



# Plan Pedagógico

## Período 16 al 27 de marzo 2020

**Objetivo:** Reforzar el trabajo académico en el hogar de los y las estudiantes en las diferentes asignaturas en el periodo de suspensión por plan Coronavirus COVID-19.



<b>Asignatura</b>	<b>Ciencias Naturales</b>
<b>Nivel</b>	<b>Segundo Básico</b>



**Nombre de la Unidad: órganos internos del cuerpo humano**

**Contenidos:**

- El corazón, los pulmones, el estómago: sus características y funciones.
- Los músculos: sus características y funciones.
- Actividades saludables para el cuerpo humano.

**Links de páginas web de apoyo y refuerzo (Visuales y Audiovisuales)**

- <https://www.youtube.com/watch?v=KYUQ-kySe2E> (Partes de nuestro cuerpo)
- <https://www.youtube.com/watch?v=jsqONxiLcYM> (Actividad física y alimentación).

**Contenidos Explicativos**

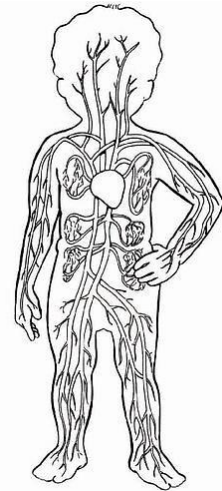
**EL CORAZÓN**

a) **¿Qué es?** Es un órgano muy importante de cuerpo, ya que su funcionamiento nos mantiene con vida.

b) **¿Qué función cumple?** Envía con fuerza la sangre a todo el cuerpo, a través de los vasos sanguíneos.

c) **¿Dónde se ubica?** En el tórax

d) **¿Qué huesos lo protegen?** Las costillas

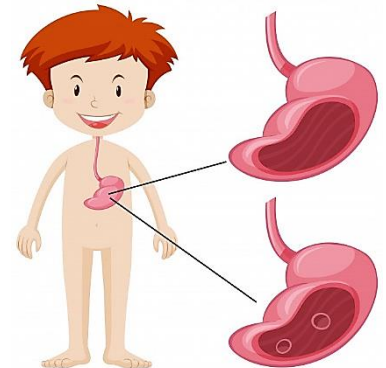


**EL ESTÓMAGO**

a) **¿Qué es?** Es un órgano muy similar a un saco elástico, que desempeña funciones fundamentales para nuestro organismo.

b) **¿Qué función cumple?** Almacena, mezcla y transforma en una papilla el alimento que consumimos.

c) **¿Dónde se ubica?** En la parte alta de nuestro abdomen.





d) **¿Qué sucede con los alimentos que el estómago procesa?** Llegan al intestino, donde son transformados en pedacitos más pequeñitos, para luego ser enviados al cuerpo a través de la sangre.

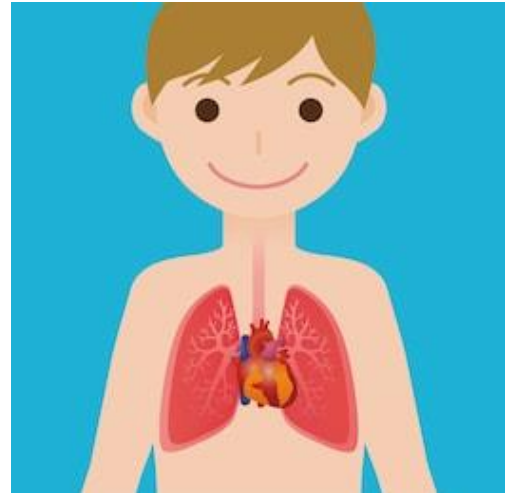
### LOS PULMONES

a) **¿Qué son?** Los pulmones son dos órganos que nos permiten respirar. En su interior poseen **tubos llenos de aire**.

b) **¿Qué función cumplen?** Enviar el oxígeno del aire al corazón a través de la sangre, para que esta sea bombeada y enviada a todo el cuerpo.

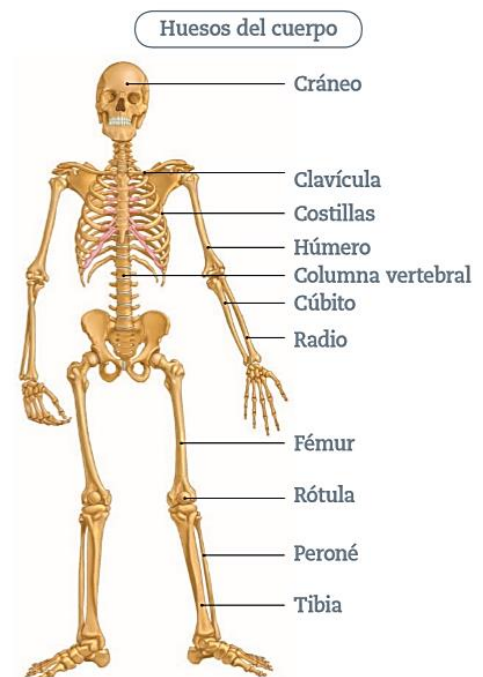
c) **¿Dónde se ubican?** Se ubican en el tórax.

d) **¿Qué huesos lo protegen?** Las costillas



### EL ESQUELETO

El esqueleto da **soporte y forma al cuerpo** y, junto con los músculos, nos permite movernos. Algunos huesos protegen órganos importantes: el **cráneo** protege el cerebro, las **costillas** cubren los pulmones y el corazón y la **columna vertebral** protege la médula espinal. Los huesos se conectan entre sí mediante las **articulaciones**, como ocurre en las rodillas, los codos, los hombros y la cadera.





