

E.E.S N° 75 “Julio Cortázar”

TRABAJO PRÁCTICO N° 6 APARATO LOCOMOTOR: MUSCULOS

ESPACIO: EDUCACION FISICA

AÑO: 2021

CURSOS: 1 año 2, 5, 6, 7 división C.B Mujeres

PROFESORA: CORDERO SCHNEIDER, PATRICIA

Actividades:

- 1) Leer todo el material de forma reflexiva.
- 2) Contestar el cuestionario relacionado a la lectura previa.
- 3) Completar la información que faltan en la imagen que aparecen al final. Pueden imprimir, copiar o calcar el gráfico y rellenar con lo que se solicita.

Sistema Muscular:

Los Músculos:

Los músculos se consideran los elementos activos del aparato locomotor pues constituyen el “motor” que origina sus movimientos. Son órganos elásticos, es decir, se contraen y se relajan sin romperse. Los músculos están formados por células musculares de forma alargada llamadas fibras musculares. Es así gracias a la capacidad que tiene de comprimirse y mover los huesos a que están unidos. Este fenómeno se denomina **contracción muscular**.

De todos los músculos del cuerpo humano, los que se encargan de mover el esqueleto se llaman **músculos esqueléticos**. Son de contracción voluntaria y los que más nos interesan para entender todos los movimientos de nuestro cuerpo.

Se distingue tres tipos de tejido muscular:

- **Tejido muscular estriado:** Se llama así porque visto al microscopio presenta un aspecto estriado debido a la alternancia de las fibras de actina y las fibras de miosina. Es **de contracción voluntaria**. Forma los músculos esqueléticos que actúan en la locomoción o sea en el movimiento voluntario.
- **Tejido muscular liso:** Es **de contracción involuntaria**. Constituye los músculos que mueven las vísceras como son el estómago, el intestino, las vías respiratorias, etc.
- **Tejido muscular cardíaco:** Presenta estructura estriada y contracción involuntaria. Sólo está en el corazón.

Las **funciones** de los músculos son diferentes dependiendo del tipo de músculo: estriado, cardíaco o liso.

Músculos estriados: Provocan los movimientos corporales, generan calor, sirven como protección de los órganos internos, hacen posible el mantenimiento de la postura corporal.

Músculos lisos: Hacen posible los movimientos peristálticos del intestino y el estómago durante la digestión, dilatan la pupila, contraen la vejiga urinaria durante la micción, aumentan o disminuyen la luz de los vasos sanguíneos, aumentan o disminuyen la luz de los bronquios.

Músculo cardíaco: Propulsa la sangre a través del sistema circulatorio para que llegue a todos los tejidos del cuerpo

