

ATTIVITÀ DA SVOLGERE NEI GIORNI DI MERCOLEDÌ, GIOVEDÌ E VENERDÌ

Grammatica: analizza le seguenti frasi

I muscoli volontari entrano in azione quando lo decidi tu: li usi per esempio per sollevare un oggetto.

I muscoli involontari agiscono autonomamente, infatti lavorano anche mentre dormi: intervengono nella digestione dei cibi e nella respirazione.

Leggi un libro a tua scelta

Matematica: risolvi i problemi 5 e 8 della scheda che hai nel quaderno

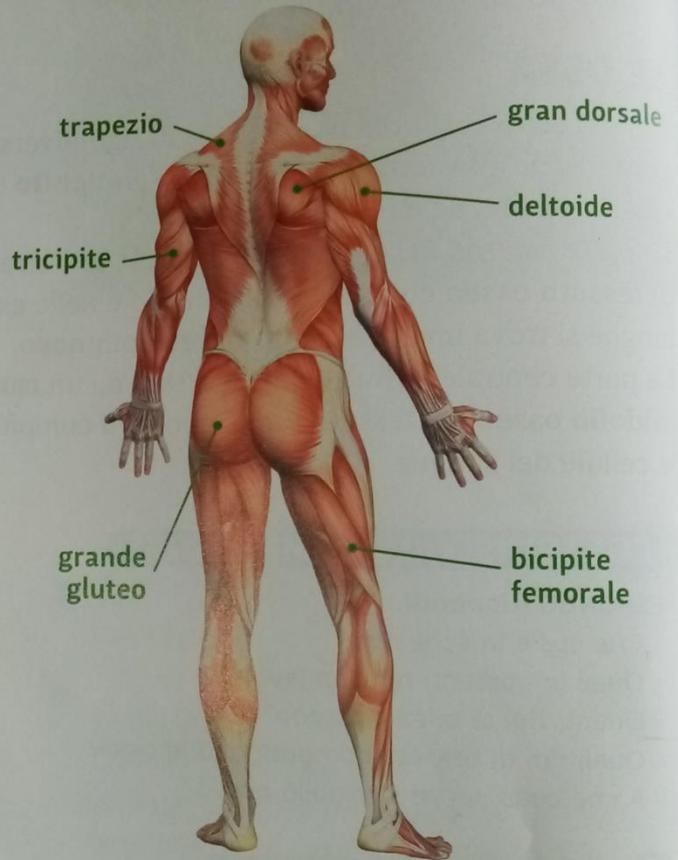
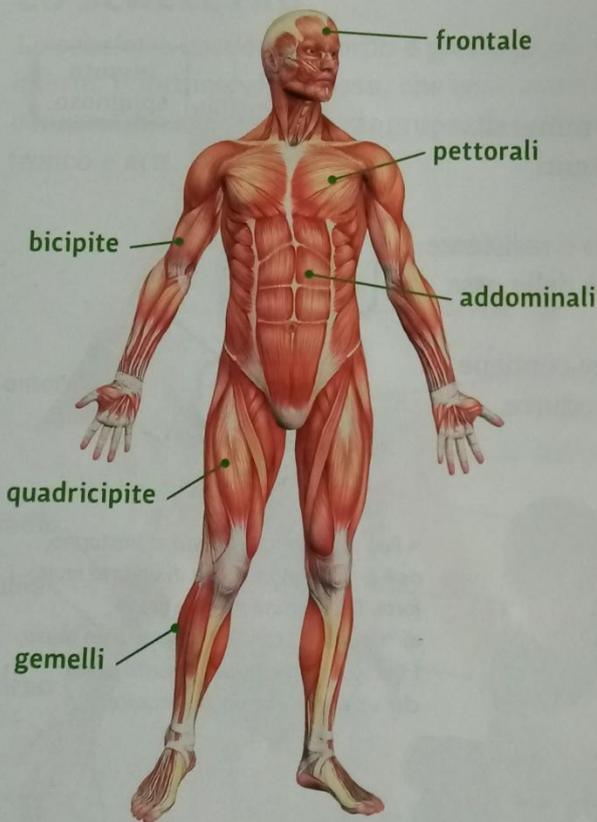
Esegui le equivalenze della scheda allegata, se vuoi copiale sul quaderno.

Geometria: disegna 2 decimetri quadrati, come abbiamo fatto in classe e colorali a tuo piacimento.

Scienze: leggi, sottolinea e studia le pagine 224, 225, 226 del sussidiario.

I MUSCOLI

I muscoli permettono tutti i **movimenti** del nostro organismo; hanno infatti la capacità di **contrarsi**, cioè accorciarsi, e di **distendersi**, cioè allungarsi e tornare così alla forma originaria. Sono oltre **600** e il loro peso è circa la metà di quello complessivo del corpo. Conosciamo i principali.



SE OSSERVO... IMPARO

Osserva i disegni e spiega a voce i due movimenti di piegamento e di distensione del braccio.

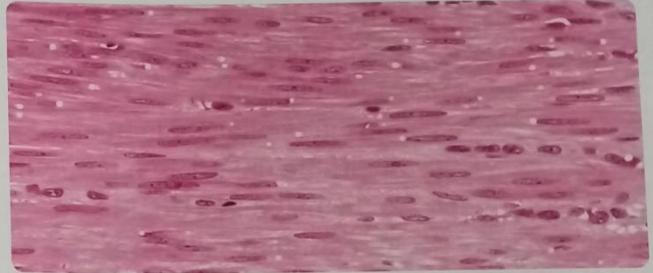


MUSCOLI VOLONTARI E INVOLONTARI

Nel nostro corpo vi sono due tipi di muscoli.



