



CARTA A LA COMUNIDAD EDUCATIVA DE SAN JUAN

Querida Comunidad Educativa, hoy la población sanjuanina, como la del mundo entero, está transitando una situación compleja y desconocida, totalmente impensada, provocada por la denominada *pandemia de Coronavirus COVID-19*. Situación que ha generado cambios abruptos y profundos en el desarrollo de nuestras vidas. El aislamiento social y obligatorio, modificó no sólo nuestras conductas y actividades sociales, sino también produjo la pérdida de espacios personales, entre otros hechos, que nos inspiró de algún modo, a reactivar y poner en marcha comportamientos positivos, apelando a la creatividad y originalidad para la reorganización más saludable posible de las rutinas diarias. En este sentido, *se produjo también un sensible e importante cambio en la educación de nuestros hijos*, quienes a partir de un Decreto Nacional que dispone la suspensión de las clases en todo el país, nuestro hogar, el espacio de convivencia natural de las familias, pasa a ser el escenario principal, esencial de la continuidad de las trayectorias educativas de niños/as, adolescentes, jóvenes y adultos. Esto implicó e implica un desafío para el Ministerio de Educación y para la comunidad educativa sanjuanina toda, quienes pusimos en práctica por primera vez y de modo muy acelerado, un modelo de acompañamiento pedagógico, impregnado de herramientas tecnológicas, tal vez impensadas para muchos adultos que se desempeñan en el ámbito educativo y para muchos padres, que hasta ahora tenían un rol diferente en el proceso educativo de sus hijos. En tan sólo horas fuimos capaces, Supervisores, Directores, Docentes y Familias, de poner en marcha la implementación del sitio ***Nuestra Aula en Línea***, activando todos los recursos del Estado para hacer llegar al hogar de cada uno de los estudiantes, guías pedagógicas con aproximaciones pedagógicas, diseñada por docentes y supervisadas por Directivos y Supervisores. Estas guías se distribuyeron en formato digital para aquellos que tienen acceso a la conectividad, y en formato papel, para aquellos que les resulta más complejo acceder a la plataforma virtual.

En este escenario, y tomando el pulso a las necesidades de la comunidad, propusimos implementar otro espacio denominado ***Nos Cuidemos Entre Todos***, el cual ofrece recursos de orientación, asesoramiento y contención emocional a las familias, sobre cómo organizarse en casa, pautas de organización familiar para la tarea escolar de los estudiantes, protocolos y otros recursos de utilidad para esta etapa del aislamiento social.

Posteriormente se sumaron los espacios ofrecidos por ***"Infinito por Descubrir"***, lo ***"Nuevo de San Juan y Yo"***, ***"Matemática para Primaria"***, ***"Fundación Bataller"*** con sus aportes de ***Historia y Geografía***, y todos los recursos educativos que se suman día a día en nuestra jurisdicción.

Conscientes de esta nueva etapa del aislamiento social por la que transitamos todos, el Ministerio de Educación pone a disposición de Supervisores, Directores, Docentes, Padres y

Estudiantes, los siguientes contactos, para todo tipo de consultas e inquietudes personales, de índole psicológico, psicopedagógico, social, académico, lúdico o abierto a cualquier situación compleja que lo amerite, como así también sobre dudas o dificultades sobre *guías pedagógicas*.

Consultas: educacionsanjuanteguiayorienta@gmail.com / 4305840 - 4305706

POR TODO LO TRANSITADO Y LO QUE QUEDA POR RECORRER, POR LOS ESFUERZOS, POR LA COLABORACION Y EL ACOMPAÑAMIENTO PERMANENTE, LES AGRADECEMOS INFINITAMENTE.

Educación te sigue acompañando.

Guía de Actividades N 7

: Profesora Vanesa Pallares

Área: Educación para la Salud

CONTENIDOS

EL SISTEMA LOCOMOTOR HUESOS Y ARTICULACIONES

Propósitos generales

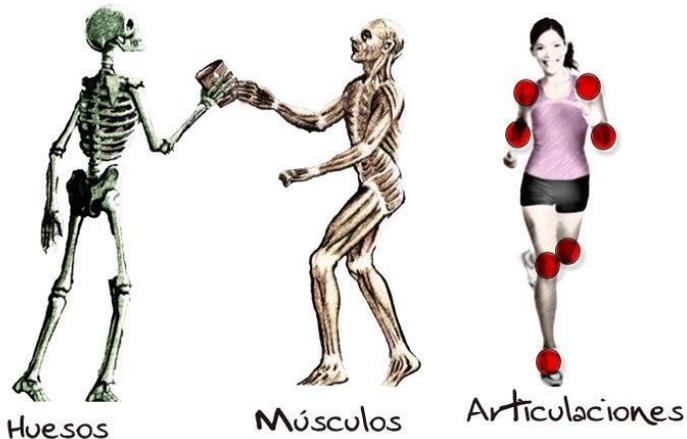
- Estimular la búsqueda y selección crítica de información proveniente de diferentes soportes, la evaluación y validación, el procesamiento, la jerarquización, la crítica y la interpretación.
- Comprendan y desarrollen hábitos para mejorar la calidad de vida.
- Comprendan las estructuras del sistema locomotor , huesos y articulaciones.

Introducción a las actividades

Actividad 1: HUESOS. CARACTERISTICAS GENERALES

El APARATO LOCOMOTOR o sistema MÚSCULO ESQUELÉTICO está formado por el sistema osteoarticular (HUESOS, ARTICULACIONES Y LIGAMENTOS) y el sistema muscular (MÚSCULOS Y TENDONES que unen los músculos a los huesos .El ser humano dispone de un sistema óseo formado por 206 huesos que crecen y se desarrollan en la niñez y la adolescencia. Gracias a estos huesos, las personas pueden permanecer de pie y desplazarse.

