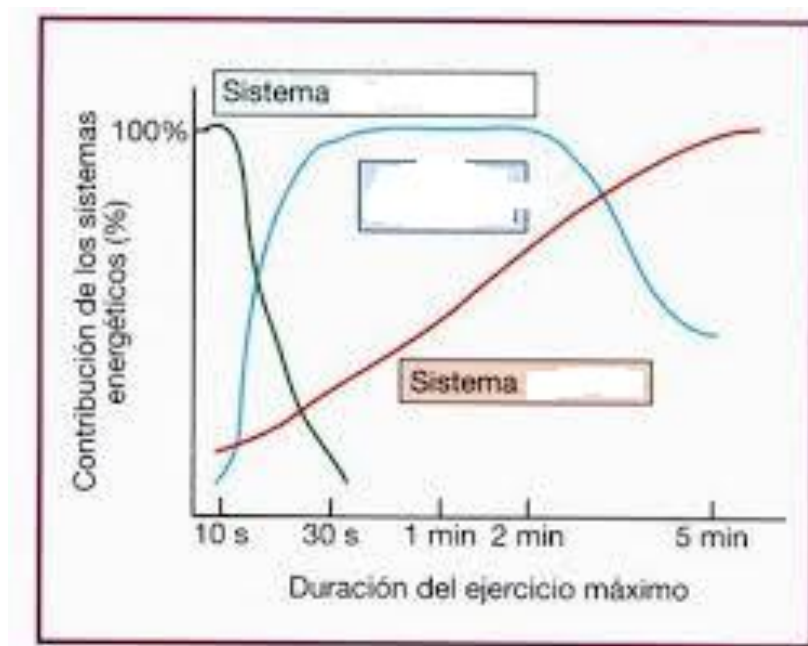
5- Como se consegue a energia proveniente do ATP?

6- O ATP dos músculos vem de três sistemas bioquímicos diferentes. Indica quais são.

7- Indica qual o Sistema:

- a) Anaeróbio láctico
- b) Aeróbio
- c) Anaeróbio alático

8- Faz a legenda da figura, indicando os sistemas energéticos utilizados em função do tempo de exercício.

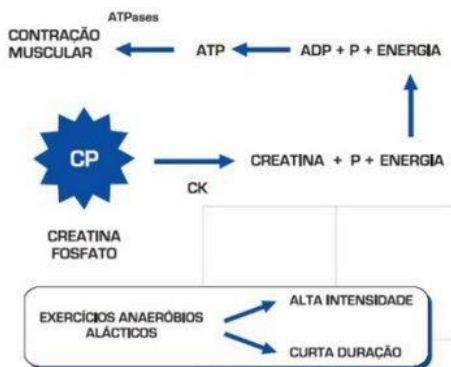


9- Indica as vantagens e desvantagens de cada um dos sistemas

10- Faz corresponder cada um dos esquemas energéticos a cada um dos respectivos sistemas



Sistema _____



Sistema _____



Sistema _____