

Sistema muscular

Los músculos son las partes carnosas y blandas que están debajo de la piel y encima del esqueleto.
Los músculos le dan forma a nuestro cuerpo y además permiten el movimiento porque son elásticos.



Completa las frases con las palabras del recuadro:

blandas

movimiento

elásticas

contraer

músculos

Los se encuentran debajo de la piel y permiten el del cuerpo.

Los músculos son las partes y del cuerpo por que se pueden estirar y



Marca con una X en lo que debes de hacer para desarrollar tus músculos.

- Tomar pastillas para desarrollarlos

☐

- Alimentarte adecuadamente

☐

- Realizar ejercicios físicos

☐

- Tener una postura correcta

☐

Lee las oraciones y luego coloca dentro del paréntesis la letra "v" si es verdadera y "f" si es falsa.

• Los músculos que nos obedecen son involuntarios ()

• Los músculos constantemente se estiran y se contraen ()

• Los músculos son blandos y elásticos ()

• Los huesos son protegidos por los músculos ()