



NOMBRE ALUMNO(A):

Guía N°3

Con esta guía de estudio vamos a iniciar la unidad N°2 “*Cuerpo humano y Salud*”.

¿Qué aprenderemos en esta guía de estudio?



- **O.A.5:** *Sistema Esquelético. (Principales huesos y su función)*
- **O.A.6:** *Sistema Locomotor. (Beneficios de la actividad física)*

COMENCEMOS A ESTUDIAR:

Sistema esquelético o sistema óseo.

Nuestro cuerpo tiene **206 huesos que forman el esqueleto**. El esqueleto es el armazón interno y articulado de nuestro cuerpo.

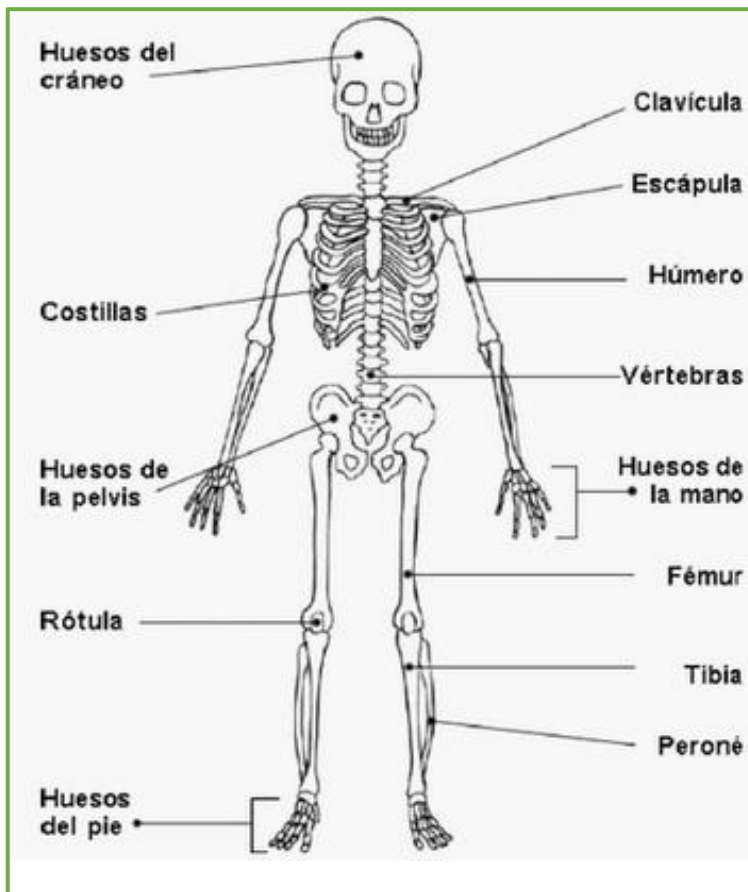
Los huesos son materia viva y corresponden a estructuras duras y rígidas.

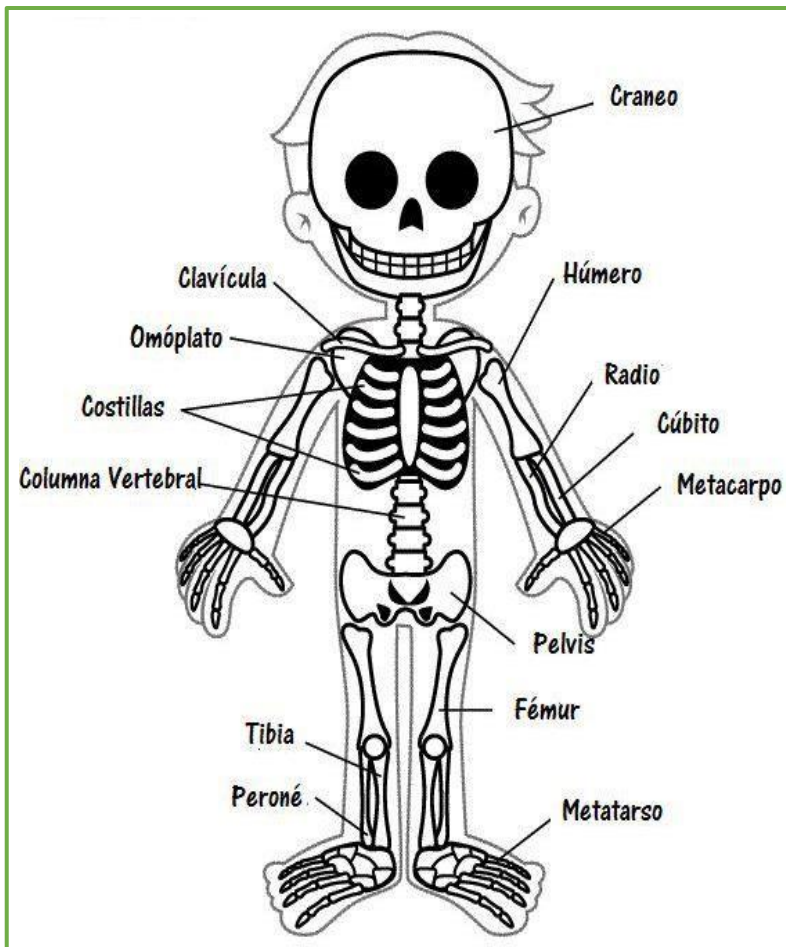
Las funciones del sistema esquelético son: **Almacenamiento, Producción de células, Protección de órganos y Soporte.**

