

GUIA ACADÉMICA

No. Guía:	2	Fecha:	19 Abril	No. Páginas:	11	Periodo:	Segundo
Ciclo:	I	Grado:	Segundo	Área/Campo/Asignatura:	CIENTIFICO		
Nombre docente (s):	JM	Deiber Ferney Castro Carmenza Medina		3124595787 profedeiber@gmail.com 3205737389 profecamedina@gmail.com			
	JT	Carolina Ríos Luz Elena González		3012597605 axcarito20@gmail.com 3004766882 – 3004629334 luzelenacurso102jt@gmail.com			
Nombre estudiante:							

REFLEXION

Cuando tú

... haces la tarea por mí.
... pides por whatsapp lo que me faltó terminar.
... eres quien arma mi mochila.
... eres quien busca las cosas que pierdo.



Lo único que aprendo es que tú puedes hacer las cosas mejor que yo y no me enseñas de responsabilidades.

Dejame cometer errores, dejá que me haga cargo de ellos.

Marcame el camino, no camines por mí.



La confianza y la honestidad que transmite una persona, es la mayor de sus fortalezas.



©www.TuParada.com

TEMATICAS

➤ **ÓRGANOS Y SISTEMAS DEL CUERPO HUMANO**

- ❖ Sistema digestivo.
- ❖ Sistema óseo.
- ❖ Sistema muscular.
- ❖ Sistema respiratorio.
- ❖ Sistema circulatorio.

DESEMPEÑO

Identifica los diferentes sistemas que conforman el cuerpo humano, sus funciones y cuidados, a través del desarrollo de las guías de la estrategia aprende en casa y el trabajo en familia, demostrando su entusiasmo, responsabilidad, compromiso y creatividad en la presentación de evidencias.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

RECORDEMOS...



Responde las siguientes preguntas según lo que tú sepas.

1. ¿Cuándo comemos, a dónde llega nuestro alimento?

2. ¿Cómo se llama el líquido que corre por nuestras venas?



3. ¿Cómo se llama lo que forma nuestro cuerpo y que aparece en este dibujo?

3. Escribe la respuesta a la siguiente adivinanza



¿Quién soy????

MARCO TEORICO

¿Qué es el cuerpo humano?

El cuerpo humano es el conjunto de la estructura física y de órganos que forman al ser humano.

La **estructura física** está compuesta por tres partes principales que son cabeza, tronco y extremidades superiores e inferiores y, la **estructura referida a los órganos** está compuesta por diferentes **sistemas**: circulatorio, respiratorio, digestivo, óseo y muscular, entre otros.

¿Qué es un sistema en el cuerpo humano?

Un **sistema** es un conjunto de órganos (como el corazón o el estómago), tejidos y estructuras que trabajan en conjunto para cumplir alguna función necesaria en el cuerpo del ser humano.

Hola niños, antes de empezar a trabajar la temática de los sistemas en el cuerpo humano, vamos a decorar nuestro cuaderno de campo científico, escribiremos muy grande **SEGUNDO PERIODO** en una hoja, usando diferentes colores y decorando como quieran; en la siguiente hoja se van a dibujar ustedes mismos de cuerpo completo, recuerden que todos son unos niños preciosos, así que el dibujo debe estar precioso también, si se dibujan feos,

¡quiere decir que son feos!

LOS SISTEMAS DEL CUERPO HUMANO

El cuerpo humano está formado por células que se agrupan en órganos. Los órganos o sistemas que poseemos son: digestivo, óseo, muscular, respiratorio, circulatorio.

1. **En tu cuaderno, escribe el título de cada sistema y recorta y pega el dibujo de cada uno que viene en la guía o realiza el dibujo.**

EL SISTEMA DIGESTIVO

Los seres humanos necesitamos alimentarnos para que la **comida** aporte **energía** a todo el cuerpo y desechar lo que no necesita. El aparato digestivo es el que realiza este trabajo que se llama **digestión**. Se encargará de extraer los nutrientes y trasladarlos al aparato circulatorio para que los distribuya a todas las partes del cuerpo.



Francisco J. Franco Galvín

RECURSOSEP 2018

www.recursosep.com

Antes de dar el primer bocado, cuando hueles un alimento sabroso, cuando lo ves o cuando pienses en él, ya empieza el proceso digestivo. Se te empieza a formar **saliva** en la boca.

El **esófago** es un tubo elástico que conduce la comida desde la parte posterior de la garganta hasta el estómago.

