

1 Verdadero o falso

Lee las frases y marca si son verdaderas (V) o falsas (F). Corrige las falsas.

- ☐ El aparato locomotor está formado únicamente por los músculos.
- ☐ Los huesos, aunque parecen rígidos, son órganos vivos.
- ☐ Los ligamentos sirven para unir huesos en las articulaciones.
- ☐ El bíceps y el tríceps son músculos antagonistas.
- ☐ La vitamina D ayuda a fijar el calcio en los huesos.

2 Completa con la palabra correcta

Rellena los espacios con las palabras que aparecen en los recuadros:

cartílago

músculos

tendones

fractura

esguince

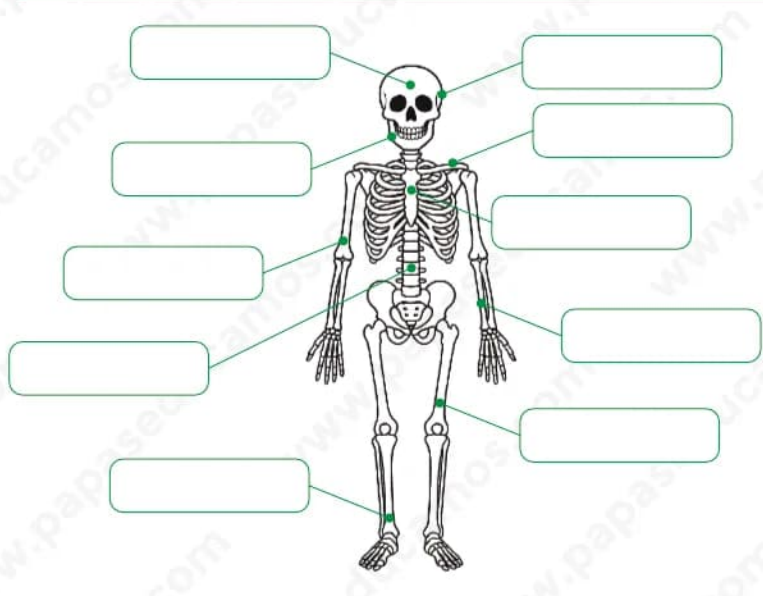
contractura

- ▶ Cuando un hueso se rompe hablamos de una .
- ▶ El recubre los extremos de los huesos en las articulaciones móviles.
- ▶ Los unen los músculos a los huesos.
- ▶ Una ocurre cuando los ligamentos se estiran demasiado.
- ▶ Los permiten el movimiento del esqueleto.
- ▶ Una es la contracción involuntaria de un músculo.

3 Clasificación de huesos

Coloca los siguientes huesos en el lugar correspondiente según la imagen. Después, clasifícalos según correspondan a a: Cabeza – Tronco – Extremidades.

fémur – clavícula – frontal – tibia – temporal – esternón – cúbito – maxilar – húmero – vértebra



Cabeza

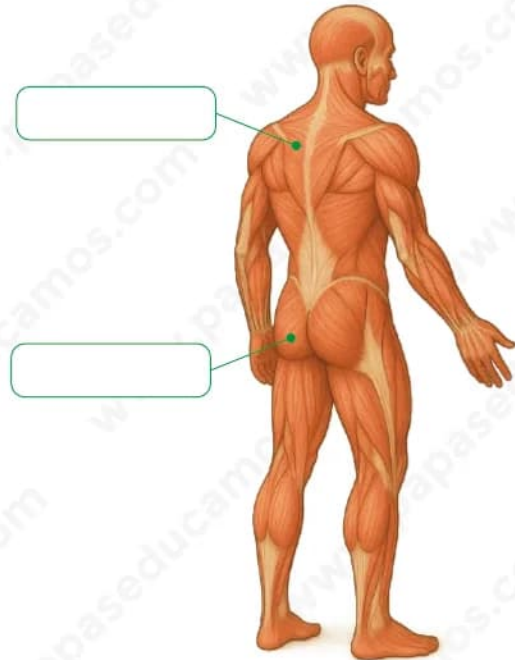
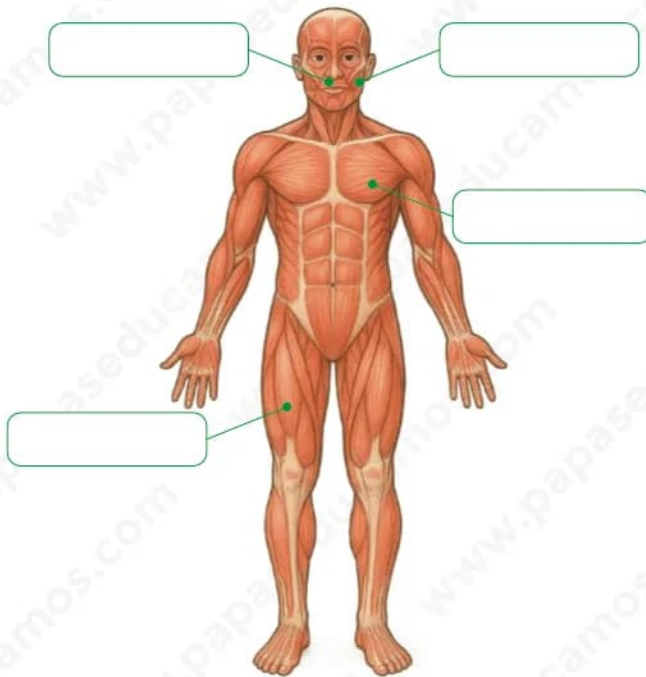
Tronco

Extremidades

4 Clasificación de músculos

Coloca los músculos en el lugar correspondiente según la imagen. Después, relaciona cada músculo con su zona del cuerpo.

Masetero Trapecio Cuádriceps Orbicular de los labios Glúteo Pectoral



Cabeza

Tronco

Extremidades

5 Respuesta breve

Responde a estas preguntas de forma breve.

- ¿Por qué decimos que los huesos son órganos vivos?

- ¿Qué diferencia hay entre una articulación fija y una móvil?

- ¿Qué son los músculos antagonistas? Pon un ejemplo.

- ¿Qué diferencia hay entre un movimiento voluntario y uno reflejo?

6 Ordena los pasos

Coloca en orden cómo se produce un movimiento voluntario.



Los músculos realizan el movimiento.



Un órgano de los sentidos capta un estímulo.



El cerebro interpreta la información y decide qué hacer.



El cerebro envía órdenes a los músculos.

7 Hábitos saludables

Marca ☒ en los hábitos saludables para el aparato locomotor y una ☒ para los que no lo son.

- ☐ Dormir encorvado en la silla.
- ☐ Hacer estiramientos después del ejercicio.
- ☐ Tomar el sol sin protección durante horas.
- ☐ Seguir una dieta con calcio y fósforo.
- ☐ Practicar deporte con calentamiento previo.
- ☐ Pasar muchas horas sin moverse.

8 Dibuja y explica

Dibuja una articulación de la rodilla y señala en el dibujo: hueso, cartílago, ligamento.

9 Imagina y escribe

Imagina que un amigo tuyo no quiere hacer deporte. Escríbele un pequeño consejo (4-5 líneas) explicándole por qué es importante cuidar el aparato locomotor.