I **muscoli volontari** entrano in azione quando lo decidi tu: li usi per esempio per sollevare un oggetto. Vengono chiamati anche **muscoli scheletrici**, perché muovono le ossa dello scheletro. Sono formati da **tessuto muscolare striato**, cioè da fasci di fibre a strisce alternate chiare e scure che possono accorciarsi e distendersi rapidamente.



I **muscoli involontari** agiscono autonomamente, infatti lavorano anche mentre dormi: sono muscoli involontari, per esempio, quelli coinvolti nella digestione dei cibi e nella respirazione. Sono formati da tessuto **muscolare liscio**, cioè da fasci di fibre di colore uniforme che permettono movimenti lenti e costanti.

Il **cuore** è un'eccezione, infatti è un muscolo involontario, ma è costituito da robuste fibre muscolari striate.



COSTRUISCO LE COMPETENZE

RICONOSCO Collega i muscoli alla parte del corpo in cui si trovano.

frontale	quadricipite	addominali	pettorale	bicipite	
ADDOME	TORACE	FRONTE	COSCIA	BRACCIO	GAMBA
tricipite	delfoide	bicipite femorale	gemelli		

LE ARTICOLAZIONI

I **muscoli** sono collegati alle **ossa** mediante robusti cordoni chiamati **tendini**. Lavorando a coppie di muscoli antagonisti, i muscoli muovono le ossa e rendono possibili i movimenti.

Le **ossa**, a loro volta, sono collegate le une alle altre da **fibre elastiche** chiamate **legamenti**.

Tra un osso e quello vicino vi sono inoltre un tessuto elastico e resistente, la **cartilagine**, e il **liquido sinoviale**, che impedisce alle parti a contatto di sfregare l'una contro l'altra.

I collegamenti tra le ossa sono chiamati articolazioni (sono infatti i punti in cui le ossa "si articolano") e non sono tutti uguali. Esistono infatti tre diversi tipi di articolazioni.

Le **articolazioni mobili**, come quella del ginocchio, permettono movimenti estremamente ampi.



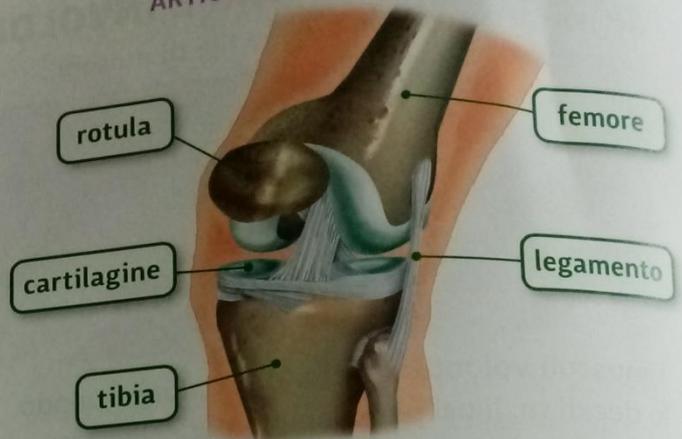
Le **articolazioni semimobili**, come quelle delle vertebre, consentono soltanto movimenti limitati.



Le **articolazioni fisse**, come quelle delle ossa del cranio, saldano tra loro le ossa e non permettono alcun movimento.



ARTICOLAZIONE DEL GINOCCHIO



SE OSSERVO... IMPARO

Osserva ancora le fotografie sopra e indica di che tipo sono le articolazioni seguenti.

- articolazione del gomito mobile semimobile fissa
- articolazione del bacino mobile semimobile fissa

COSTRUISCO LE COMPETENZE

SINTETIZZO Completa le frasi.

- Le articolazioni sono
- Possono essere, semimobili o
- In una articolazione, oltre alle ossa, si possono distinguere e

EQUIVALENZE MISTE CON LE MISURE

a) $0,62 \text{ dg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ hg}$

$770 \text{ hg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ g}$

$0,077 \text{ cm} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ m}$

$630 \text{ hl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dal}$

$0,087 \text{ cl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dal}$

$50 \text{ dam} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ m}$

$0,04 \text{ dl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ hl}$

$0,089 \text{ cl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dal}$

$1.700 \text{ km} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dam}$

$760 \text{ hl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ l}$

$99 \text{ dag} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ hg}$

$0,013 \text{ cl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ ml}$

$1.300 \text{ kg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dag}$

$380 \text{ hm} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dm}$

$0,53 \text{ dg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ mg}$



b) $0,019 \text{ cg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dag}$

$0,68 \text{ dg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ g}$

$750 \text{ hl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dal}$

$15 \text{ dam} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ mm}$

$5,3 \text{ g} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dag}$

$29 \text{ dam} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ m}$

$0,06 \text{ cg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dag}$

$150 \text{ hl} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ l}$

$73 \text{ dal} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ hl}$

$580 \text{ hm} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ dm}$

$540 \text{ hg} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ kg}$

$0,8 \text{ l} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ hl}$

$0,004 \text{ ml} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ l}$

$580 \text{ hm} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ m}$

$\text{hl } 900 = \underline{\hspace{2cm}} \text{ ml}$

