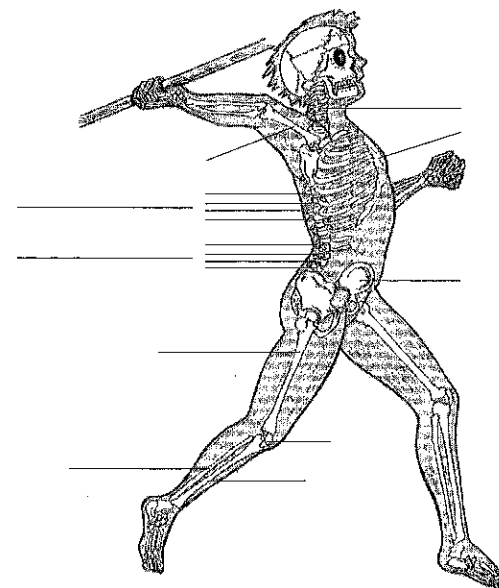
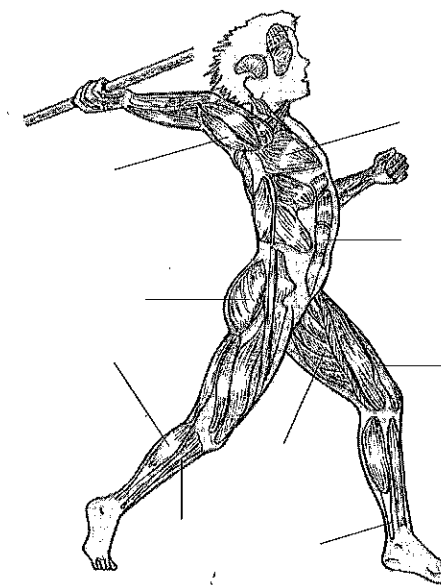


1 EL COS HUMÀ I L'EXERCICI FÍSIC

1. Escriu el nom dels ossos següents del cos humà:



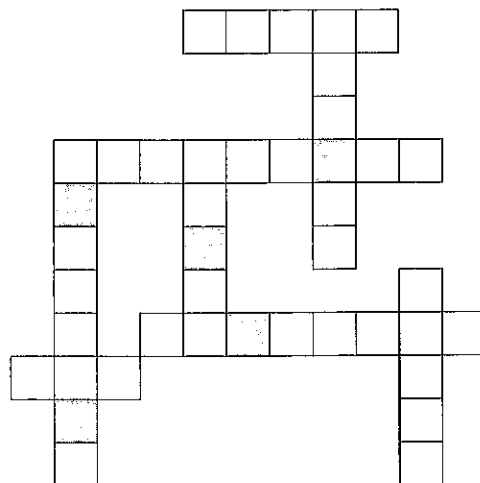
2. Escriu el nom dels músculs següents del cos humà:



3. Encreuat. Omple els quadres amb les paraules tot seguit relacionades. Un cop ho hagi aconseguit, podràs resoldre la clau ordenant les lletres dels quadres foscos.

Venes - neurones - diàstole - fetge - ossos - diafragma - cor - oxigen.

Clau: Quin és el múscul més fort del cos humà?



4. Respon a cada pregunta escrivint en el quadre l'aparell o sistema del cos humà corresponent. Després, completa amb més detall la funció que realitza:

► Qui produeix el moviment?

Funció

► Com captem els aliments de l'exterior?

Funció

► Com captem l'oxigen de l'exterior?

Funció

► Qui transporta els aliments i l'oxigen als músculs?

Funció

► Qui ordena i regula el moviment?

Funció

5. Col·loca els òrgans següents del cos humà en l'aparell o sistema que els correspongui.

Nervis - cor - estómac - tràquea - alvèols - músculs - pàncrees - medul·la - arterioles - ossos - venes - dents - bronquis - articulacions - capil·lars - cerebel - recte - nas.

Ap. locomotor	Ap. digestiu	Ap. respiratori	Ap. cardiovascular	Sistema nerviós

6. Comprova els teus coneixements

De les tres respostes a cada pregunta, només una és correcta. **Encercla-la.**

1 Respecte a les articulacions...

- a. En el cos humà existeixen articulacions mòbils, semimòbils i fixes.
- b. Totes les articulacions del cos humà són mòbils.
- c. En el cos humà existeixen articulacions llises i estriades.

2 El cor és un múscul...

- a. ... que realitza una sèrie de contraccions anomenades diàstoles.
- b. ... que realitza una sèrie de dilatacions anomenades sístoles.
- c. ... que conté quatre cavitats: dues aurícules i dos ventricles.

3 Quina d'aquestes afirmacions és la correcta?

- a. L'esquelet humà és format pels ossos i els músculs.
- b. L'intercanvi d'O₂ i CO₂ en els pulmons es produeix en els bronquis.
- c. Quan en fer exercici ens comptem les pulsacions estem comptant les sístoles que realitza el cor.