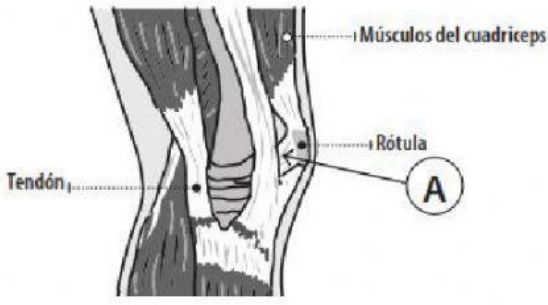




Ficha Ciencias Naturales

Selecciona una alternativa correcta.

1 ¿Qué característica de los músculos esqueléticos les permite contribuir al movimiento del cuerpo? A Son duros. B Son rígidos. C Son móviles. D Son elásticos.	2 ¿Qué consecuencia a largo plazo puede provocar mantener una mala postura cada vez que te sientas? A Los huesos de la columna pierden rigidez. B No se ejercitan los músculos de la espalda. C El esqueleto puede presentar deformaciones. D Los huesos de la columna se pueden fracturar.
3 ¿Cuál de las siguientes funciones es una acción voluntaria? A Latidos del corazón. B Pedalear en bicicleta. C Movimientos del estómago D Sacar la mano de una estufa muy caliente.	4 ¿Qué estructuras forman el sistema muscular? A Músculos y ligamentos. B Tendones y músculos. C Ligamentos y huesos. D Huesos y músculos.
5 ¿Cuál de los siguientes no es un beneficio de la actividad física? A Hace más resistentes los huesos y los músculos. B Hace más flexibles los huesos y los músculos. C Hace más frágiles los huesos y los músculos. D Hace más fuertes los huesos y los músculos.	6 ¿Cuál es la función del sistema muscular? A Producir el movimiento del cuerpo. B Mantener los órganos en su lugar. C Mantener los huesos en su lugar D Producir energía para movernos.
7 ¿Cuál de las siguientes funciones es una acción involuntaria? A Patear una pelota de fútbol. B Pedalear en bicicleta. C Movimientos del estómago D Caminar.	8 De los siguientes beneficios de la actividad física, ¿cuáles inciden directamente sobre el sistema esquelético y el sistema muscular? A Fortalece los ligamentos y tendones. B Aumenta la absorción de calcio en los huesos. C Disminuye el riesgo de fractura en los huesos. D Todas son correctas.
9 Los tendones, pertenecen al sistema A óseo B muscular C locomotor D nervioso	10 El bíceps, tríceps y cuádriceps, son ejemplos de músculos: A Rígidos B Esqueléticos C Elásticos D Lisos

11 La particularidad de los músculos que los hace extenderse y contraerse, los hace que tengan la característica de ser: A Rígidos B Esqueléticos C Elásticos D Lisos	12 Su función principal es unir a los músculos a los huesos, esta definición corresponde a: A Las luxaciones B Los ligamentos C Las articulaciones D Los tendones
13 ¿Cómo trabajan juntos un par de músculos esqueléticos? A Ambos músculos se contraen al mismo tiempo. B Ambos músculos se relajan y luego trabajan juntos. C Cuando un músculo se contrae, el otro se relaja. D Cuando un músculo es voluntario, el otro es involuntario.	14 ¿Qué función cumplen los tendones en el sistema locomotor? A Transmitir la fuerza generada por el músculo al hueso. B Proteger a los órganos internos de lesiones o golpes. C Permitir la unión de los huesos a los músculos D Coordinar los movimientos de los músculos.
Usa el siguiente diagrama que muestra un brazo humano doblando el codo: 15 ¿Cuál es la función de la estructura indicada con la letra A en la imagen? A Coordinar los movimientos. B Mover el hueso. C Articular el brazo y el antebrazo. D Unir el músculo al hueso.	
16 Leyla, estudiante de cuarto año básico, tiene un sobrepeso de 5 kilogramos. ¿Cuál será la manera más saludable para disminuirlo y alcanzar su peso ideal? A Realizando una dieta estricta sin masas ni azúcar. B Realizando una dieta estricta sin masas ni azúcar y haciendo ejercicio todos los días. C Realizando ejercicio dos veces al día y alimentándose como lo ha hecho hasta ahora. D Realizando una dieta equilibrada y haciendo ejercicio moderado semanal.	
17 La letra A de la imagen corresponde a: A Un ligamento. B Un tendón. C Un hueso. D Un músculo blando.	 El diagrama muestra una vista lateral de la articulación de la rodilla. Se identifican los siguientes componentes: 'Músculos del cuádriceps' en la parte superior, 'Rótula' (la rodilla) en el centro, y 'Tendón' que se extiende desde la rótula hacia abajo. Una etiqueta 'A' en un círculo apunta a una estructura ligamentosa que conecta la parte inferior de la rótula con el hueso de la pierna.