

**BMA0129-Anatomia do Aparelho Locomotor**  
**Curso Educação Física e Esporte – ICB-USP**  
**Roteiro da Aula Prática – Músculos da cintura escapular e braço**

Mesa 1. Complete

<b>Alfinete</b>	<b>Músculo</b>
Amarelo	
Rosa	
Azul	
Verde	
Branco	

Mesa 2. Complete o quadro

	<b>Músculo</b>	<b>Inserção Prox.</b>	<b>Inserção Distal</b>
Roxo			
Laranja			
Azul			
Vermelho			
Amarelo			

Mesa 3. Complete o quadro:

	<b>Músculo</b>	<b>Ação</b>
Branco		
Vermelho		
Verde		
Amarelo		
Azul		
Rosa		
Laranja		
Roxo		

Mesa 4. Responda:

Qual é o músculo indicado pelo alfinete? \_\_\_\_\_

Qual é a sua inserção proximal? \_\_\_\_\_

Qual é a sua inserção distal? \_\_\_\_\_

Qual é a ação desse músculo? \_\_\_\_\_

5. Cite os músculos indicados pelos alfinetes:

rosa \_\_\_\_\_

verde \_\_\_\_\_

amarelo \_\_\_\_\_

6. Quais são os músculos indicados pelos alfinetes?

<b>Alfinete</b>	<b>Músculo</b>	<b>Inserção Prox.</b>	<b>Inserção Distal</b>	<b>Ação</b>
Vermelho				
Rosa				
Verde				

7. Indique os músculos:

<b>Alfinete</b>	<b>Músculo</b>	<b>Inserção Prox.</b>	<b>Inserção Distal</b>
Branco			
Roxo			
Verde			

Esses músculos juntamente com o subescapular compõem o \_\_\_\_\_.

8. Complete o quadro:

<b>Alfinete</b>	<b>Músculo</b>	<b>Inserção Prox.</b>	<b>Inserção Distal</b>	<b>Ação</b>
Rosa				
Amarelo				
Verde				

9. Complete o quadro:

<b>Alfinete</b>	<b>Músculo</b>	<b>Inserção Prox.</b>	<b>Inserção Distal</b>	<b>Ação</b>
Branco				
Rosa				