

TALLER No 3

NOMBRE DEL TALLER: EL CUERPO HUMANO Y EL MOVIMIENTO

- **ÁREA:** Educación física
- **DOCENTE:** Carlos Andrés Echeverri Calle
- **GRUPO:** Grados 7°A 7°B
- **FECHA:** 19 de febrero 2024

FASE DE PLANEACIÓN O PREPARACIÓN

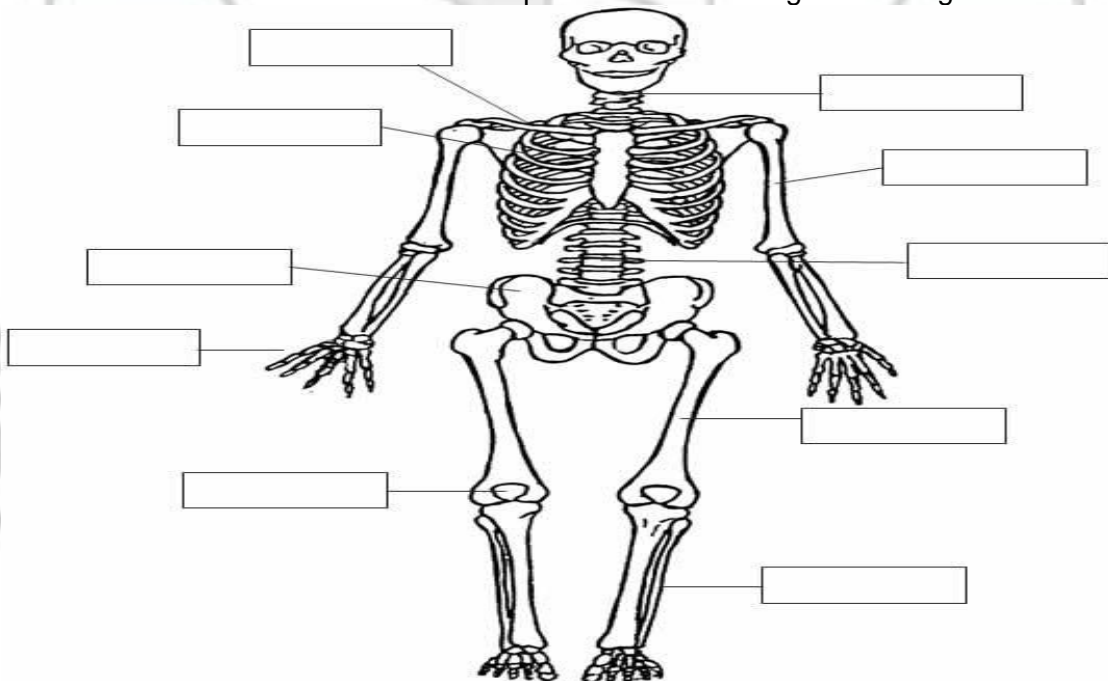
Competencia:

- Comprendo el valor que tiene la actividad física y la educación física para la formación personal.
- Comprendo las posibilidades del movimiento y desplazamiento humano.

Evidencia de aprendizaje: Reconoce la importancia de los hábitos y estilos de vida saludable, la educación física y la actividad física su formación, movimiento y el desarrollo humano.

FASE DE EJECUCIÓN O DESARROLLO

INSTRUCCIONES: Cada estudiante teniendo en cuenta sus conocimientos previos o buscando en internet deberán ubicar el nombre de las estructuras óseas presentadas en la siguiente imagen.



Ahora lea con atención la siguiente información.

EL CUERPO HUMANO

El **cuerpo humano** es la estructura física y material del ser humano, funciona como un todo y en él está todo relacionado, por lo tanto debemos pensar que aunque lo estudiemos por partes, estas se comportan como un conjunto, algo que afecte algún órgano seguro puede también afectar la función de otros aunque estén separados.

El cuerpo humano realiza muchas funciones, unas más importantes que otras y se pueden dividir en dos grandes funciones: funciones vitales y no vitales.

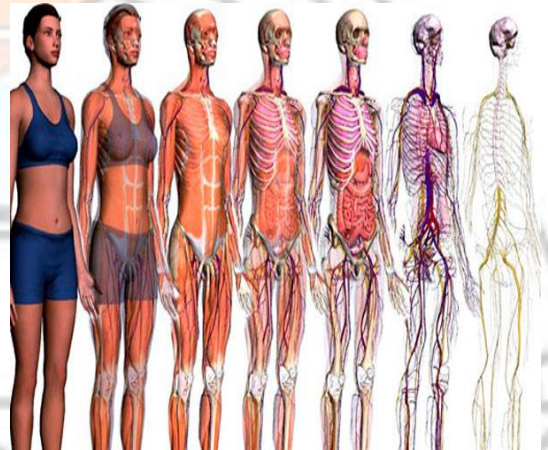
Funciones vitales: son aquellas que son necesarias para vivir, sin ellas moriríamos; estas se dividen en:

Funciones de nutrición, de relación y de reproducción.

De nutrición: son las relacionadas con la respiración y alimentación de células: respiración, alimentación, circulación de la sangre y excreción

De relación: son las relacionadas con el control del cuerpo por parte del cerebro y el sistema nervioso

De reproducción: no es vital, pero sirve para la conservación de la especie.



Funciones no vitales: son aquellas que, aunque importantes no representan peligro para la vida si no se realizan por ejemplo hay gente que puede vivir, pero no puede andar.

