



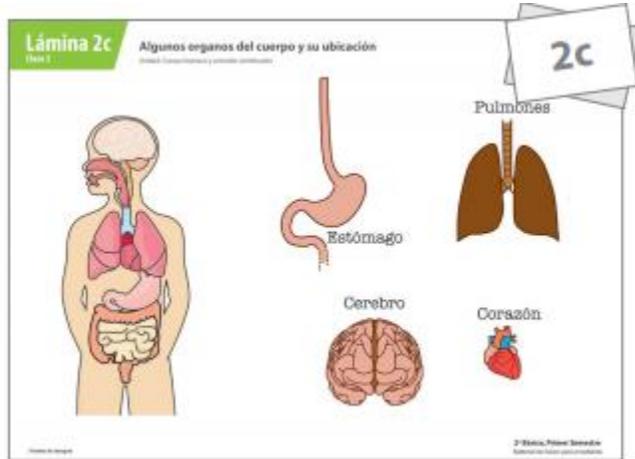
Módulo de autoaprendizaje N°3
Tema: Órganos del cuerpo humano

Objetivo: Analizar principales órganos internos del cuerpo humano y relacionarlo a los beneficios de la actividad física por medio de diferentes ejercicios motrices.

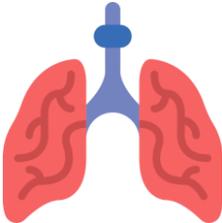
Instrucciones: Completar nombre de algunos órganos internos del cuerpo humano y ubicarlos en su posición anatómica.

Relacionar sus funciones y su participación en el movimiento.

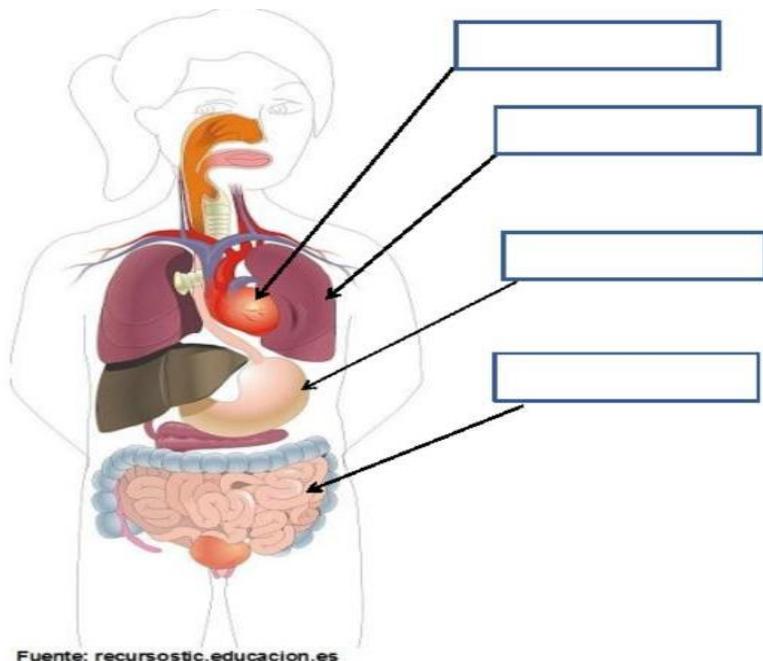
Para hacer actividad física ocupamos los diferentes sistemas de nuestro cuerpo ya sea músculos, huesos, articulaciones, y nuestro sistema cardiorrespiratorio en el que los pulmones nos permiten bombear sangre a todo el cuerpo y mantener una actividad sana de nuestro corazón para ser más eficaces en los latidos de esta manera trabajará con menor esfuerzo.