El **estómago**, que está unido al extremo inferior del esófago, es un "saco" elástico que tiene la forma de la letra "J". Desempeña tres funciones importantes:

1. almacenar la comida que has ingerido
2. descomponer los alimentos en una mezcla líquida
3. vaciar lentamente ese líquido al intestino delgado

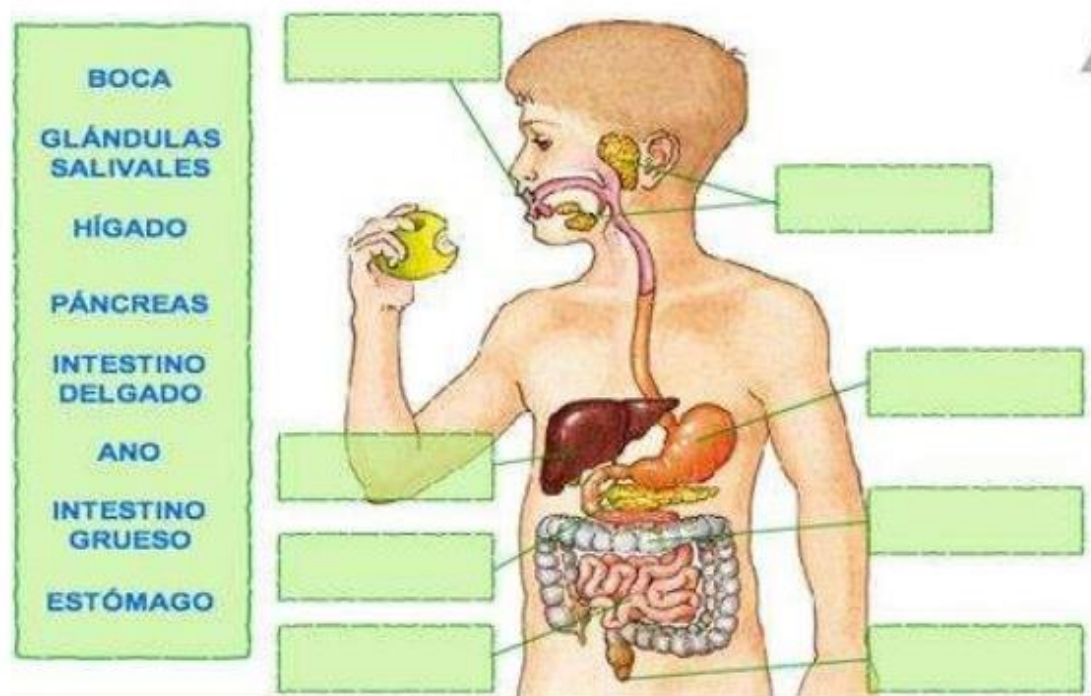
El estómago actúa como una batidora, mezclando y triturando todas las bolitas de comida procedentes del esófago en trozos cada vez más pequeños. Esto lo hace con la ayuda de los fuertes músculos que tiene en sus paredes y de los jugos gástricos que segrega.

El **intestino delgado** es un tubo largo que descompone la mezcla de alimentos procedente del estómago todavía más, para que tu cuerpo pueda absorber todas sus vitaminas, minerales, proteínas y grasas.

El **intestino grueso** es, efectivamente, más grueso que el intestino delgado, y es casi la última parada en el tubo digestivo. El intestino grueso va empujando las heces o popó hasta que llegan al **recto**, la última parada del tubo digestivo. Los productos de deshecho en estado sólido se quedan allí hasta que tienes ganas de ir al baño.

2. **Observa el siguiente video sobre el aparato digestivo, luego escribe en tu cuaderno lo que más te llamó la atención.** <https://www.youtube.com/watch?v=jbw0FxnAQE>
3. **Completa el siguiente dibujo del sistema digestivo con los nombres correspondientes en cada cuadro.**

COLOCAR EL NOMBRE



ALGUNOS CONSEJOS PARA CUIDAR NUESTRO SISTEMA DIGESTIVO

- Comer reposadamente, masticando bien la comida sin prisas.
- Consumir los alimentos necesarios para una nutrición adecuada.



- No abusar de las comidas en grandes cantidades.
- Reposar o pasear brevemente después de cada comida.



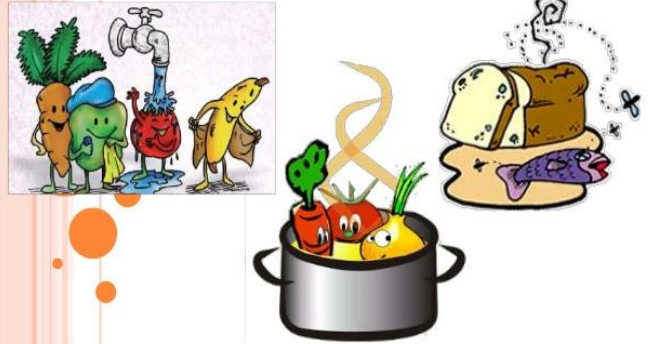
Todo esto favorece la digestión de los alimentos.

