



COLEGIO PABLO GARRIDO VARGAS
Formando líderes sin distinción

GUÍA DE APRENDIZAJE
“CIENCIAS NATURALES”

NOMBRE:		FECHA: Semana 33 23 al 27 de noviembre 2020.	CURSO:4TO BASICO
OA6: Explicar, con apoyo de modelos, el movimiento del cuerpo, considerando la acción coordinada de músculos, huesos, tendones y articulación (ejemplo: brazo y pierna), y describir los beneficios de la actividad física para el sistema musculoesquelético.	Unidad 2 Ciencias de la vida	Habilidades a desarrollar:	Identificar inferir analizar
Objetivo de clase: <ul style="list-style-type: none">Identificar funciones de los músculos y tendones del cuerpo humano			
Indicadores de Evaluación: <ul style="list-style-type: none">Identifican estructuras del cuerpo humano que participan en el movimiento			
Instrucciones de la Actividad: <ul style="list-style-type: none">Escribe el objetivo de la clase y la fecha en tu cuaderno.Tienes 1 semana para realizar tu trabajoCuando termines tu trabajo debes guardarlo para su evaluación.Antes de comenzar la actividad, observa el video sugeridoNo te olvides que si tienes dudas las vamos aclarar en las clases virtuales o pídele a un adulto que me consulte al correo o al WhatsappApóyate de tu texto de la asignatura de Ciencias Naturales.			
Sitio web recomendado: https://www.youtube.com/watch?v=IZFFrX9p_Wg&t=145s https://www.youtube.com/watch?v=iGa_1WYcNAI			
Docente: María Teresa Ahumada G	Correo:maria.ahumada@colegio-pablogarrido	Horario de Consultas: 13hrs a 19hrs.	

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. Estaré muy atenta.

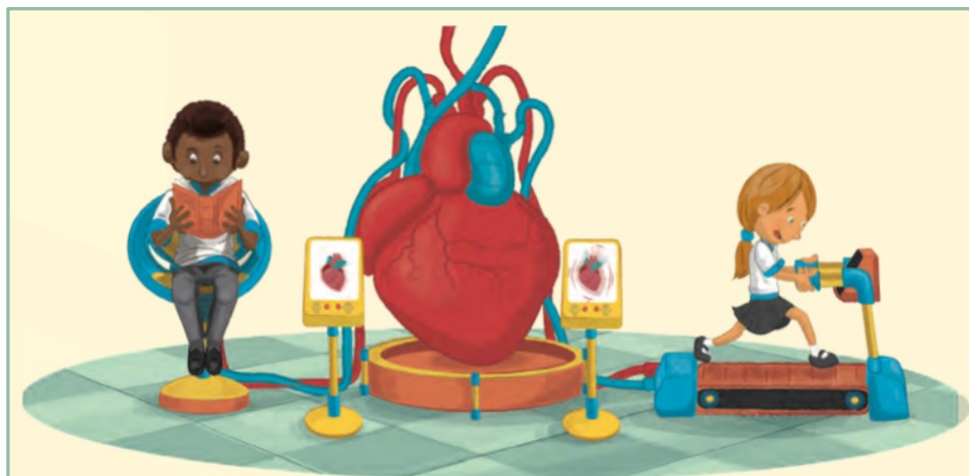
Cariños. Profesora María Teresa Ahumada

¡RECORDEMOS!

En la guía anterior trabajamos el sistema esquelético, y pudimos aprender que estaba formado por huesos y articulaciones, y que además brindaba protección, movimiento y soporte a nuestro cuerpo.

Hoy día trabajaremos un nuevo sistema de nuestro cuerpo, que tiene mucha relación con el sistema esquelético, así que te invito a realizar las actividades que se presentan a continuación para descubrir de que sistema estamos hablando.

Lee la siguiente situación y responde las preguntas



Un estudiante permaneció sentado leyendo un libro, mientras que su compañera trotó durante un minuto. Luego de terminar, ambos contaron sus pulsaciones de su corazón durante un minuto.

a).- ¿En cuál de las dos situaciones crees que el corazón late más rápido?

b).- ¿Qué órgano crees que está representado en la imagen?