## LOS MÚSCULOS

Los músculos son estructuras **elásticas** que se pueden contraer, es decir, se pueden acortar y relajar, lo que nos permite realizar diferentes movimientos.

Algunos músculos son **voluntarios** y por eso los podemos mover cuando queramos. Por ejemplo, los de los brazos y las manos nos permiten escribir y con los de la cara podemos hacer muecas. Otros son **involuntarios**, es decir, se mueven solos y no dependen de nuestro control. Por ejemplo, el músculo del esófago permite que el alimento baje y el corazón late sin que intervenga nuestra voluntad.

Para tener músculos saludables, es recomendable hacer ejercicio en forma regular y alimentarse bien.

**El cuerpo humano está formado por alrededor de 600 músculos, que tienen diferentes funciones:**

### Músculos del cuerpo



▲ Tomás González Sepúlveda, gimnasta chileno.

**Recuerda:** los músculos son blandos y elásticos, están unidos a los huesos, y juntos permiten el movimiento de nuestro cuerpo.



## LA ACTIVIDAD FÍSICA

La actividad física, haciendo deportes y ejercicios, nos permite **mantener una vida saludable y fortalecer los músculos y el corazón.**

Después de hacer ejercicio, el corazón **late más rápido**, lo que significa que está trabajando intensamente y enviando sangre a todo el cuerpo. Cada vez que haces alguna actividad física, como ejercicios, correr o andar en bicicleta, estás ayudando a tu cuerpo a mantenerse saludable, **desarrollando tus músculos** para crecer y ser fuerte.





**CUESTIONARIO DE APRENDIZAJE PARA EL ESTUDIANTE**

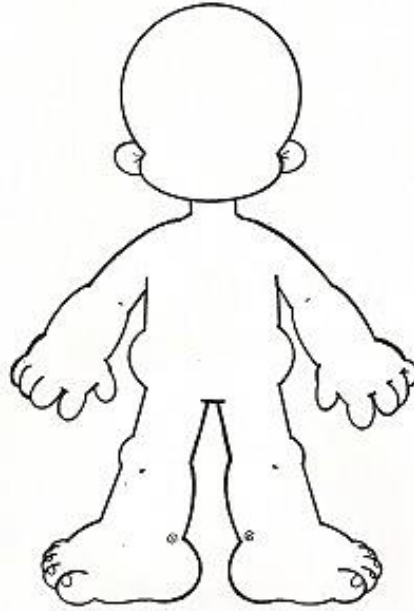
**Nombre y Apellido**

**Curso**

**Fecha**

El siguiente cuestionario de preguntas debe ser desarrollado en base a los contenidos trabajados en la guía y ser entregado a cada profesor durante la primera clase de cada asignatura.

**1. Dibuja el corazón, el estómago y los pulmones. Ubícalos según corresponda (3 puntos).**



**2. ¿Cuál es el órgano que bombea sangre? (2 puntos).**

\_\_\_\_\_

**3. ¿Qué órgano participa en la respiración? (2 puntos).**

\_\_\_\_\_

**4. ¿Qué órgano se ubica en el abdomen? (2 puntos).**

\_\_\_\_\_

**5. ¿Qué función cumple nuestro esqueleto? (2 puntos).**

\_\_\_\_\_



6. ¿Qué es lo que une a nuestros huesos? (2 puntos).

\_\_\_\_\_

7. ¿Qué son los músculos? ¿cuál es su función? (2 puntos).

\_\_\_\_\_

8. Recorta y pega 5 acciones que te permitan tener una vida saludable (5 puntos).

9. Esta actividad debes realizarla en pareja:

a) Fíjate en la fotografía para saber cómo tomar el pulso: utilizando los dedos medio e índice de tu mano, presiona suavemente al lado de tu cuello y busca tus pulsaciones.

b) Permanece sentado o sentada durante 5 minutos. **Cuenta** tus pulsaciones durante 15 segundos, tiempo que tu compañero (papá, mamá, abuelo/a, etc.) **medirá** con el cronómetro. Pon atención a tu respiración y anota tus resultados.

c) Cuenta tus pulsaciones durante 15 segundos, después de haber caminado por 5 minutos. Anota tus resultados.

d) Cuenta tus pulsaciones durante 15 segundos, después de haber corrido por 5 minutos. Anota tus resultados.

e) Finalmente, inviertan los roles.





**ANÓTA TUS RESULTADOS EN LA TABLA: NÚMERO DE PULSACIONES – TIEMPO (6 PUNTOS).**

Actividad	Pulsaciones en 15 segundos	Respiración
Sentado		
Después de caminar		
Después de correr		

**10. Responde según los datos anteriores (4 puntos).**

**a) ¿Cuándo latió más lento tu corazón?**

---

**b) Cuando aumentaste la actividad física, ¿qué ocurrió con tus latidos?**

---