Para evitar infecciones e intoxicaciones alimentarias es necesario:

- Lavarse las manos antes de ingerirlos los alimentos, después de ir al baño, de manejar dinero o tocar basuras.



Se debe vigilar que los alimentos ingeridos no hayan sufrido ningún proceso de descomposición peligrosos para la salud.



4. Responde en tu cuaderno, ¿qué haces tú para cuidar tu sistema digestivo?

EL SISTEMA OSEO

En el interior de nuestro cuerpo se encuentran los huesos. Los **huesos** son rígidos y duros, y se unen entre sí en las **articulaciones**. El conjunto de todos los huesos forma **el esqueleto**. El esqueleto sostiene el peso de nuestro cuerpo, permiten que te muevas de muchas formas diferentes, protegen tus órganos internos y hacen muchas cosas más.

Ha llegado la hora de estudiar los huesos; ¡un cuerpo humano adulto tiene nada menos que **206** huesos y el hueso más largo que tenemos en el cuerpo esta en las piernas y se llama **fémur**.



La columna vertebral

La columna vertebral es una parte del esqueleto que es fácil de identificar: intenta tocarte la parte central de la espalda y notarás sus bultitos bajo los dedos. La columna vertebral te permite girarte y doblarte y mantiene erguido tu cuerpo. ¡está formada por un total de 26 huesos.

Las costillas

El corazón, los pulmones y el hígado son todos muy importantes y afortunadamente cuentan con las costillas para protegerlos. Las costillas actúan como una caja ósea alrededor del pecho.

El cráneo

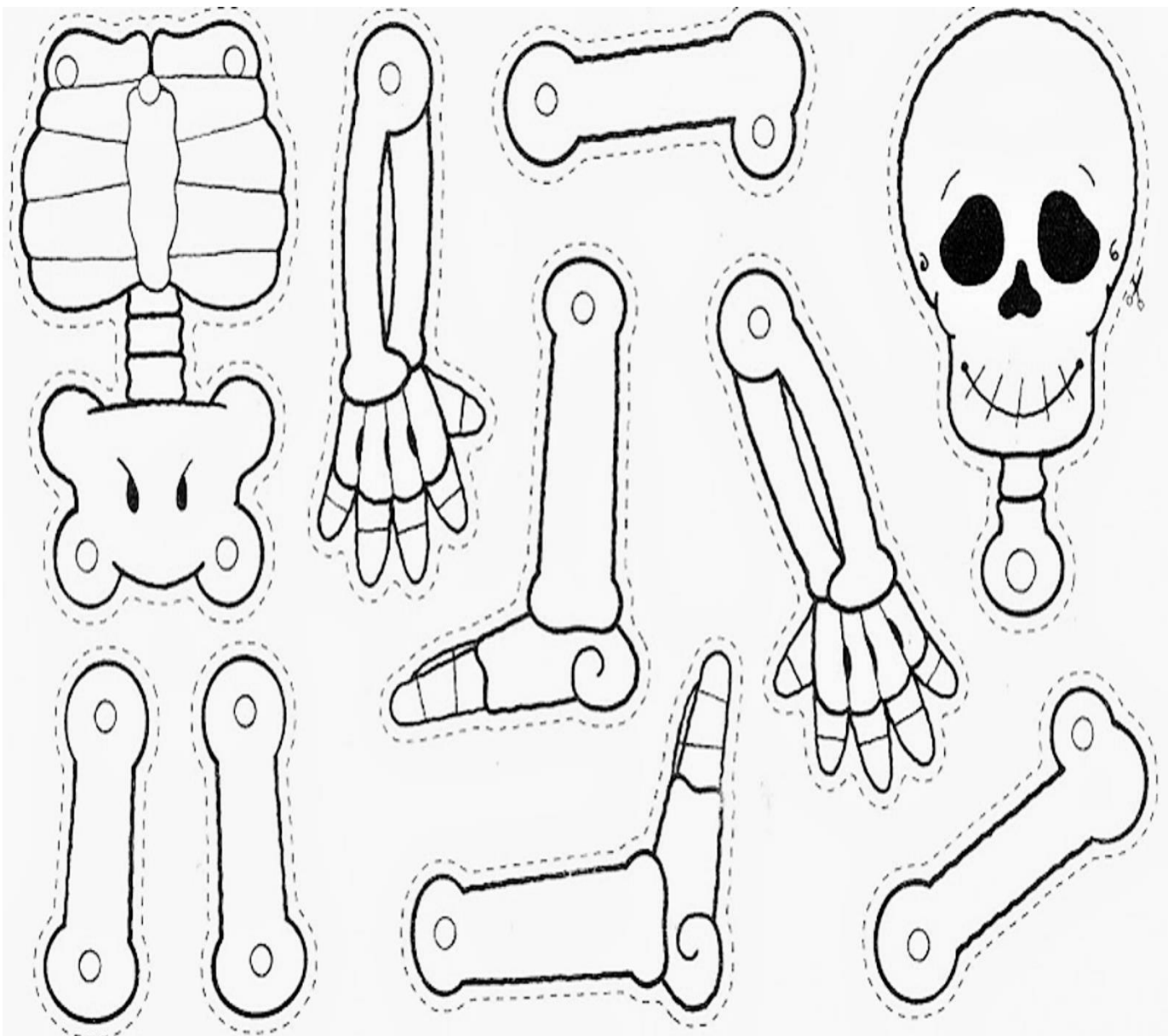
El cráneo protege la parte más importante de todas: el cerebro. El cráneo, de hecho, está compuesto por diferentes huesos. Algunos de estos huesos protegen el cerebro, mientras que otros conforman la estructura de la cara. Si te tocas debajo de los ojos, podrás palpar la cresta de los huesos que forman los huecos donde se alojan los ojos.