Cómo pudiste observar anteriormente en la imagen, el órgano que ahí aparece corresponde a nuestro corazón, y por si no lo sabías este es ¡un músculo! Los músculos y los tendones conforman el **sistema muscular**.

En esta guía trabajaremos conociendo cuáles son sus funciones, así que antes de comenzar, te invito a revisar el video, para que conozcas un poco más de este sistema

SISTEMA MUSCULAR

Para que logres mover tu cuerpo no basta solo la acción del sistema esquelético, también se necesita el **sistema muscular**, esto quiere decir, que para poder realizar cualquier movimiento, necesitamos que nuestros huesos trabajen en conjunto con los músculos y los tendones.

● ¿Qué son los músculos?

Los **músculos** son órganos blandos y elásticos, es decir, se contraen y se relajan sin romperse para generar distintos movimientos. Son los verdaderos motores del cuerpo. Muchos están unidos a los huesos, pero también hay órganos que poseen músculo en su estructura, como el corazón, el estómago y los intestinos.

Tenemos alrededor de 650 músculos repartidos por todo el cuerpo.

Para que los músculos funcionen correctamente debemos alimentarnos muy bien, sobre todo con alimentos ricos en **proteínas** como por ejemplo: carnes, queso, legumbres y huevos.

● ¿Qué son los tendones?

Los **tendones** son una parte de los músculos que permiten que estos se unan a los huesos.



TIPOS DE MÚSCULOS

¿Has escuchado alguna vez que tu estómago suena después de comer o cuando tienes hambre? Esto se debe a que el estómago se mueve, gracias a los músculos que lo constituyen. Estos músculos son distintos a los que tenemos en nuestras piernas o brazos. ¿Cuál crees que puede ser la diferencia?

En nuestro cuerpo poseemos dos tipos de músculos:

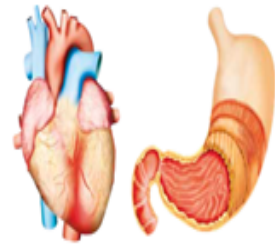
Voluntarios

Estos músculos actúan bajo el control de nuestra voluntad, es decir, se mueven cuando queremos que lo hagan, por ejemplo, la musculatura de las piernas y los brazos. Aquí podemos señalar actividades como escribir, bailar, andar en bicicleta, etc.



Involuntarios

Estos músculos trabajan sin el control de nuestra voluntad y se relacionan con funciones como la circulación de la sangre o el movimiento de la comida dentro del cuerpo. Podemos encontrarlos en órganos como el corazón cuando palpita, o el estómago cuando "ruge" porque tienes hambre.



