PROPÓSITO:

Identifico los principales huesos y músculos de mi tronco y de las extremidades superiores.

TALLER 12

SISTEMA OSEO Y MUSCULAR

MOTIVACIÓN:

1. Párate al frente de un espejo, observa tu cabeza y tu cara.
   - ¿Cuántos huesos puedes contar en tu cara?
   - ¿Cuántos huesos puedes contar en tu cabeza?
2. Observa tus brazos y tu tronco.
   - ¿Cuántos huesos puedes contar en tus brazos?
   - ¿Cuántos huesos en tu tronco?
3. Observa tu cadera y tus piernas.
   - ¿Cuántos huesos puedes contar en tus piernas?
   - ¿Cuántos huesos puedes contar en tus caderas?

EXPLICACIÓN:

¿Cómo está organizado tu sistema óseo?

Tu esqueleto realiza varias funciones:

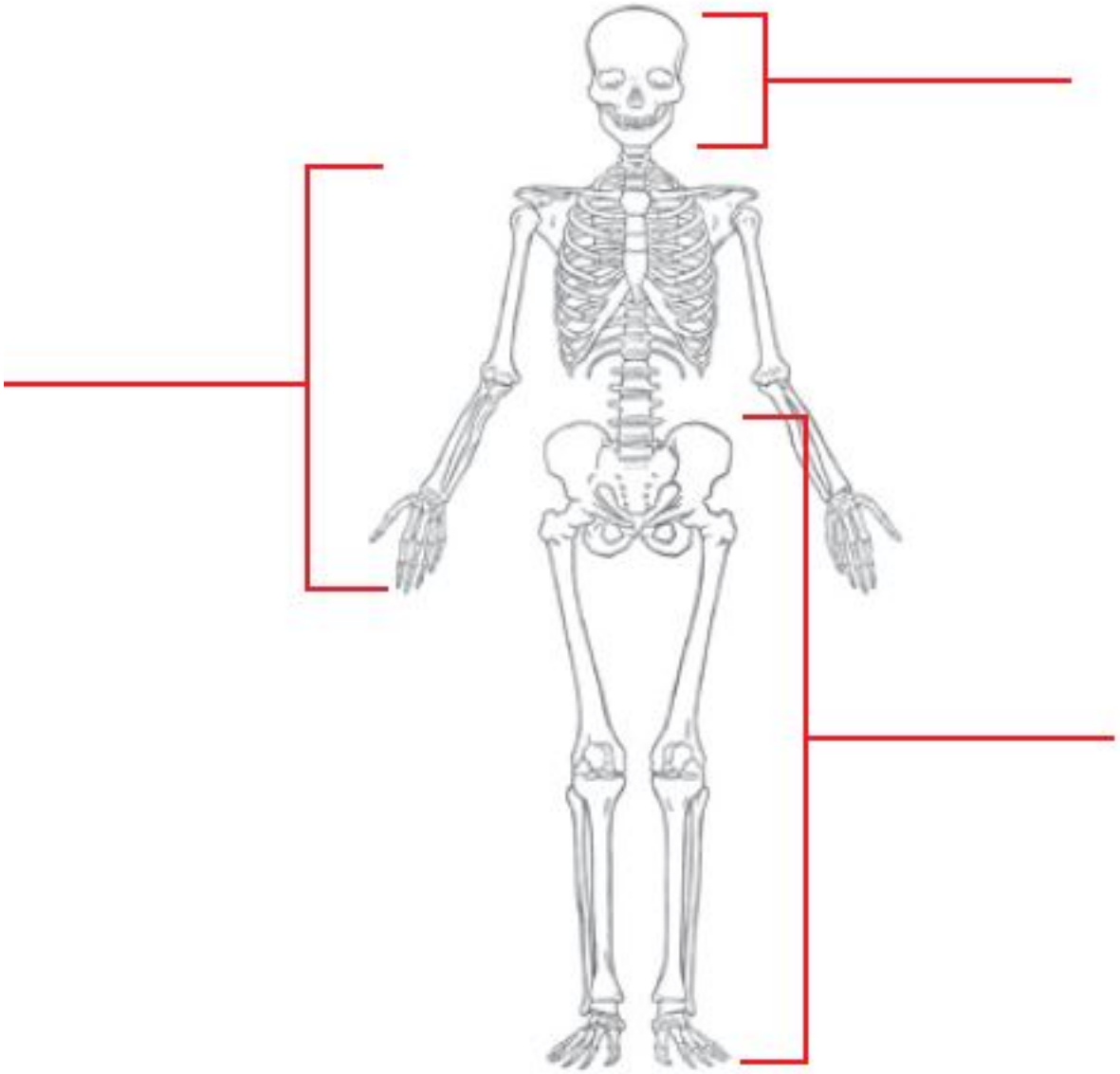
1. Proporciona una estructura rígida que sostiene tu cuerpo y protege tus órganos internos.
2. Producen eritrocitos, leucocitos y plaquetas.
3. Sirve como sitio de almacenamiento de calcio y fósforo.



