

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.

A - ORGANIZAÇÃO MACROSCÓPICA E PROPRIEDADES DO MÚSCULO ESQUELÉTICO

1. Diz o que entendes por Miologia.

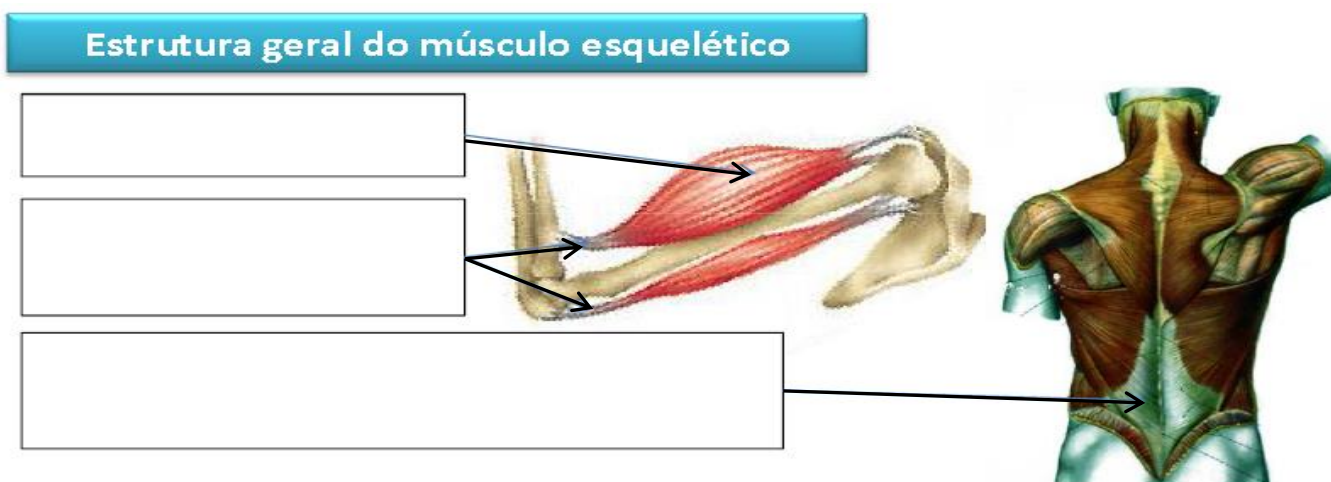
2. Indica quais as propriedades do tecido muscular.

3. Explica cada uma delas.

4. Quais as funções do tecido muscular?

5. Indica os tipos de tecido muscular e as suas características.

6. Faz a legenda da figura.



7. Indica quais os objectivos dos alongamentos

a) Antes da actividade muscular intensa

b) Após a actividade muscular intensa

B - ORGANIZAÇÃO MICROSCÓPICA E CONTRAÇÃO MUSCULAR

8. Faz um esquema (com legenda) que represente uma estrutura muscular passando do plano macroscópico para o plano microscópico (do músculo à miofibrila)

9. Explica como ocorre a contracção muscular

10. Faz a legenda das figuras