PRINCIPALES MÚSCULOS DEL CUERPO HUMANO

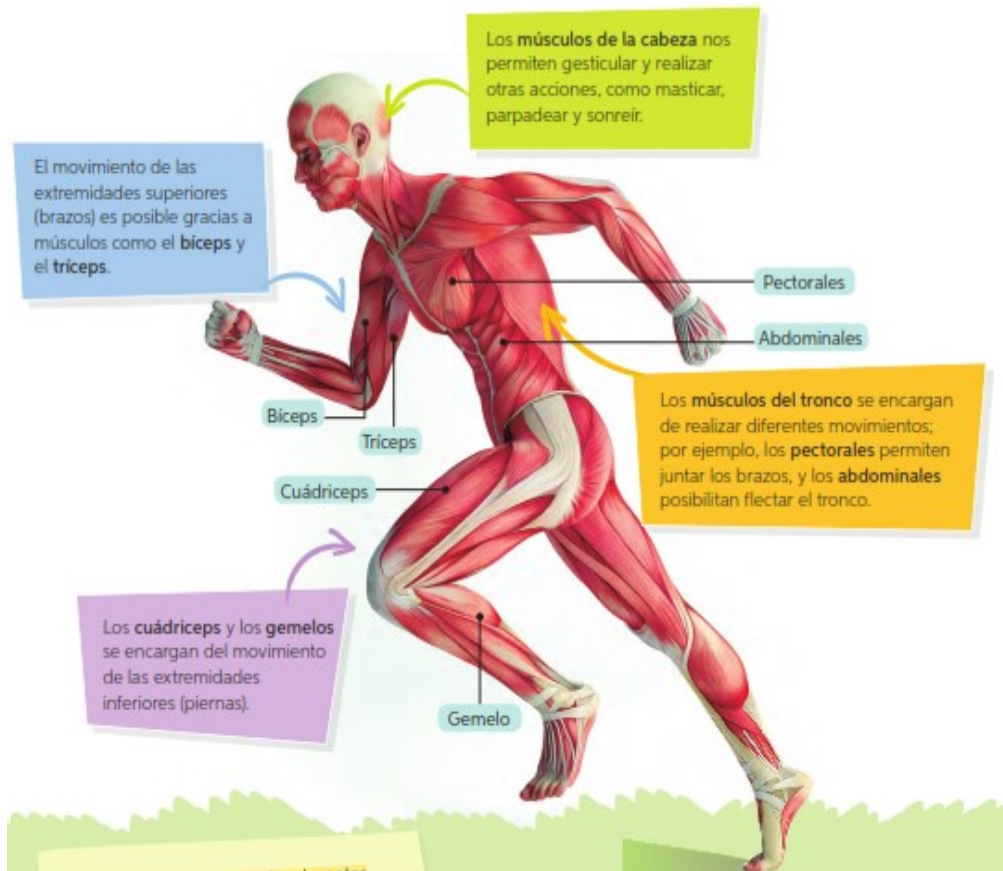
En el cuerpo humano existen muchos músculos, cada uno tiene una ubicación específica y cumple función determinada.

Observa la siguiente imagen que muestra los principales músculos del cuerpo humano y sus respectivas funciones.

Mientras lees, subraya las palabras que no entiendes y averigua su significado.

Para realizar cualquier movimiento, necesitamos que nuestros huesos trabajen en conjunto con los músculos. Los **músculos** son tejidos blandos y elásticos que se pueden contraer y relajar, permitiendo así que los huesos se muevan. Para ello, se requiere que los músculos y huesos estén conectados y unidos entre sí, función que cumplen los **tendones**.

A continuación, te presentamos algunos músculos y sus respectivas funciones. Mientras lees, subraya las palabras que no entiendes y averigua su significado.



2.- Une mediante una línea cada movimiento con el tipo de músculo que lo realiza (utiliza distintos colores).

Movimientos Voluntarios	Latidos del corazón
Movimientos Involuntarios	Patear un balón de fútbol
	Movimientos del estómago
	Andar en bicicleta

4.- Lee y remarca las funciones de los músculos:

Permite el movimiento del cuerpo.	Permite observar el entorno.
Permite percibir los olores.	Permite trasladarse de un lado a otro.

5.- Selecciona la palabra que indica para qué sirven los músculos y luego completa la oración.

Escucharnos	movernos	olernos
-------------	----------	---------

Los músculos sirven para _____

6.- Busca en la sopa de letras los músculos que se indican en el dibujo y luego clasificalos en el recuadro.

F	U	M	S	Q	B	W	X	G	L
N	B	S	Q	A	I	L	D	L	N
Z	I	H	J	B	S	M	G	U	Ñ
Q	C	K	Ñ	D	V	N	W	T	J
P	E	C	T	O	R	A	L	E	S
X	P	M	S	M	O	Q	H	O	L
P	S	K	Q	I	Ñ	Q	Ñ	S	M
H	L	Q	Ñ	N	F	W	P	O	D
A	U	B	H	A	X	Y	K	L	E
G	E	M	E	L	O	S	P	Q	N
Q	T	D	J	E	Ñ	L	C	B	M
R	H	Z	K	S	F	H	J	S	Y



Músculos de las extremidades superiores	Músculos del tronco	Músculos de las extremidades inferiores

Ticket de salida

Responde en tu cuaderno.

- Completa las oraciones con las palabras que corresponden.

INVOLUNTARIOS - TENDONES – MÚSCULOS – VOLUNTARIOS

El sistema muscular está formado por _____ y _____ que, junto con

el sistema esquelético, permiten el movimiento del cuerpo. Existen músculos _____ e

_____.