A continuación se detallan las **4 principales funciones del sistema óseo o esquelético**:

FUNCIONES	DESCRIPCIONES
Almacenamiento	Almacenan minerales como calcio y fósforo. Estos minerales fortalecen a los huesos.
Producción de células	Los huesos de brazos y piernas producen células sanguíneas como: glóbulos rojos, glóbulos blancos y plaquetas
Protección	Algunos huesos protegen órganos de nuestro cuerpo. Por ejemplo las costillas protegen los pulmones y el cráneo protege el cerebro.
Soporte	Los huesos dan soporte a nuestro cuerpo.

Esquema de los principales huesos que forman el esqueleto humano:





Sistema muscular.

En nuestro cuerpo **tenemos más de 600 músculos**. Los músculos **son tejidos blandos y elásticos que se pueden contraer y relajar**, permitiendo así que los huesos se muevan.

Observa la siguiente imagen que nos muestra el nombre de algunos músculos de nuestro cuerpo y su función:



Sistema Locomotor.






Es el sistema que **permite el movimiento de nuestro cuerpo**. Se forma por la **unión de los sistemas esquelético y muscular**, los que trabajan de forma coordinada para que podamos movernos.

Las partes del sistema locomotor son: **Huesos, Músculos, Tendones, Articulaciones, Ligamentos** y **Cartílagos**.

Observa la siguiente imagen que muestra la articulación “Rodilla” y cómo trabajan en conjunto las partes del sistema locomotor, para que se pueda mover:



A continuación se detallan las definiciones de cada parte del sistema locomotor:

DESCRIPCION	ESTRUCTURA
<p>Estructuras duras y rígidas. Son materia viva hechos de células especializadas que dan soporte, protección, producen células sanguíneas y almacenan minerales.</p>	<p>Hueso</p> 
<p>Tejido vivo unido a los huesos, se contraen y relajan permitiendo el movimiento de los huesos y de todo el cuerpo. Son estructuras blandas y elásticas.</p>	<p>Músculo</p> 
<p>Zonas en las que se unen dos o más huesos gracias a los ligamentos. Algunos ejemplos de ellas son: las rodillas, los codos y los hombros.</p>	<p>Articulación</p> 
<p>Son estructuras con forma de cinta muy resistentes que conectan los huesos en cada articulación.</p>	<p>Ligamento</p> 
<p>Son como fuertes huinchas que conectan los músculos con los huesos.</p>	<p>Tendón</p> 

MANOS A LA OBRA!!!

Realiza las siguientes actividades con los contenidos que ya estudiamos.

Actividad evaluada N°1: (4 puntos en total)

Responde las preguntas encerrando en un círculo la alternativa correcta. (1 punto cada una)

Evaluación de la unidad

Encierra la letra de la alternativa correcta.

1 ¿Qué estructura del sistema esquelético señala la letra X?

- A. Cráneo.
- B. Costillas.
- C. Vértebras.
- D. Columna vertebral.

2 ¿Cuál es la función principal del cráneo?