HUESOS Y SISTEMA ESQUELÉTICO

El esqueleto es el principal tejido de soporte del cuerpo y está compuesto por 206 huesos. El hueso es un tejido vivo que duele cuando se lesiona, sangra cuando se fractura y cambia al envejecer. Todos los huesos tienen una envoltura exterior compacta, que rodea a una masa central menos compacta, que rodea a su vez a la masa central llamada médula ósea, que participa activamente en la formación de la sangre.

Funciones de los huesos.

- Protección de las estructuras vitales creando paredes rígidas (las costillas).
- Soporte del cuerpo, teniendo como ejemplo la columna vertebral y los miembros inferiores.
- Base mecánica del movimiento, permitiendo la inserción de los músculos y su utilización como palancas.

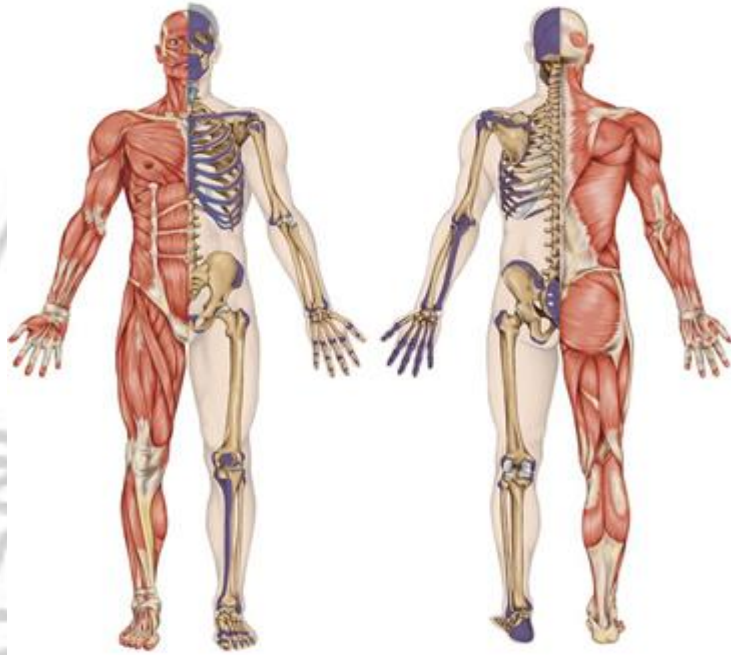
-Células de la sangre: la médula ósea es el lugar donde se crean los glóbulos rojos de la sangre, linfocitos, glóbulos blancos y plaquetas.

-Depósito de sales: las sales de calcio, magnesio y fósforo de los huesos son una reserva mineral del organismo.

Los huesos que vamos a conocer en este tema serán los más importantes desde un punto de vista puramente funcional, es decir, los que tengan relación con el movimiento y, por lo tanto, con la actividad física y el deporte.

Los huesos de nuestro cuerpo se clasifican en tres apartados:

1. **Huesos de la cabeza:** frontal, occipital, parietales y temporales (se localizan en el cráneo) y maxilar superior e inferior (se localizan en la cara).



2. **Huesos del tronco:** formados por dos conjuntos distintos:

La columna vertebral: formada por las vértebras dorsales, cervicales, lumbares y otras que en el adulto se fusionan y forman el sacro y el coxis.

La caja torácica: formada por las costillas y el esternón.

3. **Huesos de las extremidades:**

Extremidad inferior: tibia, peroné, rótula, fémur, tarso, metatarso y falanges. La pierna se une al tronco por el hueso ilíaco.

4. Extremidad superior: húmero, cúbito, radio, carpo, metacarpo y falanges. El brazo se une al tronco por la clavícula y el omóplato.

FASE DE EVALUACIÓN

Responda el siguiente cuestionario respecto de la lectura. Las preguntas 1 y 2. Rellene el círculo con la respuesta o las respuestas correctas

1. **El esqueleto es y está compuesto por:**

- El esqueleto es un tejido blando del cuerpo y está compuesto por 206 huesos.
- El esqueleto es el principal tejido de soporte del cuerpo y está compuesto por 100 huesos.
- El esqueleto es un tejido de soporte solo para los órganos y está compuesto por 50 huesos.
- El esqueleto es el principal tejido de soporte del cuerpo y está compuesto por 206 huesos.



2. Las funciones de los huesos son:

- Protección de las estructuras vitales creando paredes rígidas.
- Soporte del cuerpo, teniendo como ejemplo la columna vertebral y los miembros inferiores
- Base mecánica del movimiento permitiendo la inserción de los músculos
- Células de la sangre y depósitos de sales

PREGUNTAS 3 Y 4 MARQUE F (FALSO) O V (VERDADERO) SEGÚN CORRESPONDA

3. Con respecto al cuerpo humano y sus funciones

- El cuerpo humano funciona como un todo, en él todo está relacionado F _____ V _____
- Las funciones vitales son aquellas importantes, pero no representan peligro F _____ V _____

4. Con respecto a los huesos y el sistema esquelético

- El hueso es un tejido vivo que duele cuando se lesiona y sangra cuando se fractura F _____ V _____
- Una de las partes del hueso es la medula ósea pero allí no se produce sangre F _____ V _____

5. Relacione con una línea las columnas según corresponda.

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ✚ Huesos de la cabeza ✚ Columna vertebral ✚ Extremidad inferior ✚ Extremidad superior | <p>Cervicales, dorsales y lumbares, sacro y coxis</p> <p>Frontal, occipital, parentales y temporales</p> <p>Radio, cubito, humero, metacarpo y falanges</p> <p>Fémur, tibia, peroné metatarso y falanges</p> |
|--|--|