4º ANO

AVALIAÇÃO MENSAL SET/OUT

ESTUDO DO MEIO

RUBRICA:

NOME: _____ **DATA:** ___/___/___

ESCOLA: _____ **INFORMAÇÃO:** _____

1 – Observa a imagem ao lado, representativa de um esqueleto humano.

1.1 – Circunda na figura:

a) a **azul** o tronco.
b) a **verde** a cabeça.
c) a **cinza** os membros inferiores.
d) a **vermelho** os membros superiores.

2 – Classifica com V (verdadeiro) ou F (falso) as afirmações seguintes:

a) O esqueleto é o conjunto de todos os ossos do corpo humano. ☐
b) Os ossos têm todos o mesmo tamanho e forma. ☐
c) O esqueleto tem como única função sustentar o corpo. ☐
d) Uma articulação é uma união entre dois ossos. ☐
e) Todas as articulações são móveis. ☐

2.1 – Corrige as afirmações falsas.

_____

_____

_____

3 – Pinta a verde os espaços que têm nomes de ossos da face e de amarelo os que têm nomes de ossos do crânio.

Maxilar superior	Nasal	Parietal	Occipital
Maxilar inferior	Frontal	Malar	Temporal

4 – Escreve o nome dos ossos que constituem o esqueleto do tronco.

_____

5 – Relaciona os ossos ao membro a que pertencem.

Tíbia | Úmero | Fémur | Cúbito | Perónio | Rádio

Membro superior

Membro inferior

6 – Assinala com X a opção correta.

Um dos ossos curtos do esqueleto humano é…

a) a costela. ☐ **c)** o esterno. ☐

b) a vértebra. ☐ **d)** o perónio. ☐

7 – Legenda a imagem ao lado com nomes dos ossos e das partes em que se divide o membro inferior.

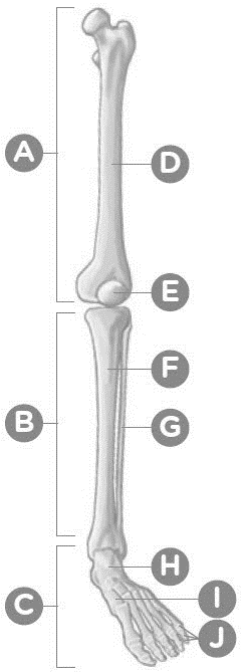
A – _____ F – _____

B – _____ G – _____

C – _____ H – _____

D – _____ I – _____

E – _____ J – _____



8 – Relaciona de acordo com as funções do esqueleto a seguir indicadas.

Suporte	dos membros, juntamente com os músculos.
Proteção	de sais minerais (cálcio e fósforo).
Movimento	dos órgãos internos e de choques exteriores.
Reserva	do corpo, dando-lhe forma e facilitando a postura.

9 – Que órgãos são protegidos pela caixa torácica?

_____

_____

10 – Assinala com X as afirmações verdadeiras.

Para que os ossos sejam fortes e saudáveis devemos…

ter uma alimentação equilibrada, rica em cálcio e proteínas. ☐

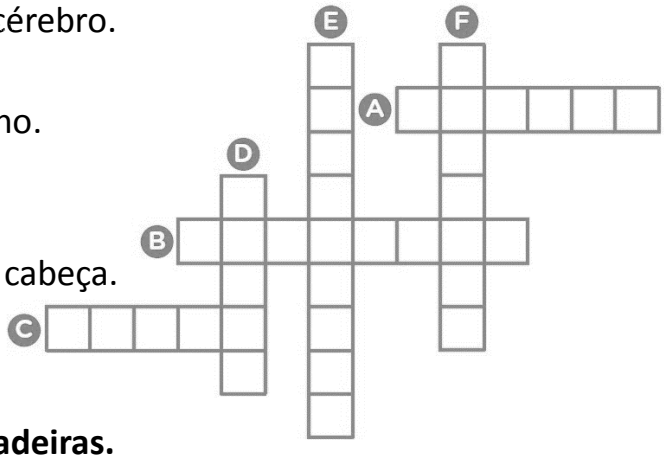
ter uma alimentação equilibrada, rica em cálcio e fósforo. ☐

praticar exercício físico uma vez por mês. ☐

manter a coluna vertebral direita em todas as ocasiões. ☐

11 – Preenche o crucigrama, com nomes de ossos do corpo humano.

a) Conjunto de ossos que protege o cérebro.
b) Osso do ombro achatado.
c) O osso mais longo do corpo humano.
d) Osso do braço.
e) Osso da região da nuca.
f) Osso da frente e parte superior da cabeça.