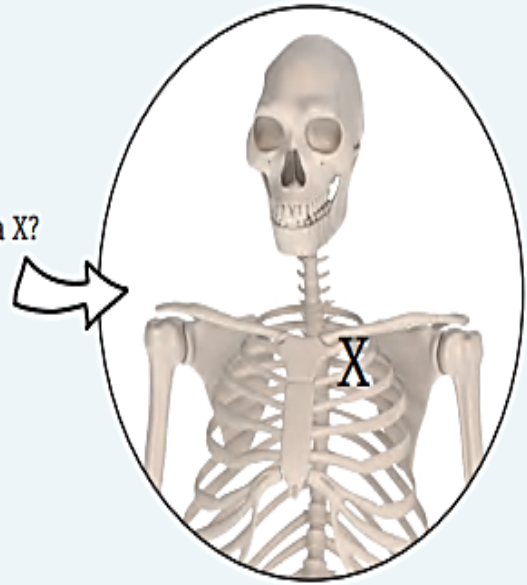
- A. Proteger el cerebro.
- B. Proteger los pulmones.
- C. Soportar el peso del cuerpo.
- D. Permitir el movimiento de la cabeza.

3 Pedro sufrió un accidente jugando a la pelota y le enyesaron una de sus piernas desde el muslo hasta el tobillo. ¿Qué función del sistema esquelético se ve principalmente afectada debido a la inmovilización de la pierna?

- A. La forma corporal.
- B. El soporte del cuerpo.
- C. La protección de la médula.
- D. El movimiento de la extremidad.

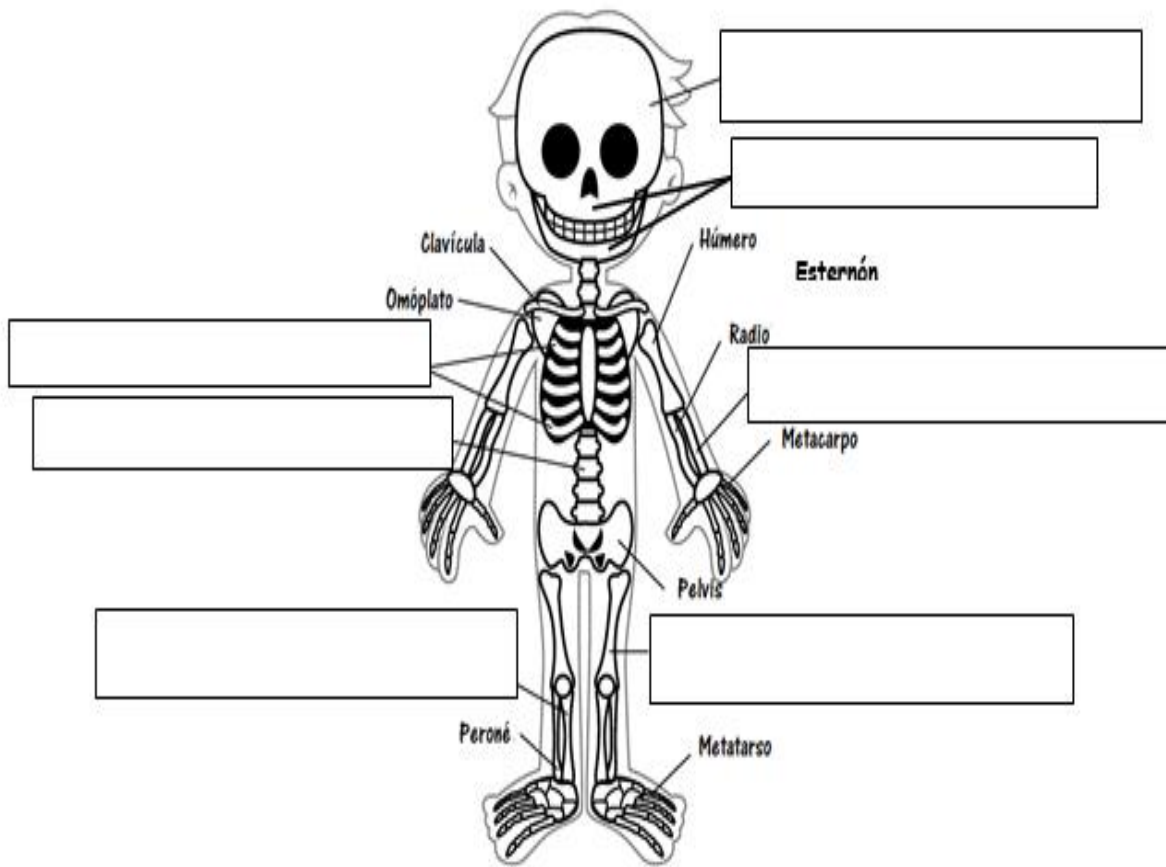
4 ¿Qué característica de los músculos esqueléticos les permite contribuir al movimiento del cuerpo?