EJERCICIOS:

- En una imagen del esqueleto humano, identifica con colores diferentes los siguientes huesos.

1. Huesos de la cara y cabeza: pómulos, maxilar superior, hueso nasal, frontal, parietales, y temporales.
2. Huesos de los brazos y el tronco: clavícula, omoplato, húmero, cúbito, radio, carpo, esternón, costillas, columna vertebral.
3. Huesos de la cadera y las extremidades inferiores: coxis, pelvis, rótula, fémur, tibia, peroné.

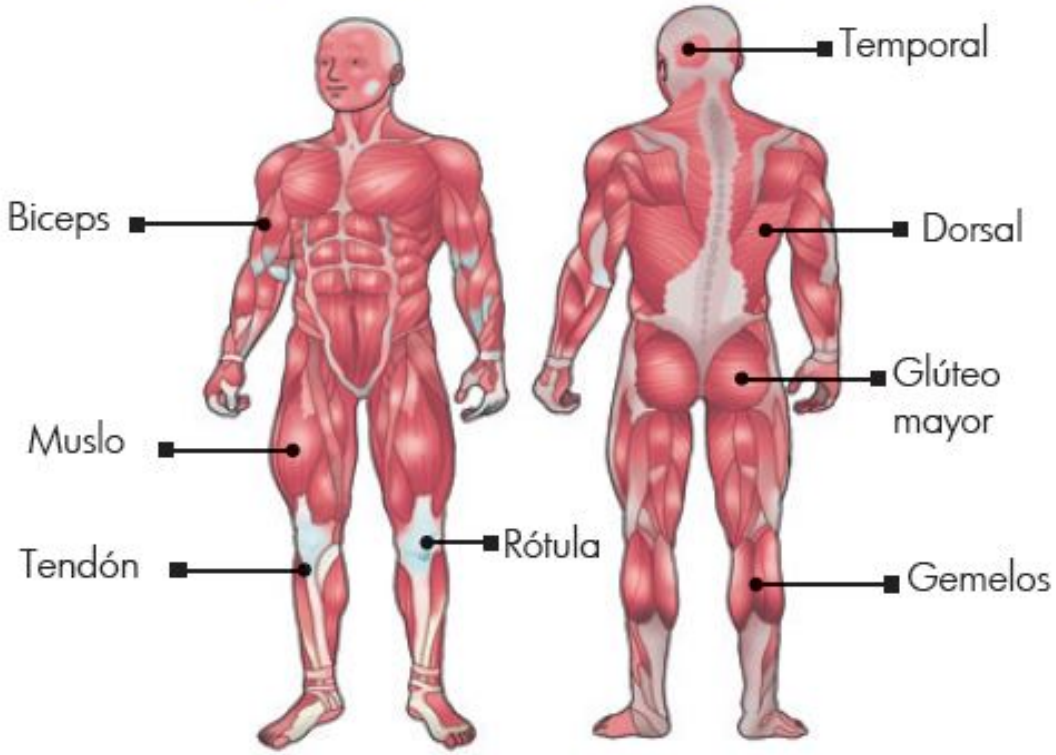


EVALUACIÓN:

¿Cuáles son los músculos de tu cuerpo?