APARATO LOCOMOTOR



Funciones de los huesos

1. **Sostén:** Los huesos son el soporte de los tejidos blancos, y el punto de fijación para muchos músculos esqueléticos.
2. **Protección:** Protegen a los órganos internos de las lesiones, por ejemplo el cerebro está protegido por los huesos del cráneo, el corazón y pulmones por la parrilla costal.
3. **Movimientos:** Los huesos sirven como palancas para los huesos que tiene fijos a ellos y se produce el movimiento.
4. **Homeostasis de minerales:** El tejido óseo almacena varios minerales que pueden distribuirse a otras partes del cuerpo cuando hay demanda. Los principales minerales son el calcio y el fósforo.
5. **Producción de células sanguíneas:** La médula roja en ciertos huesos es capaz de producir células sanguíneas, un proceso que se llama hemopoyesis.
6. **Almacenamiento de triglicéridos:** La médula ósea roja es reemplazada paulatinamente en los adultos por médula ósea

Los huesos

Un hueso largo (como el fémur o el húmero) consta de las siguientes partes:

Diáfisis: La porción principal más larga de un hueso.

Epífisis: Es la porción terminal de un hueso.

Metáfisis: La región de un hueso maduro donde se articulan la epífisis y la diáfisis; su espesor va disminuyendo con la edad.

Cartílago articular: Una delgada capa de cartílago hialino que cubre la epífisis donde el hueso no está cubierto por cartílago articular.

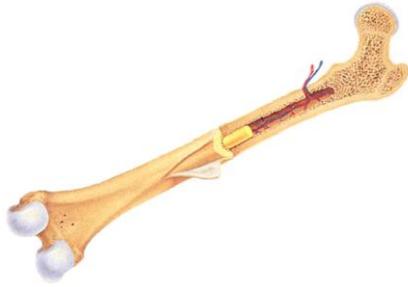
Periostio: Es esencial para el crecimiento, reparación y nutrición óseos. También sirve como punto de fijación para ligamentos y tendones.

Cavidad medular: Es el espacio dentro de la diáfisis que contiene a la médula ósea amarilla grasa en los adultos.

Endostio: es la capa de células osteoprogenitoras y osteoblastos que recubre la cavidad medular, y contiene osteoclastos aislados.

Actividad 2

En el gráfico del hueso largo, ubique **DIAFISIS** , **EPIFISIS** , **METAFISIS** y función.



Clasificación de los huesos

HUESOS LARGOS	HUESOS CORTOS	HUESOS PLANOS	HUESOS IRREGULARES	HUESOS SESAMOIDEOS
 <p>Son tubulares, constan de diáfisis y epífisis. Tiene hueso compacto en la diáfisis y hueso esponjoso en el interior de las epífisis. Por ejemplo: el húmero del brazo.</p>	 <p>Son cuboidales, tiene tejido esponjoso salvo en su superficie. Por ejemplo: huesos del tarso y del carpo.</p>	 <p>Son delgados compuestos por dos placas casi paralelas de tejido óseo compacto que envuelven a otra de hueso esponjoso. Brindan protección. Por ejemplo: huesos del cráneo, esternón, homóplatos.</p>	 <p>Tienen formas complejas. Por ejemplo: vértebras y algunos huesos de la Cara.</p>	 <p>Están en algunos tendones, a los que protegen del uso y desgarro excesivos. Por ejemplo: la rótula.</p>

Actividad 3:: Complete el siguiente mapa conceptual de la clasificación de los huesos

HUESOS				

Las articulaciones

Una articulación es el área de contacto entre los huesos, un hueso y un cartílago, o entre tejido óseo y los dientes. En anatomía, una articulación es el elemento de unión entre dos huesos próximos.

Las articulaciones desempeñan singular importancia en el cuerpo al permitir toda clase de movimientos corporales. Facilitan el mantenimiento de un buen estado de salud corporal y mental.

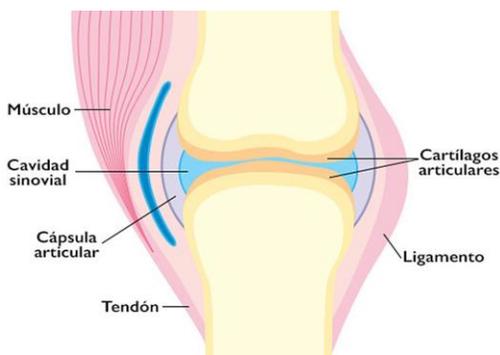
Las articulaciones Componentes anatómicos de una articulación

El cartílago articular

Cubre las superficies de los huesos de la articulación pero no une o mantiene juntos a los huesos y ayuda a reducir la fricción que producen los movimientos.

Cápsula y membrana sinovial: Es un dispositivo cartilaginoso que rodea completamente a la articulación para asegurar el contacto de los huesos. Es muy flexible y resistente.

Los ligamentos: fuertes (bandas de tejido conectivo duro y elástico) rodean la articulación para sostenerla y limitar sus movimientos, los cuales se llaman extracapsulares e intracapsulares.



Los tendones: tejido conectivo duro que

une a los músculos esqueléticos con los huesos.

Actividad 4

Elabora un cuadro comparativo sobre las articulaciones.

AUTOEVALUACIONMARCA CON UNA **X** CÓMO TRABAJASTE EN LA GUÍA

ASPECTOS A EVALUAR	VALORACIÓN		
	TODAS	ALGUNA	NINGUNA
¿TUVE DIFICULTAD EN REALIZAR ALGUNA ACTIVIDAD?			
¿ CÚAL ACTIVIDAD ?			
TE RESULTÓ COMPRENSIBLE ?			