

Guía N° 1 Segundo Semestre: Ciencias Naturales

Actividad Formativa. Unidad: “El sistema esquelético y muscular”

Nombre:	Curso: 4 ° A-B-C	Fecha:
Currículum Priorizado: OA-6 (Ciencias de la vida). Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> Identificar las partes de nuestro sistema esquelético y reconocer las funciones que cumple cada una de ellas. Comprender los beneficios de la actividad física, para el sistema musculo-esquelético. 		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> Partes del sistema Esquelético. Función de cada parte en el sistema esquelético. Beneficios del ejercicio físico en nuestro cuerpo. 	Habilidades: <ul style="list-style-type: none"> Identificar Reconocer Inferir Relacionar. Comprender Reflexionar Aplicar 	

Queridos niños(as):

Espero que se encuentren muy bien junto a sus familias. Les dejo esta guía para que la desarrollen. No olviden comunicarse conmigo, si presentan alguna duda a mi correo. Estaré muy atenta, Cariños. Profesora Paulina Galaz

Indicaciones

- Solo si tienes acceso a internet. Te puedes apoyar, observando atentamente en los siguientes videos:

<https://www.youtube.com/watch?v=5SytABu6IKY>

<https://www.youtube.com/watch?v=M1PCLxI9gV0>

<https://www.youtube.com/watch?v=qBNb8FwOlzQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=iYz2E-LLAI0>

- **(Importante para ver el video debes colocar este Link en el buscador de Google)**
- Luego lee atentamente las indicaciones y desarrolla las actividades que ahí se plantean.
- Importante es que te fijas en las imágenes que aparecen.
- Ten presente las palabras de vocabulario.

Vocabulario

- **Fortalecer:** Hacer más fuerte.
- **Resistente:** Que es fuerte, duro.
- **Rígidas:** Que no puede doblarse.

Actividad

I. Lee y responde cada pregunta.

1. Observa la siguiente imagen y marca con “✓” las actividades que permiten fortalecer los músculos y con una “X” las que pueden dañar la salud. Luego fundamenta ¿por qué? marca con ✓ esas actividades



Texto n ° 1.

Sistema esquelético

El **sistema esquelético** está formado por los **huesos** y las **articulaciones**. Los huesos son estructuras rígidas que dan soporte y firmeza al cuerpo; las articulaciones son las zonas de unión entre los huesos y permiten, en la mayoría de los casos, cierto grado de movilidad. Dependiendo del grado de movilidad, se separan en tres grupos, estos son los siguientes:

- ✓ Inmóviles o Fijas (no tienen movilidad, ejemplo; unión de los huesos del cráneo).
- ✓ Semi móviles (poca movilidad, ejemplo; las vértebras de nuestra espalda).
- ✓ Móviles (gran movilidad, ejemplo; el codo).

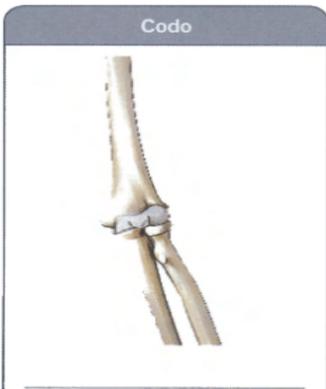
El sistema esquelético cumple importantes funciones: **da sostén al organismo**, soportando el peso del resto de las estructuras; junto a los músculos **permite realizar diferentes** y algunos huesos **protegen órganos** como el cerebro, el corazón y los pulmones.

2. Cuando hablamos del sistema esquelético, ¿a qué nos referimos?

3. ¿De qué estructuras está formado el sistema esquelético?

4. ¿Describe cómo son los huesos? y ¿qué función tienen en nuestro cuerpo?

5. Según el texto y la imagen que verás a continuación, de nuestra articulación que corresponde al Codo; ¿Qué son las articulaciones? y ¿qué función tienen en nuestro cuerpo?

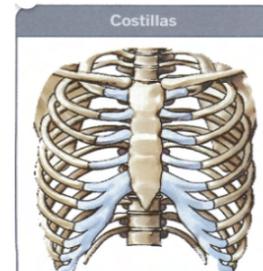


6. Según el texto ¿cuáles articulaciones existen?

7. ¿Qué función tiene nuestro sistema esquelético?

Observa la siguiente imagen y luego responde:

8. ¿Qué función tienen las costillas en nuestro cuerpo?

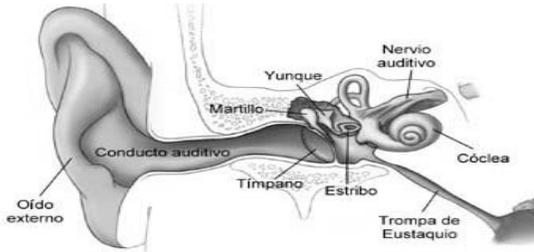


9. ¿De qué nos sirve que nuestro esqueleto este formado por hueso? y ¿qué sucedería con nuestro cuerpo si no tuviéramos hueso?

Texto n ° 2.

El **fémur** es el hueso más largo y pesado de nuestro cuerpo. Se encuentra en la parte superior de nuestras extremidades. También es importante destacar que el hueso más pequeño de nuestro cuerpo se llama, **estribo**. Este pequeño hueso se encuentra en el oído, en nuestro cuerpo.

Observa las siguientes imágenes.



10. Según el texto, ¿Qué características podríamos mencionar del fémur?

11. Según el texto, ¿Qué diferencia existe entre el fémur y el estribo?

Texto n ° 3

Nuestro sistema esquelético tiene unos huesos que se denominan principales. Porque cumplen una función en nuestro sistema esquelético. Estos huesos son los siguientes; cráneo, pelvis, columna vertebral, costillas y el fémur.

12. ¿Cuáles son los huesos principales de nuestro sistema esquelético?

Tamara y Gustavo son compañeros de curso. Ellos tienen el siguiente diálogo:

Tamara le dice a Gustavo, que el cráneo cumple la función de proteger algunos órganos en nuestro cuerpo, como por ejemplo; el cerebro. Mientras que Gustavo, le señala que el cráneo, tiene la función de sostener nuestro cuerpo.

13. ¿Quién tiene la razón? Fundamenta tu respuesta.

Texto n ° 4.

La actividad física y el ejercicio nos ayuda a fortalecer y desarrollar de mejor forma nuestro sistema locomotor. Permitiendo a nuestros músculos ser más fuertes y más resistentes, lo que ayuda a que sean estos más flexibles.
Por ejemplo, nadar fortalece todos los músculos, en especial los brazos, la espalda y el pecho.

14. Según la imagen y el texto leído anteriormente. La actividad que desarrolla el niño, ¿se puede considerar, que ayuda a desarrollar nuestro locomotor? Fundamenta tu respuesta



15. A partir de texto leído ¿Qué podríamos aprender de la actividad física?

II. Metacognición: Responde las siguientes preguntas:

a. ¿Qué aprendí en esta guía? y ¿Qué debo mejorar?

b. ¿Qué fue lo más fácil, lo más difícil de resolver esta guía? y ¿Para qué me sirve?

III. Pinta y completa el siguiente esquema de nuestro sistema esquelético. Escribiendo el nombre de los huesos principales según corresponda: Cráneo-Pelvis-Fémur-Columna vertebral- Costillas.