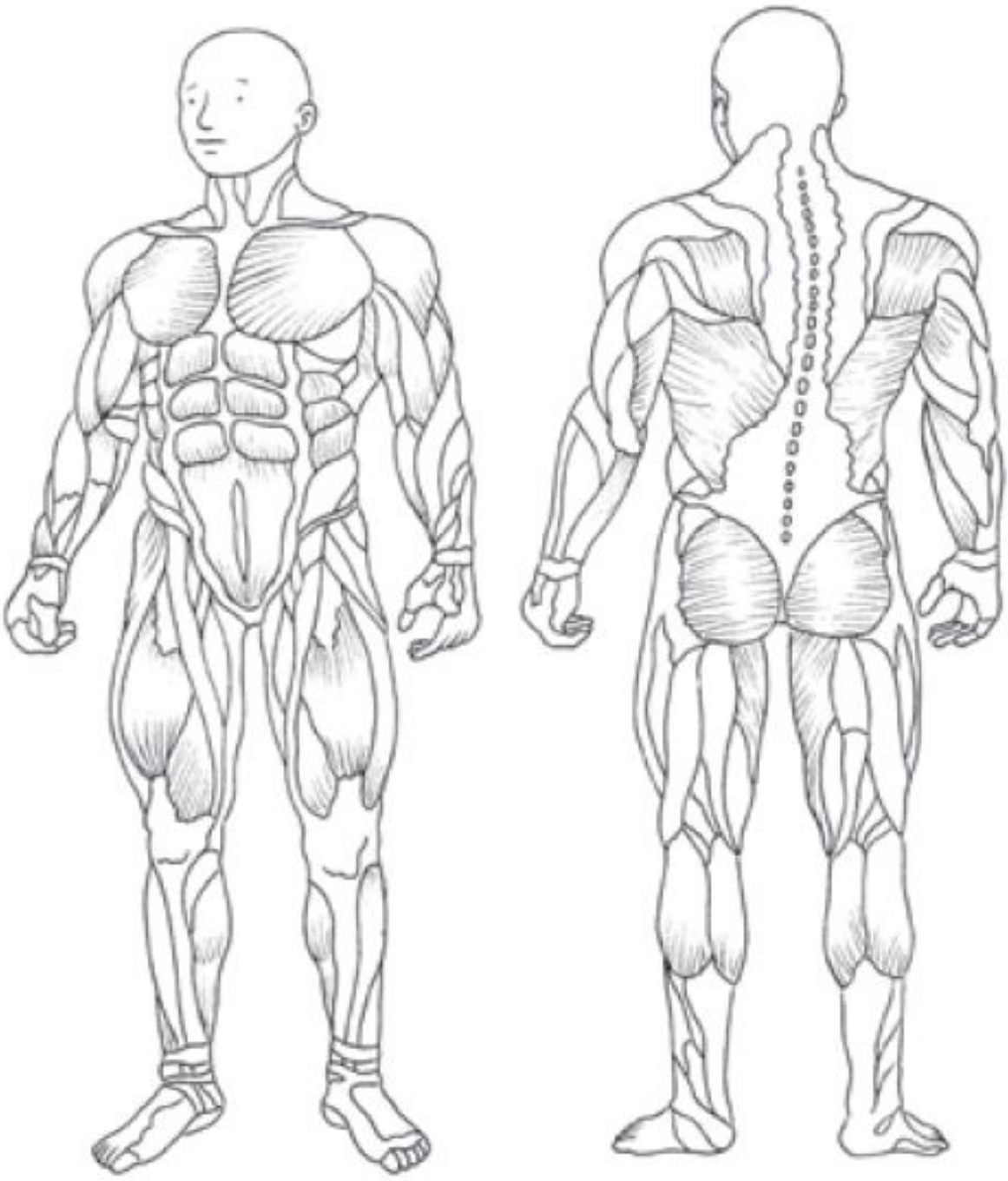
Los mamíferos han desarrollado tres tipos de músculos.

1. Esquelético: se utiliza para mover el esqueleto.
2. Cardíaco: se encuentra en el corazón. Se activa iniciando sus propias contracciones.
3. Liso: produce contracciones lentas y se encuentra en las paredes del sistema digestivo y en los vasos sanguíneos.



En una imagen del sistema muscular identifica con colores diferentes los siguientes músculos:

1. Músculos de la cara y cabeza: orbicular de los ojos, orbicular de la boca, frontal, risorio, esternocleidomastoideo, escaleno, trapecio.
2. Músculos de los brazos y el tronco: bíceps, tríceps, pectoral, serratos, oblicuos, recto.
3. Músculos de las extremidades inferiores: glúteos, gemelos.



BIBLIOGRAFÍA:

RETOS PARA GIGANTES MEN