PROPÓSITO:

Reconocer el sistema muscular humano y sus funciones.

MOTIVACIÓN:

¿Recuerdas cómo está formado el sistema locomotor humano?

EXPLICACIÓN:

Lee la página 416 de tu texto guía Manual 5.

ENTORNO VIVO

EL SISTEMA MUSCULAR

Los **músculos** son órganos blandos. Están formados por células alargadas, llamadas células musculares, con capacidad para contraerse. Los músculos se encuentran unidos a los huesos, y cuando sus células se contraen, afectan el hueso.

En el organismo funcionan aproximadamente 650 músculos. Figura 2.12

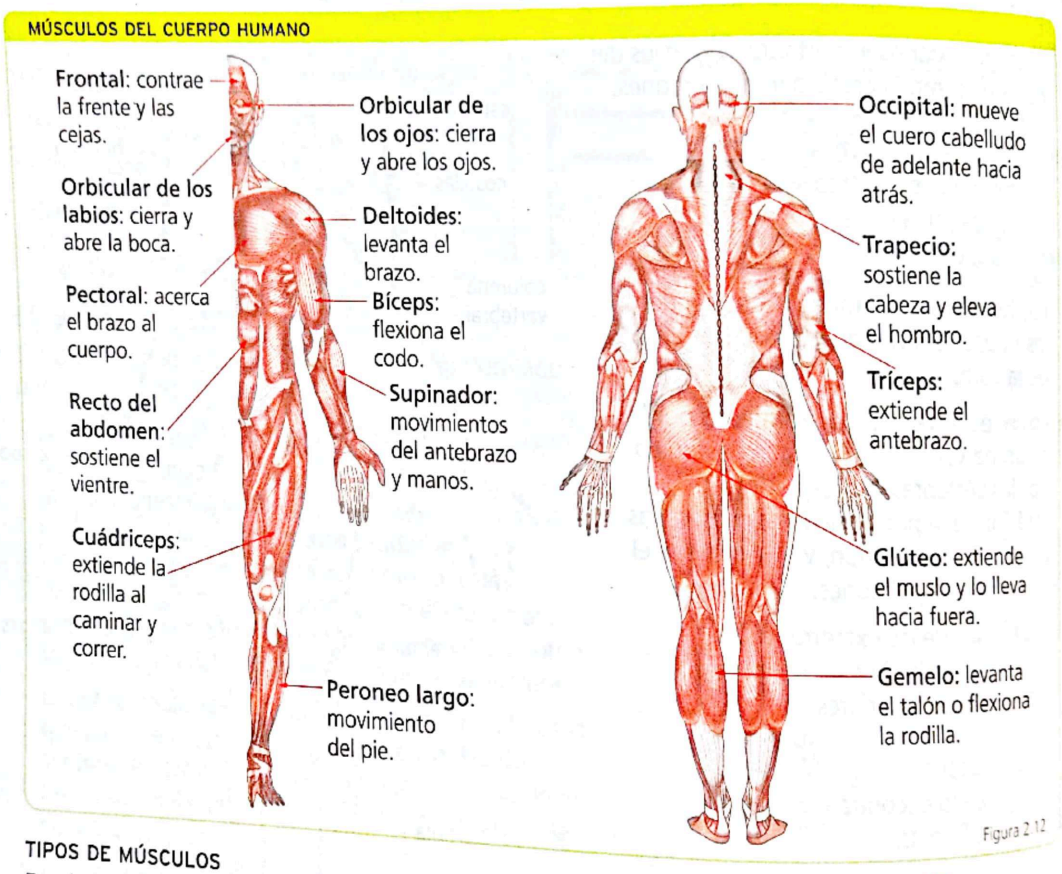

Figura 2.12

TIPOS DE MÚSCULOS

En el cuerpo hay tres clases de músculos: esquelético, liso y cardíaco.

- El músculo **esquelético**. Son los músculos que se unen a los huesos del cuerpo. Se llaman músculos voluntarios porque su contracción depende de la voluntad de cada persona. Realizan los movimientos que nos permiten saltar, nadar, tocar un instrumento, etc.
- El músculo **liso**. Es un tipo de músculo que se halla en las paredes de los órganos internos como las arterias, las venas, el estómago y el intestino. Se denominan involuntarios porque su contracción no depende de nuestra voluntad.
- El músculo **cardíaco**. Forma la pared del corazón y lo hace latir en forma rítmica. El movimiento del corazón también es involuntario.

COMPRENDE. **Explica la razón fundamental por la que el músculo cardíaco no es voluntario.**

Los músculos se mueven al trotar.

PROYECTO APRENDER JUNTOS © EDICIONES SM

Escaneado con CamScanner

EJERCICIOS:

Resuelve las actividades de la página 417.

DESARROLLA TUS COMPETENCIAS

UNIDAD 2

Interpreta

1 RESUME. En tu cuaderno, copia y completa el esquema del sistema locomotor.

EL SISTEMA LOCOMOTOR está formado por

- ( ) que forman el esqueleto que según su forma son ( ) ( ) ( )
- articulaciones que ( ) que según su movilidad son ( ) ( ) ( )
- ( ) que ( ) y pueden ser de tipo ( ) ( ) ( )

Argumenta y propone

2 DEDUCE. La niña de la figura 2.13 ha construido una manualidad que imita a una estructura del sistema locomotor. Con un compañero, contesten las siguientes preguntas.

- ¿De qué estructura se trata? Justifiquen su respuesta.

  .....

  .....

- ¿Por qué se puede doblar con tanta facilidad?

  .....

  .....

- Si quisieran representar la diferencia entre un músculo liso y un músculo esquelético, ¿qué modelo realizarían?

  .....

  .....

Figura 2.13

APRENDER JUNTOS

Participen con ideas para elaborar un modelo de los músculos y luego, constrúyanlo entre todos.

DESARROLLO MIS COMPROMISOS

HAZ ESTIRAMIENTOS ANTES DE PRACTICAR DEPORTE

Hacer deporte resulta positivo para el cuerpo siempre y cuando se tengan en cuenta algunas pautas. Una de las más importantes es hacer estiramientos iniciales para que los músculos se acostumbren poco a poco al ejercicio y no se sometan a una tensión demasiado fuerte desde un comienzo.

- Consulta con tu profesor de educación física qué estiramientos se deben hacer antes de un partido de baloncesto.

APRENDER JUNTOS © EDICIONES SM

Escaneado con CamScanner

EVALUACIÓN:

Resuelve la siguiente actividad en línea y envía la evidencia de tu calificación:

https://es.liveworksheets.com/kr1738309ae

TAREA DE ARTÍSTICA:

Observa los siguiente videos y escoge el trabajo artístico que más te guste, para elaborarlo y exponerlo en la próxima clase de Artística (Viernes, 10 de Septiembre):

BIBLIOGRAFÍA:

ROJAS M., José Alberto y otros: Manual 5. Bogotá D.C., Ediciones sm, 2013.

https://www.google.com/search?q=imagenes+sistema+locomotor+humano&sxsrf=AOaemvKZ4CvQnmHTvM7WZ0A1tz3QkGUHcQ:1630197504728&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=EoVSABb