

¿Por qué son importantes los músculos?



1. ¿Con qué nombre se conoce a los órganos que permiten el movimiento para trasladarnos de un sitio a otro y realizar la fuerza para movilizar objetos?

- a) Pulmones
- b) Músculos
- c) Intestinos

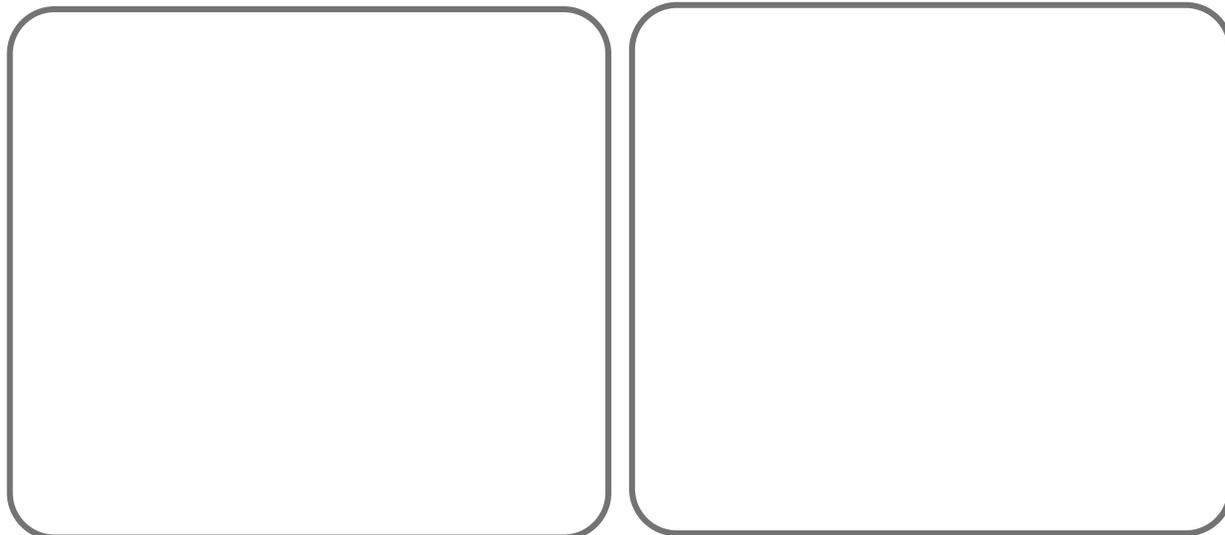
2. ¿Qué beneficios trae al cuerpo realizar actividad física frecuentemente?

- a) Buena higiene dental y corporal.
- b) Dieta balanceada y nutritiva.
- c) Desarrollo de los músculos.
- d) Desarrollo del gusto.

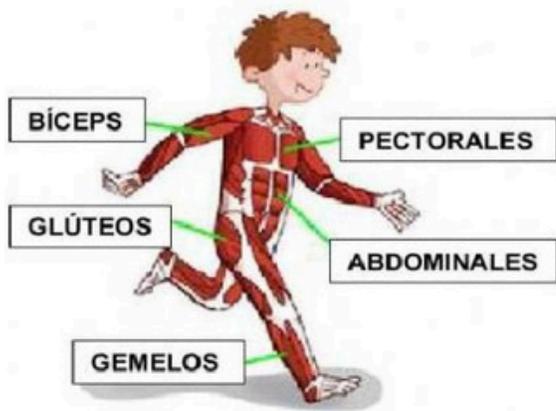
3. Dibuje dos movimientos musculares que sean voluntarios y dos que sean involuntarios.

MOVIMIENTOS CON MÚSCULOS INVOLUNTARIOS

MOVIMIENTOS CON MÚSCULOS VOLUNTARIOS



4. Encuentra los nombres de músculos en la siguiente sopa de letras.



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

Resultados:



1. Alternativa **b**. Los músculos son los órganos que forman lo que conocemos como sistema muscular. Son importantes porque nos permiten realizar los movimientos para el desplazamiento y la fuerza.
2. Alternativa **c**. La práctica regular de actividad física trae muchos beneficios al cuerpo entre estos fortalecimiento del corazón y desarrollo de músculos fuertes.
3. Los movimientos de músculos involuntarios son independientes de nuestra voluntad, por ejemplo los latidos del corazón, los músculos del esófago, entre otros. Los movimientos de músculos voluntarios son los que movemos cuando queremos, por ejemplo los de los brazos y manos para escribir, cuando queremos hacer una cara divertida, los de las piernas cuando queremos saltar, entre otros.

4.

