

Os Sistemas do Corpo Humano

Nome: _____ Turma: _____ Ano: 4.º ano Data: _____

Olá! Nesta ficha, vamos explorar como o nosso corpo funciona e a importância de cuidar dele. Lê com atenção e responde a todos os exercícios.

Aprendo... Os Sistemas do Corpo Humano

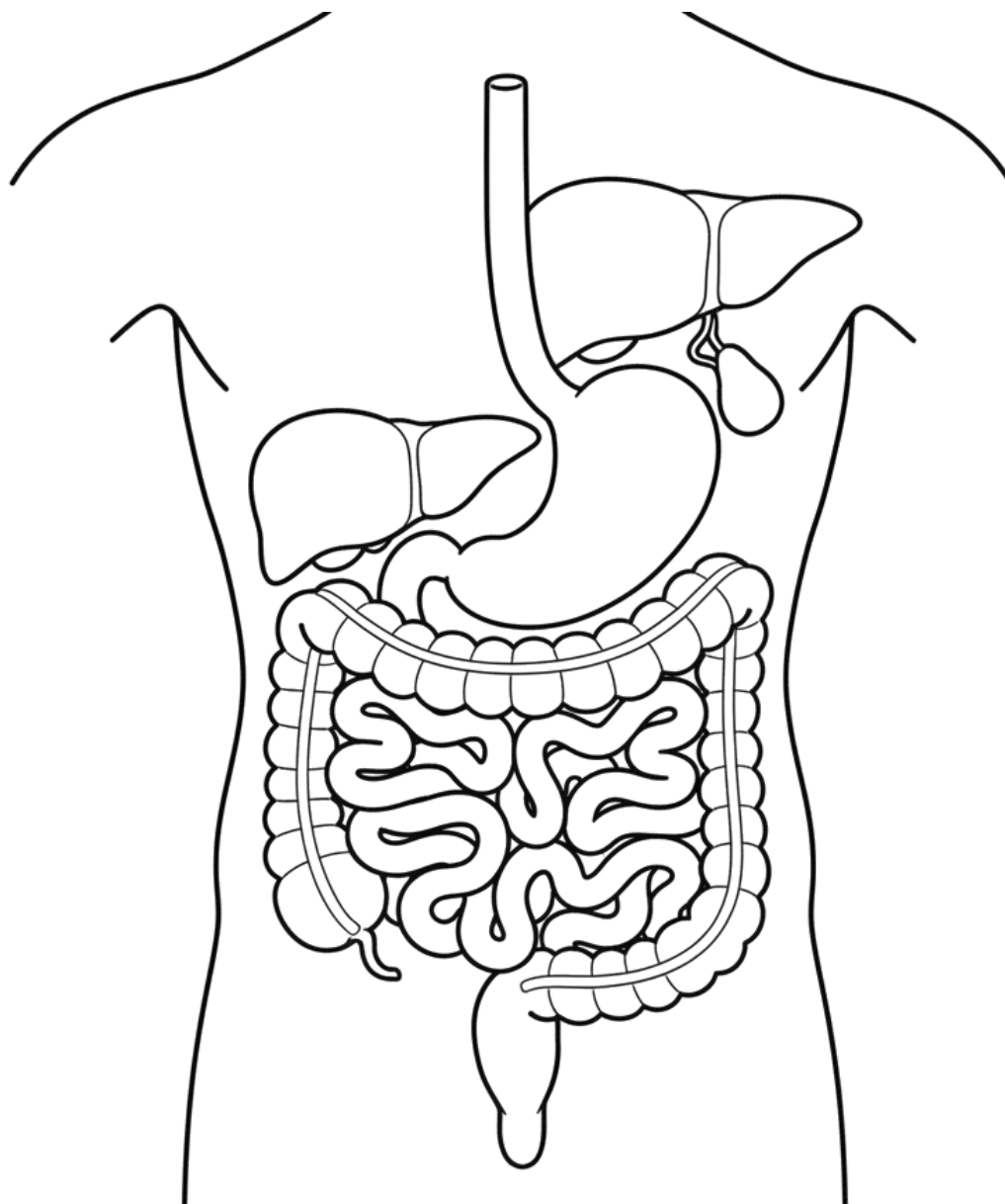
O nosso corpo é como uma máquina com várias equipas, os sistemas. Cada sistema faz um trabalho diferente para nos mantermos saudáveis e funcionarmos bem.

O Sistema Digestivo: transforma a comida em energia para o corpo.

O Sistema Respiratório: faz-nos respirar, levando oxigénio e tirando o ar sujo.

O Sistema Circulatório: leva o sangue a todo o corpo, transportando coisas importantes.

1 Dá cor à imagem.



2 Completa as frases sobre os sistemas do corpo humano.

O sistema digestivo é responsável pela _____ dos alimentos, transformando-os para o corpo poder usar. Os alimentos viajam do esófago para o _____. Para respirar, usamos o sistema respiratório, cujos órgãos principais são os _____ e a traqueia. Este sistema permite que o _____ entre nos nossos pulmões. O sistema circulatório transporta o sangue e nutrientes, tendo como órgão principal o _____. O sangue circula por todo o corpo através dos vasos _____. Para dar forma e suporte ao corpo, temos o sistema _____, composto por ossos.

3 Liga cada sistema do corpo aos seus órgãos principais.

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| Sistema Digestivo • | • Estômago e Intestinos |
| Sistema Respiratório • | • Coração |
| Sistema Circulatório • | • Pulmões |
| Sistema Esquelético • | • Ossos |

4 Assinala o hábito que contribui para manteres o corpo saudável e cheio de energia.

- ☐ a) Dormir poucas horas por noite.
- ☐ b) Comer fruta e legumes diariamente.
- ☐ c) Passar longas horas em frente ao computador.
- ☐ d) Beber apenas refrigerantes nas refeições.

5 Ordena as frases de acordo com o caminho do alimento no nosso corpo.

- ☐ A comida é mastigada na boca e misturada com saliva.
- ☐ O alimento desce pelo esófago.
- ☐ No estômago, o alimento é triturado e misturado com sucos gástricos.
- ☐ No intestino delgado, os nutrientes são absorvidos para o sangue.
- ☐ No intestino grosso, a água é absorvida do que resta do alimento.
- ☐ As fezes são formadas e depois eliminadas pelo ânus.

6 Completa a tabela com as informações corretas sobre os sistemas do corpo humano.

Sistema	Órgãos Principais	Função Principal
Sistema Digestivo		Transforma os alimentos para o corpo os poder usar.
Sistema Respiratório	Nariz, faringe, laringe, traqueia, brônquios e pulmões.	
	Coração, vasos sanguíneos (artérias, veias e capilares).	Transporta o sangue e as substâncias necessárias pelo corpo.
Sistema Locomotor		Permite o movimento do corpo e dá-lhe suporte.