12 – Seleciona com X as afirmações verdadeiras.

a) Os músculos nunca estão ligados aos ossos. ☐

b) Os músculos apoiam e suportam os ossos. ☐

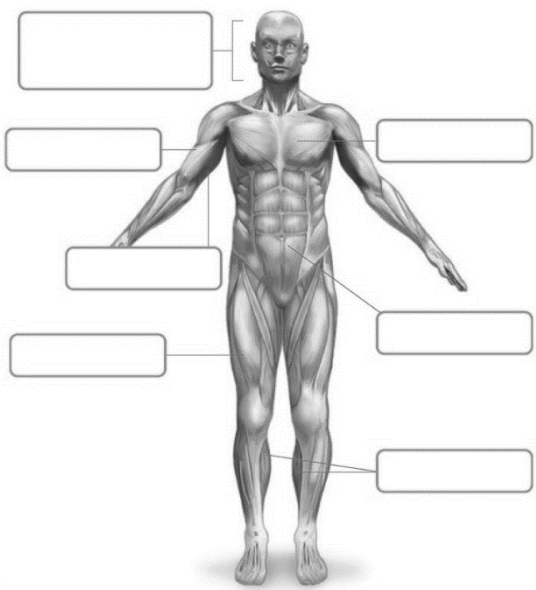
c) Os músculos são responsáveis pelo movimento dos ossos. ☐

d) Os músculos de contração voluntária são automáticos. ☐

e) Os músculos de contração involuntária movem-se com a nossa interferência. ☐

13 – Legenda a figura com os nomes de músculos do corpo humano apresentados em baixo.

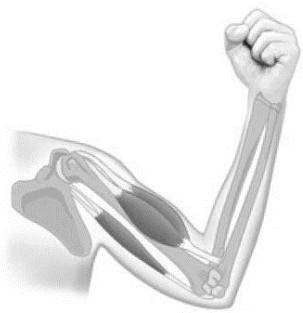
Peitorais
Músculos da cara
Gémeos
Bíceps
Abdominais
Quadríceps
Tríceps



14 – Relaciona de acordo com as funções dos músculos:

Suporte •	• Intervêm na movimentação, porque estão ligados aos ossos por tendões.
Movimento do corpo •	• Dá-se em virtude dos movimentos de contração involuntária dos músculos de alguns órgãos.
Movimento de substâncias •	• Devido ao movimento, permitem manter a temperatura corporal.
Produção de calor •	• Apoiam e suportam os ossos.

15 – Legenda as figuras com músculo bíceps contraído e músculo bíceps relaxado.



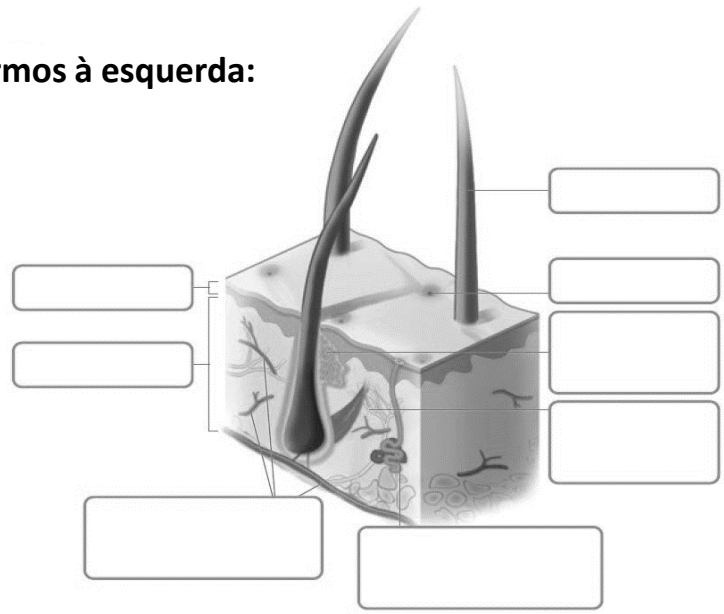
_____ _____

16 – Como se chama o órgão que reveste toda a superfície do nosso corpo?

