



Colegio Isabel Riquelme
U.T.P.

GUIA DIGITAL N°5

ASIGNATURA: Ciencias Naturales

CURSO: 2°A y B

DOCENTE: Catherin Parra Olgún /M. Francisca Rojas Arévalo

SEMANA: 11 al 15 de mayo 2020

DIAS DE ATENCION CONSULTAS: lunes a viernes de 10⁰⁰ a 11⁰⁰ y de 15⁰⁰ a 16⁰⁰

CONTACTO: catherin.parra@colegio-isabelriquelme.cl

francisca.rojas@colegio-isabelriquelme.cl

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Identificar la función que cumple el esqueleto y músculos en nuestro cuerpo.

ACTIVIDAD: Realizar actividades en libro de la asignatura

Sistema muscular

EL SISTEMA MUSCULAR

Los músculos son partes de nuestro cuerpo que se contraen para causar movimiento. Gracias al sistema muscular podemos hacer movimientos grandes como correr y saltar o movimientos pequeños como parpadear y respirar.

pectoral mayor

abdominales

deltoides

bíceps

cuádriceps

tendones

ÁrbolABC.com

El sistema muscular

Está formado por el conjunto de músculos cuya misión es el movimiento del cuerpo. Los músculos son las partes blandas y elásticas del cuerpo que pueden estirarse y contraerse, y se ubican debajo de la piel.



Clases de músculo

De acuerdo a los movimientos que realizan se dividen de la siguiente manera:

a) Músculos de movimientos voluntarios

Actúan como y cuando nosotros queremos. Entre ellos tenemos a los de los brazos (biceps y tríceps) y los de las piernas (cuadríceps y gemelos).

b) Músculos de movimientos no voluntarios o involuntarios

Se mueven sin que nosotros se lo ordenemos; entre ellos están el corazón o el estómago.

Cuidados de los músculos

- Debemos tener una alimentación adecuada.
- Hacer ejercicios moderados.
- Evitar desgarros y calambres.

Observamos los músculos más importantes de nuestro cuerpo:



Visita el siguiente link...

<https://www.youtube.com/watch?v=5SytABu6lKY>