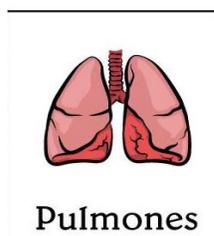
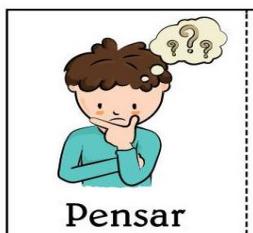
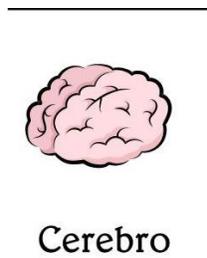
- 1) Al realizar actividad Física, podemos sentir distintas partes internas de nuestro cuerpo, al requerir más consumo de oxígeno o al aumentar los latidos del corazón. Completa el órgano interno representado, completando las letras en cada círculo

	C () () () () () Ó ()
	P () () M () () () ()
	C () () () () () () O

2) Completa los recuadros con los nombres de los órganos del cuerpo humano



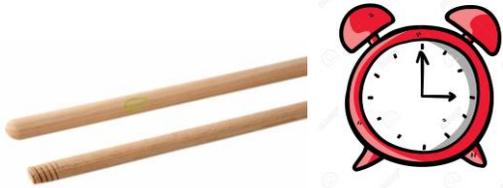
2) Une por medio de una línea, el órgano que realiza la función que corresponda. Como por ejemplo Estomago- digestión



3) Al realizar la clase de Educación Física, ¿Qué órgano interno sientes que actúa de forma distinta?, nombra uno e investiga brevemente cual es su función.

Realiza los siguientes ejercicios que mejoran tu capacidad aerobica y favorecen la funciones de los principales organos del cuerpo.

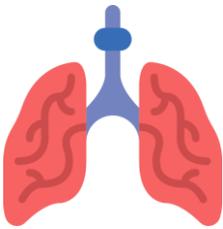
<p>Desplázate lateralmente por la línea al llega a un extremo toca el suelo, bajando tu cuerpo flexionando las rodillas. Luego dirígete al otro extremo de la línea para repetir lo mismo.</p> <p>Lleva un reloj y ejercita durante 30 segundos y repite nuevamente.</p>	<p>Traza una línea en el suelo de 1 mt puede realizarla con alguna cinta adhesiva o bien con un palo de escoba.</p>
--	---

	
<p>Utilizando la misma línea adelantarás un pie sobre la línea y luego el otro realizando una especie de tijeras a medida que vas avanzando por todo el largo de la línea trazada. Realízalo ida y vuelta (2 veces)</p>	

Respuestas



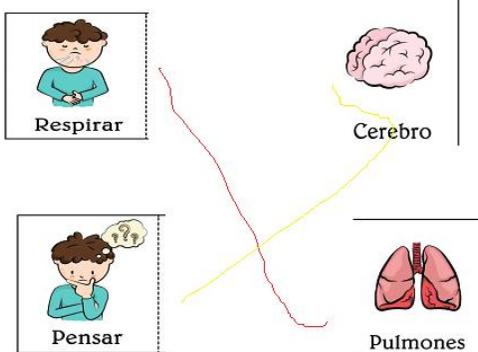
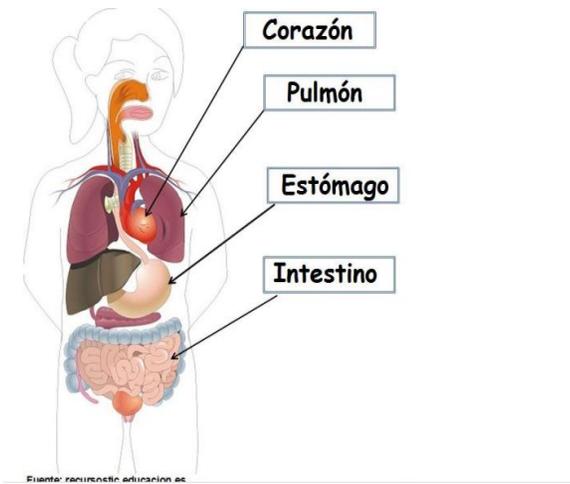
C o r a z ó n



P u l M o n e s



C E R E B R O



4) Ejemplo al correr: Los pulmones llevan oxígeno al cuerpo para suministrar energía. El corazón bombea el oxígeno para aportar energía a los músculos para que pueda ejecutar el movimiento.