



Nombre: _____

Sección: _____

Fecha: _____

Taxonomía / Inteligencias múltiples
analizar / intrapersonal

Sistema locomotor

1. Completa el cuadro.

Los músculos cubren los _____ y protegen los órganos del cuerpo. El sistema óseo y el sistema muscular trabajan en equipo. Permiten el movimiento. El sistema formado de músculos y huesos se llama sistema _____.

2. Lee con atención los cuidados del sistema locomotor. Coloca un ✓ a los cuidados y una ✗ a las acciones que dañan tu cuerpo.

	✓	✗
1. Pararse de puntillas para alcanzar objetos.		
2. Sentarse correctamente.		
3. Evitar cargar objetos pesados.		
4. Practicar ejercicio a diario.		
5. Dormir ocho horas al día.		
6. Comer abundantes alimentos con grasa.		
7. Tomar una soda de sabor todos los días.		
8. Usar una escalera o banco para alcanzar objetos.		
9. Consumir alimentos ricos en calcio como la leche y sus derivados.		
10. Sentarse torcido al hacer las tareas.		

3. ¿De qué otra manera puedes cuidar tu sistema locomotor?

Escribe dos normas de higiene.
