

Rellena los huecos con las siguientes palabras:

sistema muscular sistema locomotor tejido muscular músculo tendones
músculo esquelético antagónica axial apendicular central sistema esquelético
articulaciones huesos prevenir lesiones hábitos saludables

- El _____ está formado por el sistema muscular y el sistema esquelético.
- El _____ permite el movimiento del cuerpo, protege a los órganos internos, produce calor y mantiene la postura. Está formado por los músculos y los tendones.
- El _____ está formado por fibras musculares compuestas por las proteínas actina y miosina agrupadas en fascículos. Un conjunto de fascículos forma el _____.
- Los _____ permiten la unión de los músculos a los huesos.
- El _____ está compuesto por fibras de tipo I o rojas de contracción lenta, no se fatigan con facilidad y participan en ejercicios aeróbicos y fibras de tipo II o blancas de contracción rápida, se fatigan con facilidad y participan en ejercicios anaeróbicos.

- Los músculos actúan de manera _____, cuando uno se contrae otro se relaja.
- El _____ sostiene de forma al cuerpo, protege a los órganos internos, permite el movimiento, almacena sales minerales, es reserva energética y produce glóbulos rojos. Está formado por los huesos, las articulaciones y los ligamentos articulares.
- Existen dos tipos de sistema esquelético, el _____ o _____ (cráneo, columna vertebral y caja torácica) y el _____ (cintura escapular, cintura pélvica, extremidades).
- Los _____ son los componentes rígidos del esqueleto formados por tejido óseo que da dureza, tejido conjuntivo responsable de la flexibilidad, médula ósea roja y amarilla, y vasos sanguíneos que nutren a las células.
- Las _____ son las uniones de los huesos contiguos entre sí, que impiden su separación. Pueden ser fijas, semimóviles o móviles.
- Para _____ y llevar unos _____ es importante llevar una dieta equilibrada, evitar el consumo de alcohol y tabaco, realizar actividad física y ejercicios de estiramiento, adoptar posturas

adecuadas, usar equipos protectores, no someter a sobreesfuerzos a los músculos, evitar levantar excesivo peso y usar calzado adecuado.

Rellena los huecos con las siguientes palabras:

relieve agentes geológicos internos meteorización erosión transporte
procesos geológicos externos sedimentación mar glaciares viento paisaje
impacto paisajístico desarrollo sostenible

- El _____ es el conjunto de accidentes geográficos que constituyen la superficie de la corteza terrestre, creados durante millones de años.
- Los _____ como seísmos, erupciones volcánicas y formación de nuevas montañas son los responsables de las nuevas estructuras del relieve.
- Los _____ como el agua, el viento y los seres vivos modifican el relieve de la superficie terrestre creado por los agentes geológicos internos.
- Los _____ modelan el relieve. Son la meteorización, la erosión, el transporte y la sedimentación.
- La _____ es la destrucción de las rocas de la superficie terrestre por acción de los seres vivos y la atmósfera. Puede ser física, química o biológica.

- La _____ es el desgaste y rotura de las rocas de la superficie terrestre por acción de los agentes geológicos externos (viento y agua).
- El _____ es el desplazamiento que sufren los fragmentos de roca que se han desprendido por la meteorización.
- La _____ es el depósito y acumulación de los fragmentos de roca, restos de organismos y sustancias químicas transportados cuando disminuye la acción del agente transportador.
- Las aguas salvajes, los torrentes, los ríos, las aguas subterráneas y los _____ modelan el relieve al fluir por él y van dejando a su paso distintas formaciones en el terreno. El _____ y el oleaje también modelan el relieve, ya que son los responsables de la formación de las costas.
- El _____ erosiona los materiales de la superficie terrestre, los transporta y los sedimenta. Un ejemplo es el desierto.
- El _____ es el entorno que percibimos creado por la interacción entre el relieve, el clima, los seres vivos y la acción del ser humano. Está formado por componentes abióticos, bióticos y antrópicos.

- El _____ es cualquier alteración de los componentes naturales y los elementos visuales del paisaje.
- El _____ debe satisfacer las necesidades de la generación actual sin afectar a la capacidad de las generaciones futuras de satisfacer sus necesidades.

Rellena los huecos con las siguientes palabras:

tiempo clima efecto invernadero gases calentamiento global 7R
huella de carbono economía circular medioambiente desarrollo sostenible
recursos naturales sobreexplotación residuos

- El _____ es la situación atmosférica en un momento concreto y en un determinado lugar.
- El _____ son las condiciones atmosféricas que tienen lugar en una zona concreta y en un período mínimo de 30 años.
- El clima está determinado por la temperatura, presión, viento, humedad y precipitaciones.
- El clima ha variado a lo largo de la historia de la Tierra debido a factores astronómicos, geológicos, biológicos y antrópicos.
- El _____ es un fenómeno natural que hace posible la vida en la Tierra.
- Los _____ de efecto invernadero como el CO₂ y CH₄ absorben parte de la energía recibida de las radiaciones solares y mantienen una temperatura adecuada que permite que exista vida.
- El aumento de los gases de efecto invernadero sube la temperatura media del planeta provocando el _____.

- La _____ es una medida que permite saber cuánto contribuyes tú al cambio climático y cuánto lo hacen las organizaciones, productos,...
- Estrategia de las _____ con los productos: rediseñar, reducir, reutilizar, renovar, reparar, reciclar, recuperar.
- _____: aprovechamiento y reducción de los recursos para la producción de bienes y servicios, y la disminución de los residuos para alcanzar un desarrollo sostenible.
- El _____ es el conjunto de circunstancias o factores físicos y biológicos que rodea a los seres vivos e influye en subdesarrollo y comportamiento.
- _____ permite conservar los recursos naturales, el progreso de la sociedad y el reparto equitativo de los recursos.
- Los _____ son los componentes de la naturaleza que el ser humano puede aprovechar para satisfacer sus necesidades. Pueden ser renovables o no renovables.
- La _____ consiste en el uso de recursos sin tener en cuenta su velocidad de regeneración.

- Los _____ surgen como consecuencia del uso de los recursos naturales y contaminan la naturaleza, el aire, el agua y el suelo. Debe realizarse una gestión sostenible de ellos.