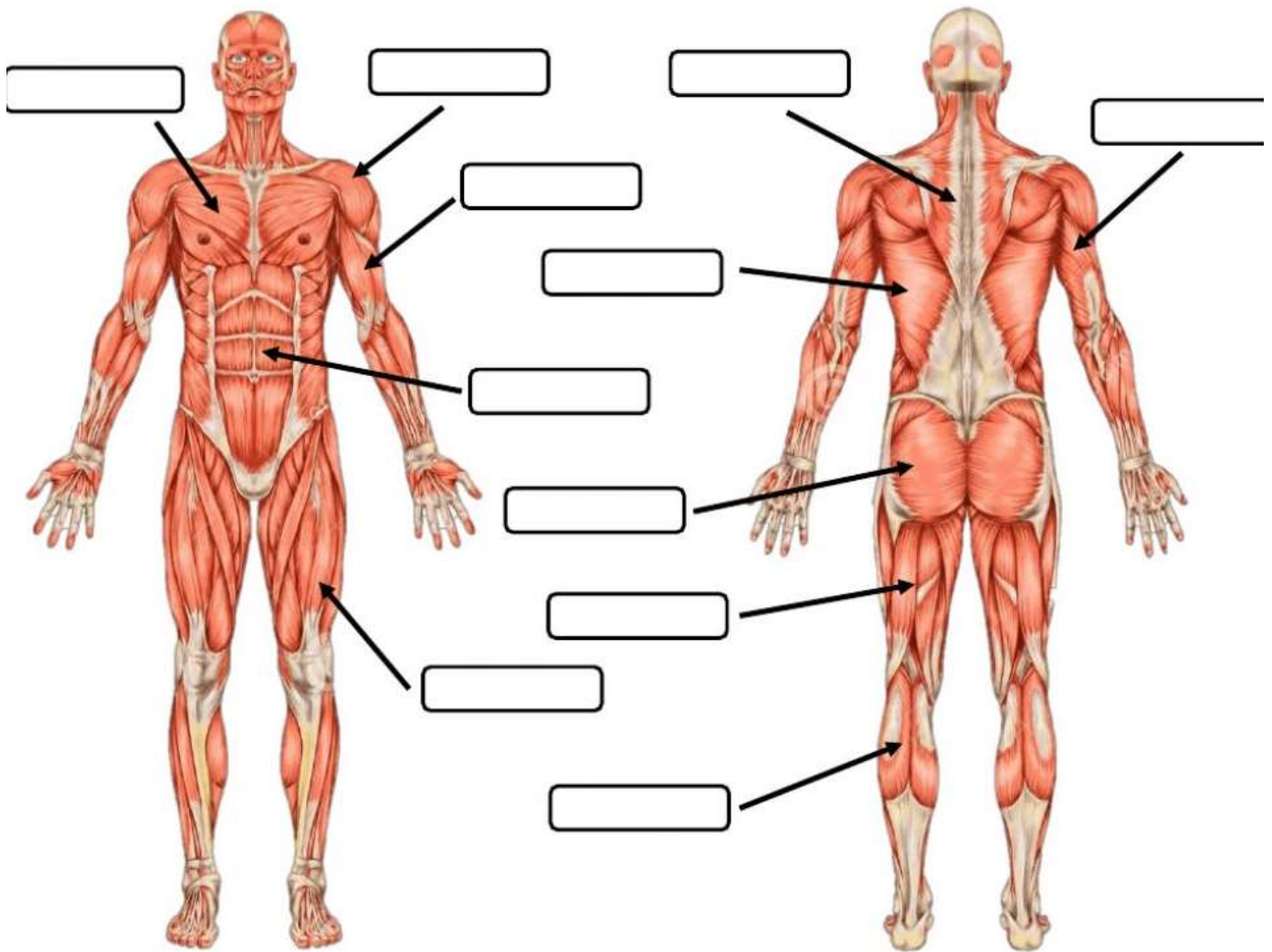
En los músculos esqueléticos podemos observar **dos partes** muy diferenciadas: los **tendones** y el **vientre**. Los tendones son como correas ligeramente elásticas, pero muy resistentes, que se agarran con fuerza a los huesos

que deben mover, en una unión llamada inserción. El vientre es el cuerpo del músculo propiamente dicho y está formado por las fibras musculares que posibilitan la contracción.

Los músculos del cuerpo humano. Se pueden diferenciar los de la **cabeza**, los del **cuello**, los del **tronco**, los de las **extremidades superiores** (brazo y antebrazo que es la parte que va del codo a la mano) y los de las **extremidades inferiores** (muslo y pierna que es la parte que va de la rodilla al pie).

Cuestionario:

1. ¿Que son los músculos y cuál es su función?
2. ¿Cuáles son las partes en que se divide el musculo?
3. ¿Cuántos tipos de tejido muscular hay, describir brevemente cada uno?



- | | | | | | |
|-------------|----------|-----------|------------|----------------|----------|
| Gemelos | Bíceps | Tríceps | Cuádriceps | Dorsal ancho | Trapezio |
| Abdominales | Pectoral | Deltoides | Glúteos | Isquiotibiales | |

Criterios para la entrega de los trabajos practico:

Se tendrá en cuenta la prolijidad y presentación del trabajo en tiempo y forma.

El trabajo practico debe tener caratula, título del trabajo, curso, nombre y apellido y las respuestas correctas a las consignas.

Tienen 3 opciones de entrega para presentar los trabajos prácticos:

Cagar en la plataforma ELE, donde dice **Tarea**.

Messenger **Maríel Schneider** (Facebook)

También me pueden mandar a mi correo electrónico: **profepatryschneider@yahoo.com.ar**

Traer en clase para su corrección.