5. En la siguiente sopa de letras, busca los nombres de los huesos que aparecen a continuación, pégalas en tu cuaderno

a	b	c	d	f	p	f	g	h	c	b	g	e	c	f	b
d	c	r	a	n	e	o	j	a	u	k	j	s	f	a	g
h	o	h	a	k	l	m	ñ	k	b	j	h	t	ñ	k	ñ
d	s	k	h	s	v	q	w	z	i	q	w	e	q	j	c
p	t	g	ñ	w	i	k	a	y	t	y	z	r	c	q	b
e	i	f	a	m	s	w	w	d	o	w	a	n	w	k	z
r	l	j	ñ	w	b	b	w	f	q	z	c	o	f	y	g
o	l	m	h	u	m	e	r	o	k	z	c	n	w	z	f
n	a	b	k	q	s	ñ	g	z	b	j	y	a	ñ	k	e
e	s	q	h	a	h	b	j	h	k	c	k	m	ñ	j	m
c	g	d	m	ñ	q	t	i	b	i	a	d	k	q	c	u
h	r	a	d	i	o	j	s	h	g	c	q	s	a	k	r
d	f	g	k	f	a	d	b	d	g	k	b	f	s	c	f
c	o	l	u	m	n	a	v	e	r	t	e	b	r	a	l

Humero
Columna vertebral
Tibia
Peroné
Cubito
Cráneo
Fémur
Radio
Esternón
Pelvis
Costillas

