



Colegio Señor de Mailín

DIEGEP N° 3265

DISTRITO DE MALVINAS ARGENTINAS

San Pedro 465 (1613)

Villa de Mayo - Bs. As- Tel/Fax: 011-4463 - 8461

Proyecto de salud

Trabajo n° 4

DOCENTE: Clauser Mariana

CURSO: 6 °

ÁREA: Ciencias Naturales

Fecha: 18/5/2020

Hola familias ¿cómo están? Continuamos con el proyecto donde van a poder apreciar que todos los profes vamos a trabajar en conjunto llevando un tema de la actualidad que es sobre salud. Cada uno en su área y con relación a otras se verá actividades que se cruzaran ante el trabajo dado. Como por ejemplo una actividad de sociales, de naturales, lengua o matemática, tendrá conexión con educación física o con música entre otras.

Recuerden enviar las actividades al celular de la señora Mariana 1527369787 o al correo profmarian2020@hotmail.com

“El sistema circulatorio y sus funciones”

Repasamos realizando una lectura de las páginas 16 y 17 del libro.

El sistema circulatorio. Realiza una lectura del siguiente texto.

1. EL SISTEMA CIRCULATORIO Sistema encargado del transporte de sustancias por todo el organismo. Está formado por: el corazón, los vasos sanguíneos y la sangre.
2. EL CORAZÓN Constituido por tejido muscular. Está formado por tres capas: -- pericardio --miocardio --endocardio En su parte interna es hueco, dividido en cuatro cavidades: dos aurículas y dos ventrículos.
3. EL CORAZÓN
4. LOS VASOS SANGUÍNEOS: Son de tres clases: --Arterias (que se ramifican y forman las arteriolas). -Venas (que originan las vénulas). --Vasos capilares (vasos muy delgados en estrecho contacto con las células).

5. ARTERIAS, VENAS Y VASOS CAPILARES

6. LAS ARTERIAS Son los vasos por donde circula la sangre desde el corazón a las distintas partes del cuerpo. Sus paredes son fuertes y elásticas. Las principales son: la aorta, pulmonares, carótida, subclavias.

7. LAS VENAS Son los vasos que se encargan de llevar sangre al corazón y llegan a las aurículas. Sus paredes son blandas y poco elásticas.

8. VASOS CAPILARES Son vasos finísimos que comunican las últimas ramificaciones de las arterias con las ramificaciones de las venas. Forman redes que se distribuyen por todo el cuerpo.

9. FUNCIONES DEL SISTEMA CIRCULATORIO --Transporte de oxígeno y dióxido de carbono, nutrientes, hormonas y desechos metabólicos al riñón. --Defensa del organismo. --Mantenimiento de la temperatura corporal. --Contribuye con la coagulación de la sangre, favoreciendo así la regeneración de tejidos.

10. LA CIRCULACION SANGUINEA El Sistema circulatorio realiza sus funciones mediante la circulación sanguínea. Esta se define como el recorrido de la sangre por todo el organismo.

11. LA CIRCULACIÓN SANGUÍNEA

12. MOVIMIENTOS DEL CORAZÓN El corazón realiza dos movimientos: **SÍSTOLE:** se contrae e impulsa la sangre. **DIÁSTOLE:** se relaja y permite la entrada de sangre al corazón. Los ventrículos y las aurículas no efectúan estos movimientos a la vez. La secuencia alternada de estos movimientos se conoce como **CICLO CARDÍACO**.

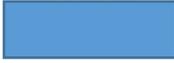
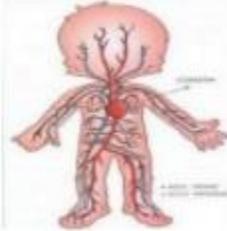
13. EL CICLO CARDÍACO Se lleva a cabo en tres etapas: --Sístole auricular: las aurículas se contraen e impulsan la sangre a los ventrículos. --Sístole ventricular: los ventrículos se contraen e impulsan la sangre a las arterias aorta y pulmonar. --Diástole: las cámaras se relajan.

14. MEDIDAS PREVENTIVAS PARA MANTENER SANO EL SISTEMA CIRCULATORIO -- Una dieta adecuada, baja en sal y grasas. --No usar ropa ni zapatos muy ajustados que impiden la adecuada circulación sanguínea. --Hacer ejercicio o practicar un deporte regularmente.

15. --Controlar el estrés por medio de actividades deportivas o recreativas sanas. -- Mantener un control periódico de la presión sanguínea.

Luego de leer la información realiza la actividad a continuación.

Sopas de Letras

CIENCIAS NATURALES  "ACCIONES QUE FAVORECEN LA SALUD" (El aparato circulatorio)		
APARATO	L R J H E X L N U O J B T I P A M R	
CIRCULATORIO	Z N B M Q T W O P T S W C Q H G P U	
VASOS	O C Y J H B N I S A N E V Z Y U S P	
CIRCULACIÓN	Z E O S V N Q C O R Ñ O X X F A T J	
SANGUÍNEA	N S D R Q O B A S A Y I S S D J O K	
TRANSPORTAR	W R R C U I X L A P Y Q A Ñ A E J H	
SANGRE	R A A N I C C U V A R G I B Ñ C Y I	
ARTERIAS	Z T T A N A Z C L S B K R K X C R L	
VENAS	B N R R O L G R W A X W E E V U I J	
OXÍGENO	W E O C D E R I B N K N T R C E Q T	
DIÓXIDO	Y M P N U R F C Z G B M R G I Q Y V	
NUTRIMENTOS	T I S Ñ P S Y P O U T O A N R Y N X	
RELACIÓN	A L N H Y O P L B I R I T A C H E Y	
DIGESTIVO	X A A W F T X Z Y N C R Q S U V D O	
RESPIRATORIO	E C R C N N D E C E J O B N L O N H	
ALIMENTARSE	H Q T S O E I E Ñ A G T T Ñ A W B X	
EJERCICIO	W D C H A M G P M Z P A M J T E O Z	
AGUA	C E I D K I E U F C K R F I O A D Y	
	F Ñ T E L R S Y T S L I O F R P I U	
	S X D S M T T I K D Q P X R I O X G	
	I R C X G U I P B L N S I W O P O A	
	B C M U E N V Y J W P E G D P W I C	
	H S G S E I O I C I C R E J E P D Z	
	J J Z K M H N T M E M F N T V W O Z	
	Q X K Z Ñ C J J Z E H W O V U Z L E	

Última actividad.... Te propongo pensar y realizar una forma creativa con cosas que tengas en casa para representar este sistema y completar este cuadro....

Tomarse el pulso... vas a ubicar tus dos dedos (índice y mayor) sobre la zona de muñeca parte interna y contar cuantas pulsaciones tienes en 1 minuto y los vas a escribir y luego vas a bailar, saltar o correr un poco, mover tu cuerpo y vuelves a realizar lo mismo buscar el pulso y escribir cuantas pulsaciones tienes en 1 minuto.

Mi cuerpo quieto	Mi cuerpo después del movimiento
pulsaciones	Pulsaciones



Seño Mariana