

### EL APARATO LOCOMOTOR - TEMA 3

- ¿Qué es el esqueleto?
- ¿Qué hace?
- ¿Qué nos permite?
- ¿En qué interviene?
- ¿Qué protege?
- ¿Cómo cuáles?
- ¿Qué son los huesos?
- ¿Qué tipos de huesos hay?
- ¿Cómo son los huesos del cráneo y cuál es su función?

- ¿Qué función tiene la columna vertebral?
- ¿Cómo se llaman los huesos que la forman?
- ¿En qué parte del aparato locomotor se encuentra?
- ¿De qué están cubiertos los extremos de muchos huesos?
- ¿Qué es el cartílago?
- ¿Qué es una articulación?
- ¿Qué es la osificación?
- ¿Qué son los músculos?

- ¿Cómo son los músculos?
- ¿Qué son los tendones?
- ¿Cómo son los músculos de la cabeza y qué nos permiten hacer?
- ¿Cómo son los músculos del tronco y qué nos permiten hacer?
- ¿Cómo son los músculos de las extremidades y qué nos permiten hacer?
- ¿Qué órganos forman el aparato locomotor?
- ¿Qué son los músculos antagonistas?

- ¿Qué son las fracturas?
- ¿Qué son los esguinces?
- ¿Qué son las contracturas musculares?
- ¿Qué es necesario para el crecimiento de nuestros huesos?
- ¿Qué alimentos contienen calcio?
- ¿Por qué es necesaria la vitamina D?
- ¿Cómo podemos obtenerla?
- ¿Qué enfermedad produce la ausencia de esta vitamina?
- ¿Qué necesita el cerebro para sus funciones?
- ¿Qué alimentos contienen esa sustancia?
- ¿Cuáles son los beneficios de hacer ejercicio físico?
- ¿Qué hay que hacer para evitar lesiones como esguinces y fracturas

cuando vamos a practicar algún deporte?

- Pon tres ejemplos de buenas posturas para la espalda.