6. Colorea, recorta y arma tu marioneta de esqueleto, tómale una foto cuando esté lista.



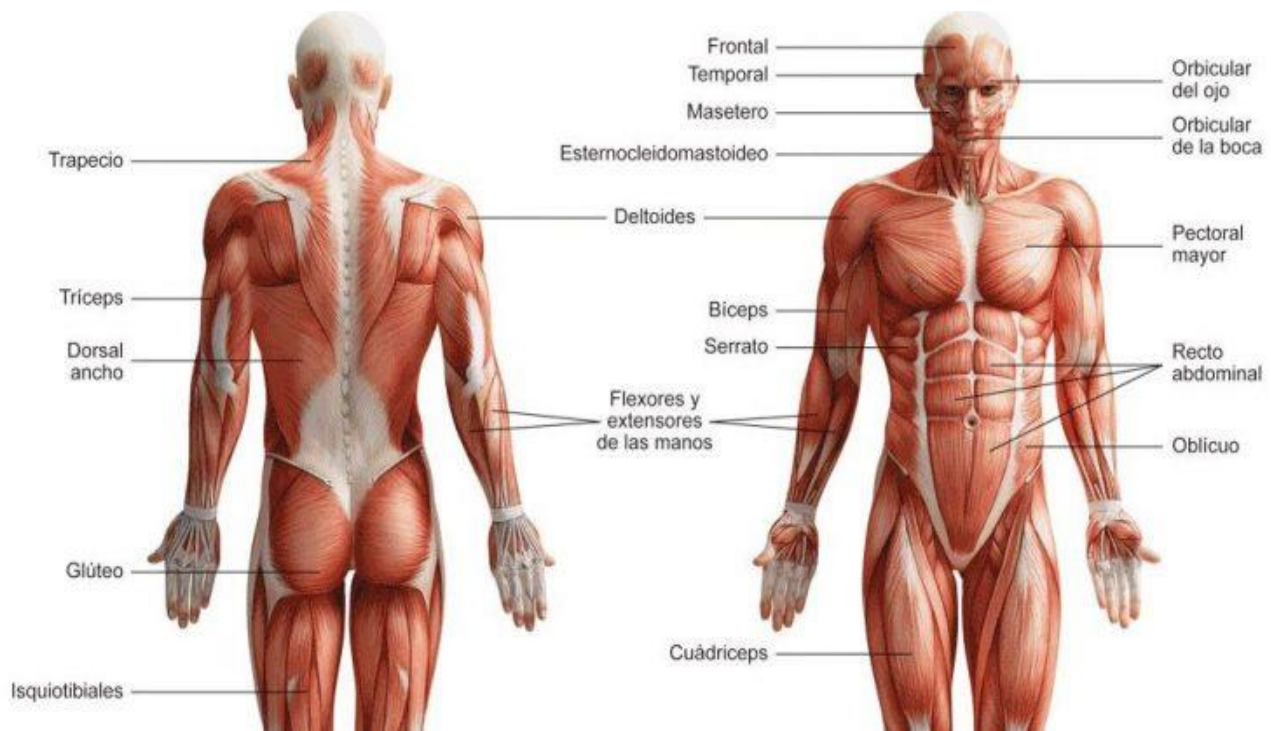
Cuídate los huesos

Los huesos te ayudan día tras días, de modo que asegúrate de cuidártelos bien. He aquí algunos consejos:

- ✓ Protégete los huesos del cráneo (¡y el cerebro que llevas dentro!) llevando casco para montar en bicicleta y para practicar otros deportes.
- ✓ Fortalece tu esqueleto bebiendo leche e ingiriendo otros productos lácteos (como el queso de bajo contenido en grasa o el yogur helado). Todos estos alimentos contienen calcio, que ayuda a endurecer y fortalecer los huesos.
- ✓ **¡Mantente activo!** Otra forma de fortalecer los huesos es ejercitándolos: corriendo, saltando, bailando o practicando deporte.

SISTEMA MUSCULAR

Los **músculos** se encuentran bajo la piel, recubren el esqueleto y dan forma a nuestro cuerpo. Los músculos son blandos y elásticos: se pueden encoger y estirar. De este modo, tiran de los huesos y permiten que movamos nuestro cuerpo.



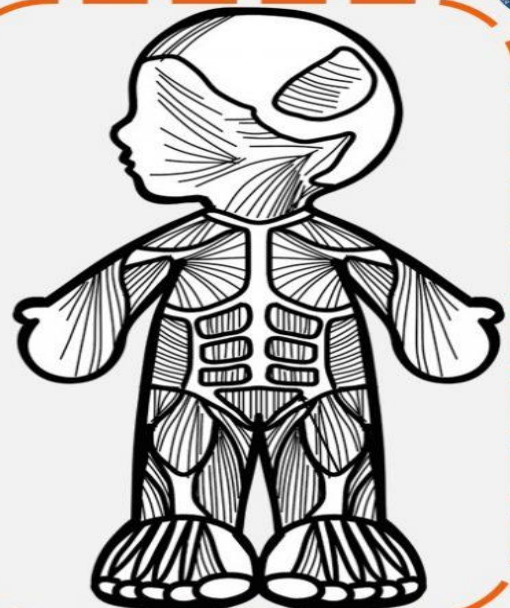
Al referirnos al sistema muscular, hablamos del conjunto de más de **650** músculos diferentes que componen el cuerpo humano, la mayoría de los cuales pueden ser controlados a voluntad y que permiten ejercer la fuerza suficiente sobre el esqueleto para movernos.

7. Colorea y completa las oraciones según la información anterior sobre el sistema muscular

Mi sistema Muscular

Los músculos me ayudan a _____.

En mi cuerpo hay _____ músculos.



CUIDADOS DEL SISTEMA MUSCULAR

- Haz ejercicio regularmente, este ayuda a los músculos a ganar volumen, elasticidad y fuerza.
- Estira tus músculos antes y después del ejercicio.
- Incluye lácteos, vegetales de hojas verdes y pescado a tu dieta.
- Disfruta del sol de la mañana, este te aportará Vitamina D natural que le hará bien a tu cuerpo.
- Evita hacer esfuerzos exigentes como por ejemplo arrastrar cosas muy pesadas y evita así lesiones musculares.