_____

17 – Legenda a figura, usando os termos à esquerda:

Glândula sebácea
Pelo
Vasos sanguíneos
Poro
Glândula sudorípara
Derme
Terminação nervosa
Epiderme



18 – Seleciona com X a opção correta.

Devemos evitar a exposição solar entres as…

a) 9 e as 12 horas. ☐ **b)** 14 e as 16 horas. ☐ **c)** 11 e as 16 horas. ☐

19 – Explica como se deve proceder em caso de queimadura solar.

_____

_____

20 – Classifica com V (verdadeira) ou F (falsa) as seguintes afirmações.

a) Uma fratura é uma lesão provocada por excesso de sol. ☐

b) Uma fratura é um traumatismo resultante da rotura de um osso. ☐

c) Uma fratura é uma hemorragia provocada por um traumatismo. ☐

d) Uma distensão muscular é uma lesão indolor num músculo. ☐

e) Uma distensão muscular é uma lesão num músculo. ☐

21 – Preenche o crucigrama:

A - Para evitar incêndios devemos manter as... sempre limpas.

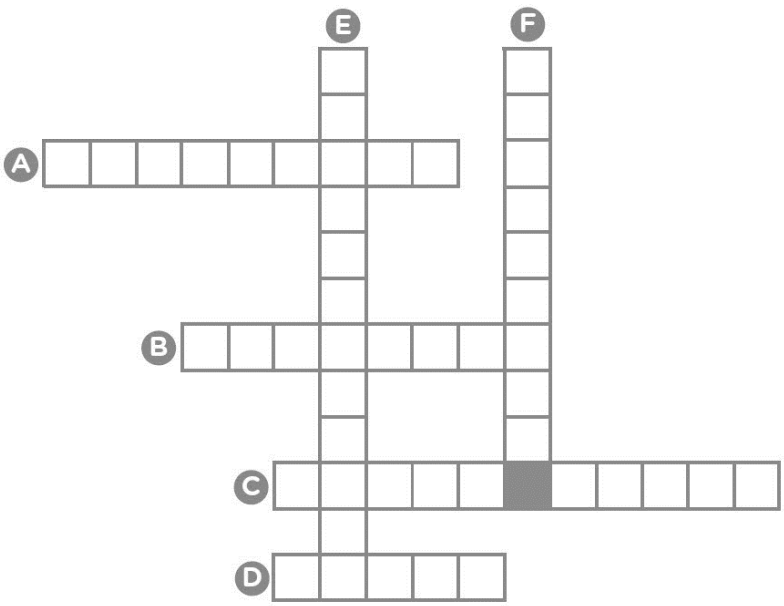
B - Caso ocorra um pequeno incêndio num edifício, deve-se começar por tentar apagá-lo com um…

C - Os incêndios florestais destroem o habitat de muitos…

D - Em caso de incêndio é fundamental manter a…

E - O índice UV mede os níveis de intensidade dos raios…

F - Em caso de incêndio, devemos telefonar para o 112 ou 117 para chamar os...



22 – Escreve três regras de proteção das florestas contra incêndios.

_____

_____

23 – Como se chamam os aparelhos que registam a ocorrência e a intensidade dos sismos.

_____

24 – Assinala com X as opções que completam cada afirmação corretamente.

24.1 – Durante um sismo, o mais seguro é…

a) fugir, utilizando o elevador. ☐

b) manter a calma e procurar o vão de uma porta. ☐

c) manter a calma e ficar no meio de uma sala. ☐

24.2 – Uma medida de prevenção de sismos é organizar um *kit* de emergência que deve conter…

a) computador. ☐	**d)** rádio portátil. ☐	**g)** bloco de notas. ☐
b) pilhas. ☐	**e)** chapéu. ☐	**h)** máquina fotográfica. ☐
c) fruta. ☐	**f)** lanterna. ☐	**i)** caixa de 1os socorros. ☐

25 – Indica o sismo mais violento de que há memória no nosso país.

_____