

Los músculos y el movimiento

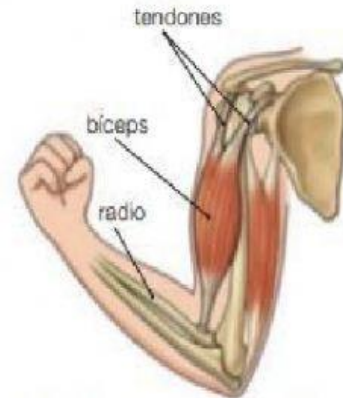
El sistema muscular

El sistema muscular está formado por un gran número de músculos que intervienen en todos nuestros movimientos, como caminar, correr, girar la cabeza, agarrar objetos...

Los músculos son unos órganos **elásticos**. Tienen la capacidad de encogerse en respuesta a las órdenes del sistema nervioso. Después, cuando dejan de recibir la orden, recuperan su tamaño.

Los músculos se unen a los huesos mediante los **tendones**, unos cordones muy resistentes. De este modo, cuando los músculos se encogen, hacen que se muevan los huesos.

Los principales músculos del cuerpo se distribuyen en tres zonas:

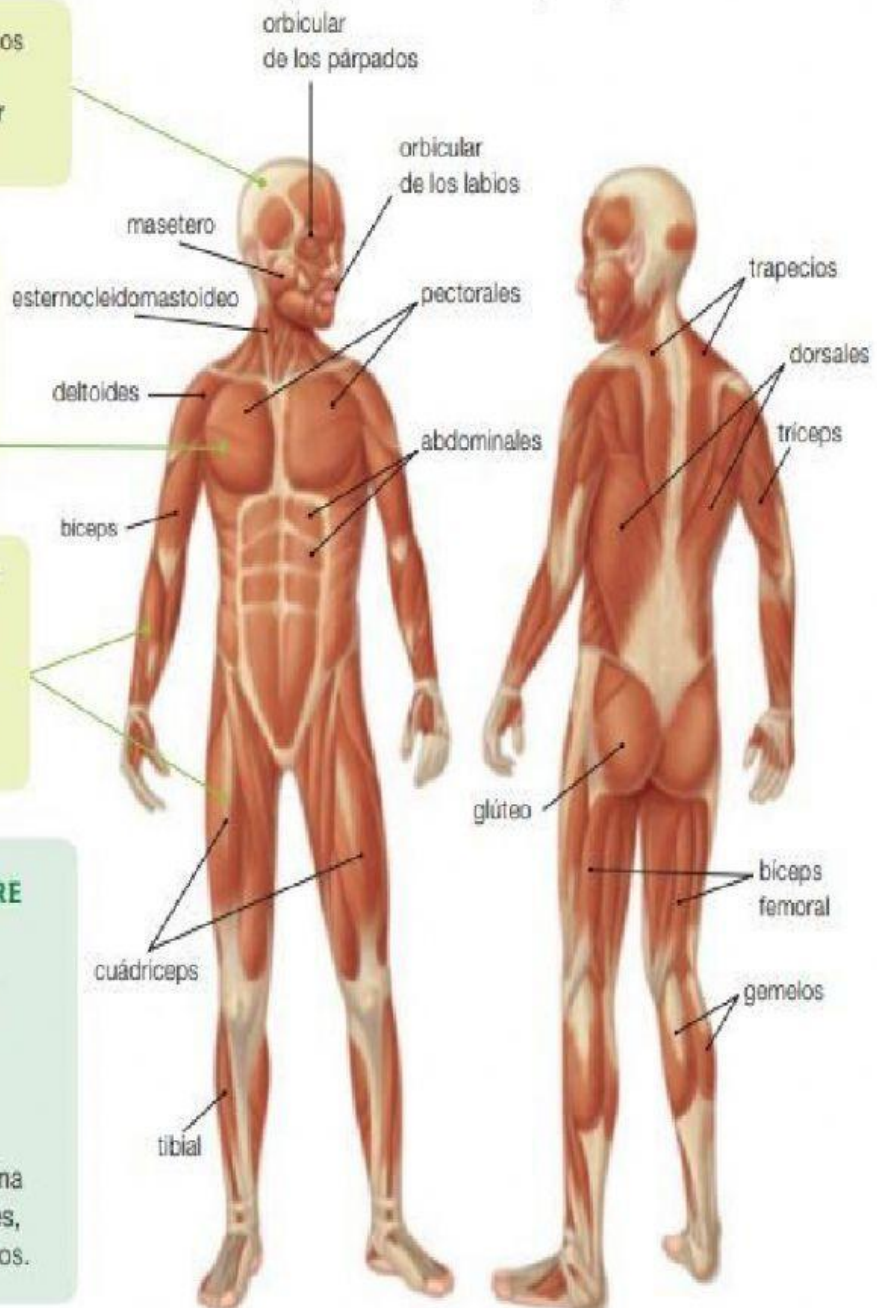


El biceps es el músculo que permite flexionar el brazo. Se une al radio con un tendón y al omoplato con dos.

Cabeza. Hay músculos planos y con forma de anillo. Nos permiten masticar, gesticular y nos ayudan a hablar.

Tronco. Son grandes y aplanados. Mantienen derecha la columna y la flexionan, protegen los órganos del abdomen y nos ayudan a respirar.

Extremidades. Muchos son alargados y más estrechos por los extremos que por la parte central. Permiten los movimientos de brazos, piernas, manos y pies.



👁 OBSERVA Y DESCUBRE

- Observa los músculos de la cabeza y di cuáles de ellos crees que tienen forma de anillo.
- Describe dónde están situados y cómo es la forma de los músculos pectorales, los maseteros y los gemelos.

1) Sistema muscular. Responde:

- El sistema muscular está formado por un gran número de _____
- Los músculos son órganos _____.
- Los músculos se unen a los huesos mediante los _____

2) Une y relaciona:

- | | |
|--------------------------------|------------------------------------|
| • Músculos de la cabeza | - Son grandes y aplanados. |
| • Músculos del tronco | - Son más alargados. |
| • Músculos de las extremidades | - Son planos y en forma de anillo. |

3) Coloca los músculos según corresponda:

obicular párpados

abdominales

glúteos

trapecios

masetero

obicular labios

gemelos

tríceps

dorsales

pectorales

cuádriceps

tibiales

CABEZA

TRONCO

EXTREMIDADES