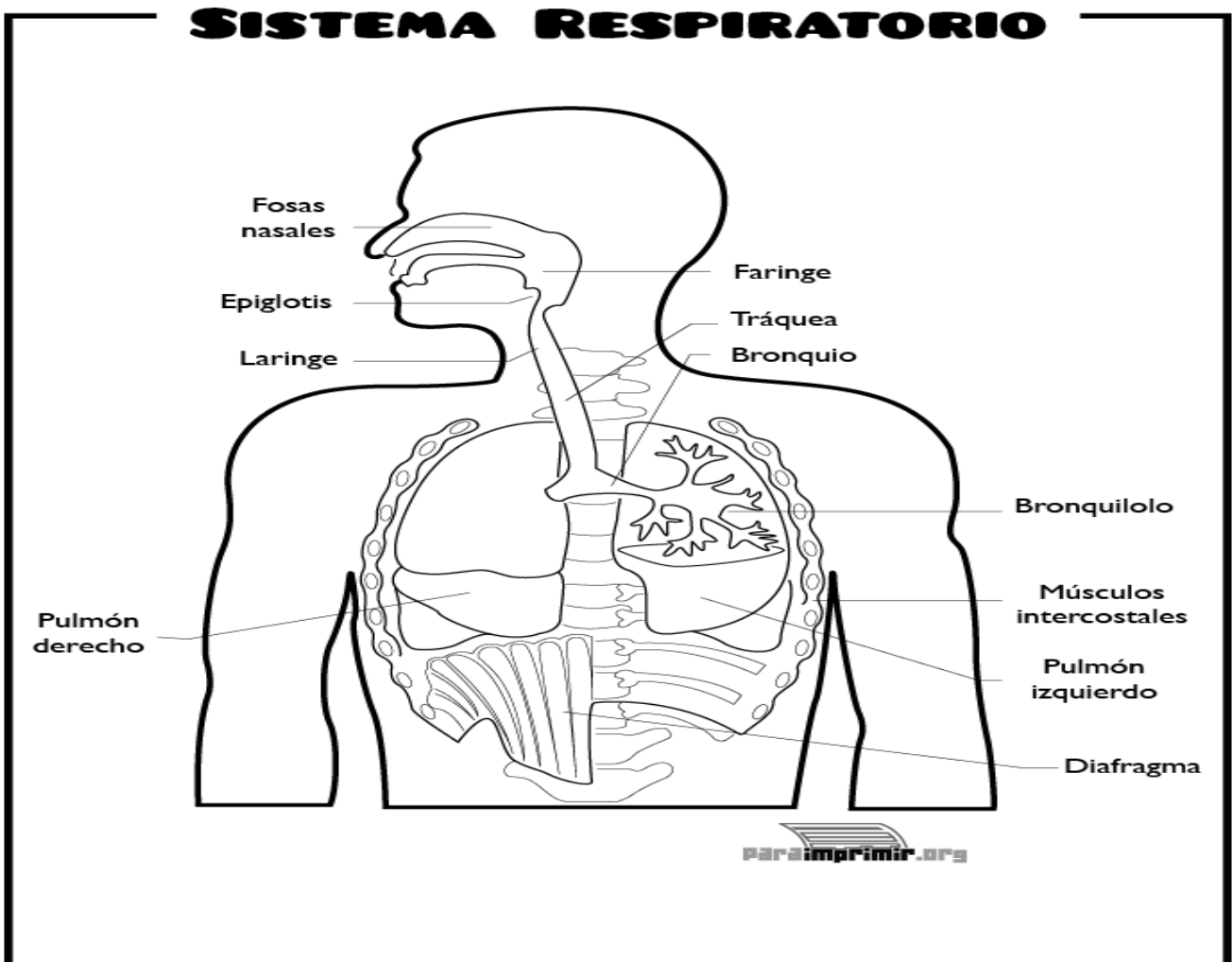
8. En tu cuaderno, dibuja los cuidados del sistema muscular mencionados anteriormente

SISTEMA RESPIRATORIO

Para vivir necesitamos tomar **oxígeno** del aire. Cuando respiramos, tomamos el aire por la nariz o por la **boca**. Luego, el aire pasa por un tubo llamado **tráquea** y llega a los **pulmones**, después expulsamos el aire que hay en los pulmones y tomamos el aire de nuevo.

Los **pulmones** se encargan de purificar el aire que entra en nuestro cuerpo y son como una especie de bolsas que tenemos en nuestro interior.

9. Colorea el sistema respiratorio



10. Responde las siguientes preguntas:

a. ¿Por dónde entra el aire que respiramos?

b. ¿Qué respiramos?

c. ¿Qué son los pulmones?