- A. Son duros.
- B. Son rígidos.
- C. Son móviles.
- D. Son elásticos.



Actividad evaluada N°2: (07 puntos en total)

1) Completa el esqueleto con el nombre de los huesos que faltan. (1 punto cada una)



Actividad evaluada N°3: (12 puntos en total)

1) Completa la tabla con la función o descripción del sistema óseo. (1 punto cada palabra)

FUNCIONES	DESCRIPCIONES
.....	Almacenan minerales como _____ y _____. Estos fortalecen a los huesos.
.....	Los huesos de brazos y piernas producen células sanguíneas como: glóbulos rojos, _____ y p_____. _____ y p_____.
.....	Algunos huesos protegen _____ de nuestro cuerpo.
SOPORTE	Los huesos dan _____ a nuestro cuerpo.

Actividad evaluada N°4: (05 puntos en total)

1) Observa las siguientes imágenes y en cada círculo coloca un ticket en las acciones que son saludables para los sistemas óseo y locomotor y una X en las que son perjudiciales. (1 punto cada una)

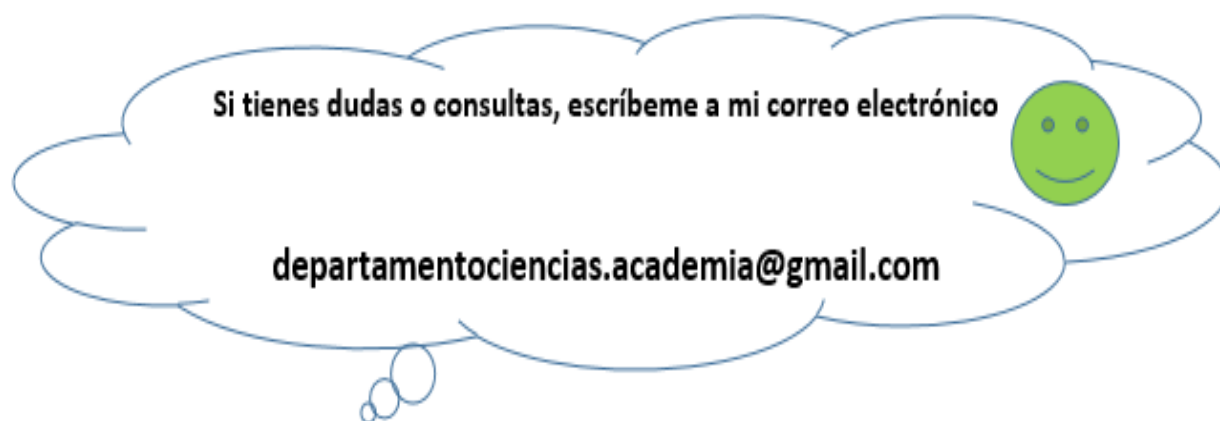


La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que los niños y jóvenes de 5 a 17 años inviertan como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a fuerte, como puede ser practicar un deporte u organizar caminatas, paseos en bicicleta, o simplemente jugar con amigos y amigas, entre otras.

¿Qué actividad física te gusta practicar en compañía de tus amigos?



NOTA: Para repasar estos contenidos y trabajar con tu texto de estudio, puedes leer y realizar las actividades desde la página 96 hasta la página 127.



- *Guía N°: 3 (Mayo 2021)*
- *Curso: 4°básico*
- *Nombre Profesor(a): Carla Allendes F.*
- *Nombre estudiante: _____*

NOTA

N° Objetivo Aprendizaje	N° de Actividad	N° de Pregunta	Indicadores/Habilidades	Puntaje Ideal	Puntaje Obtenido
O.A. 5	1	1 a la 4	Compara y registra las funciones del sistema esquelético.	4	
	2	1	Reconoce los principales huesos del esqueleto humano.	7	
O.A. 6	3	1	Identifica y compara la función del sistema óseo.	12	
	4	1	Observa y Registra acciones protectoras y dañinas del sistema esquelético y locomotor.	5	
Puntaje Total:				28	
Porcentaje de evaluación:				60%	