Cuidados del sistema respiratorio



11. Observa el siguiente video sobre el sistema respiratorio y en tu cuaderno realiza un dibujo que tenga que ver con lo que viste y aprendiste en el video.
<https://www.youtube.com/watch?v=tMLFFKof29o>

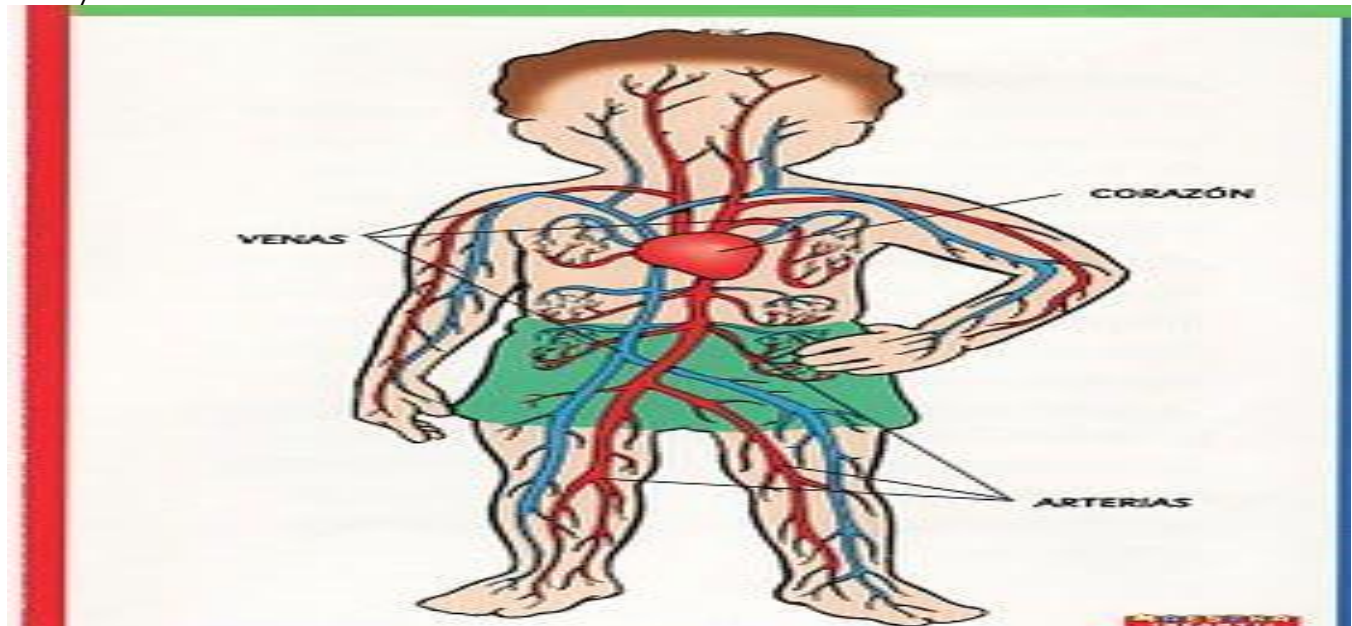
SISTEMA CIRCULATORIO

El sistema circulatorio está formado por vasos sanguíneos que transportan sangre desde el **corazón** y hacia el corazón. Las **arterias** transportan la sangre desde el corazón al resto del cuerpo, y las **venas** la transportan desde el cuerpo hasta el corazón.

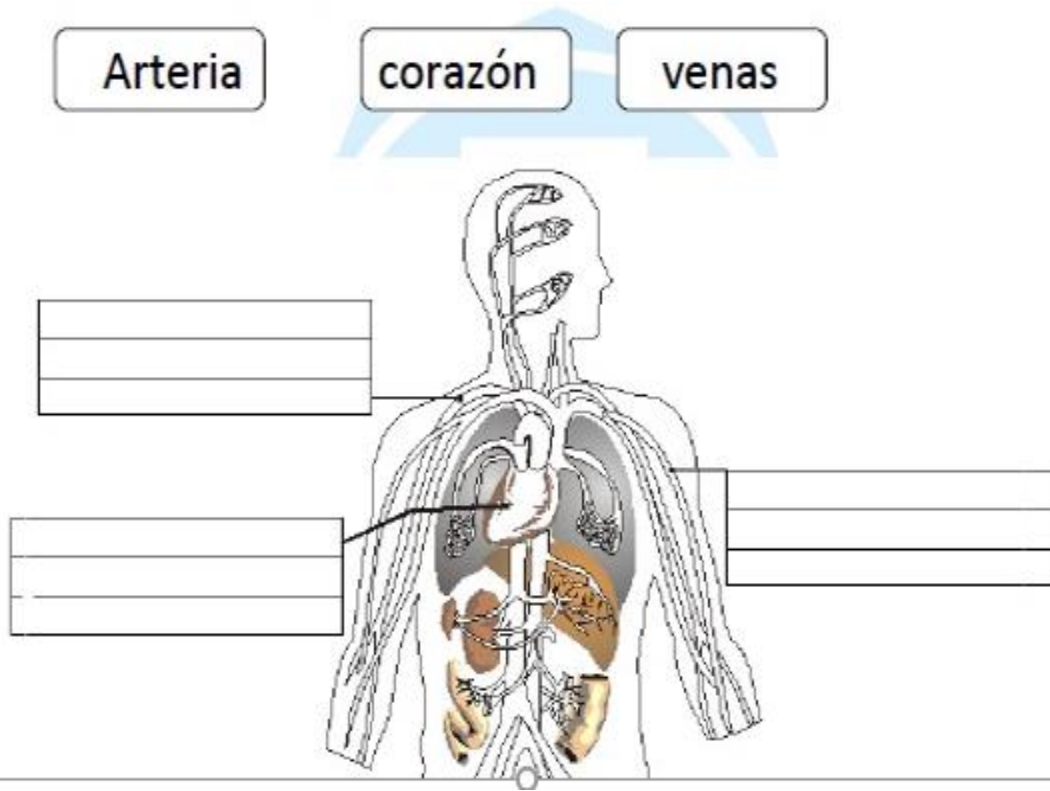
El sistema circulatorio lleva oxígeno, nutrientes y hormonas a las células y elimina los productos de desecho, como el dióxido de carbono. El recorrido que sigue la sangre siempre va en la misma dirección, para que las cosas sigan funcionando como deben funcionar.

¿Qué hace el corazón?

El corazón es una bomba, que suele latir entre 60 y 100 veces por minuto. En cada latido, el corazón envía sangre a todo el cuerpo, transportando oxígeno a todas sus células. Después de distribuir el oxígeno, la sangre vuelve al corazón. Desde allí, la sangre se bombea hacia los pulmones, donde se vuelve a cargar de oxígeno. Este ciclo se repite una y otra vez.



12. Escribe según corresponda y colorea



Cuidados del sistema circulatorio

- ✓ Practicar ejercicios físicos de manera regular, por lo menos tres veces por semana, por 30 minutos como mínimo.
- ✓ Mantener el peso ideal con respecto a la edad y el sexo.
- ✓ Tener una dieta saludable: consumir mucha agua, frutas, verduras y legumbres, y pocos alimentos ricos en grasa.

13. Recorta y pega en tu cuaderno, alimentos que nos ayudan con el cuidado de nuestro sistema circulatorio, según lo leído anteriormente.

14. Observa el siguiente experimento sobre el funcionamiento del corazón y realízalo en casa, toma una foto realizando el experimento.
https://www.youtube.com/watch?v=RjR_q350HTw

15. De los 5 sistemas vistos, escoge el que más te haya llamado la atención, constrúyelo de una manera creativa, usando material reciclable, luego graba un video de una pequeña exposición mostrando y hablando de lo aprendido sobre el sistema hecho.

CRONOGRAMA

Entregas parciales	Actividades	Fechas
Primera entrega	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	14 de Mayo
Segunda entrega	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	11 de Junio

EVALUACION

NIVELES	DESCRIPTORES DE NIVEL
5 	El estudiante desarrolla toda la guía en forma, completa, concisa y ordenada. Sigue correctamente las instrucciones. Presentó la guía en los tiempos previstos.
4 	El estudiante desarrolla la guía, pero requiere de correcciones en algunas actividades.
3 	El estudiante desarrolla la guía de forma parcial, presenta dificultades en algunas actividades.
2 	El estudiante muestra DIFICULTAD para desarrollar la guía, y no la entrega en los tiempos establecidos. Se evidencia la falta de acompañamiento de los padres.
1 	El apoyo y orientación de las actividades en casa es importante para su progreso académico. Debe cumplir con sus compromisos desarrollando las guías y entregándolas a tiempo.

Bibliografía

Qué es el cuerpo humano <https://www.significados.com/cuerpo-humano/>

Los sistemas del cuerpo <https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/2017/05/25/cuaderno-de-trabajo-primaria-como-funciona-el-cuerpo-humano/>

Cuidados del sistema digestivo <https://pt.slideshare.net/SusanaRicra/cuidados-del-sistema-digestivo-62715257/6>

Funcionamiento sistema digestivo <https://kidshealth.org/es/kids/digest-esp.html#:~:text=El%20est%C3%B3mago%20act%C3%BAa%20como%20una,los%20jugos%20g%C3%A1stricos%20que%20segrega.>

Funcionamiento Sistema óseo <https://kidshealth.org/es/kids/bones-esp.html#:~:text=Estos%20huesos%20conforman%20la%20estructura,nada%20menos%20que%20206%20huesos!>

Funcionamiento sistema respiratorio https://www.youtube.com/watch?v=Wq_bPoRTn7I