

# PRIMARIA



Ministerio  
del Poder Popular  
para la Educación

Martes 07 de diciembre de 2021 Ciencias naturales y salud. Sistemas del cuerpo humano: El sistema respiratorio.

Funciones: Inspiración y exhalación. Órganos que lo conforman: Cuidados del sistema respiratorio.

## 1<sup>ero</sup> a 6<sup>to</sup> grado

Sistemas del cuerpo humano: El sistema respiratorio. Funciones: Inspiración y exhalación. Órganos que lo conforman: Cuidados del sistema respiratorio.

Desarrollo de la actividad:

Uno de los sistemas que permite el adecuado funcionamiento de nuestro cuerpo. ¿Saben cuál es? Les doy una pista



¿Qué hacemos todos los días y las noches sin importar dónde estemos?

- (a) Pensar en lo que almorzarás mañana
- (b) Ponerte el dedo en la nariz
- (c) Tararear tu canción favorita
- (d) Respirar

Lo que siempre hacemos es RESPIRAR, así estemos despiertos o dormidos.

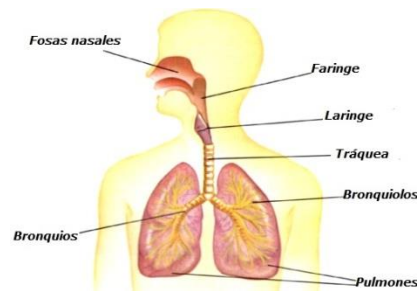


Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y acceda al enlace del programa **"Cada familia una escuela"** o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)

# PRIMARIA



Cabe destacar que nuestro cuerpo es un gran sistema en el cual participan varios subsistemas para su adecuado funcionamiento, precisamente el Aparato Respiratorio es uno de ellos. ¿Pero a qué nos referimos?



La función principal del aparato respiratorio es proveerle oxígeno a la sangre, para que esta lo lleve a todas las partes del cuerpo.

¿Por dónde entra el aire? Por la nariz, de allí se traslada hacia nuestros pulmones, que se encuentran ubicados en el tórax, por eso sentimos que se infla nuestro pecho, que es donde se encuentran.

Los órganos que componen nuestro aparato respiratorio son:

- Nariz. El aire del exterior entra en el aparato respiratorio a través de las fosas nasales.
- Faringe. Es un órgano común del aparato digestivo y el aparato respiratorio.
- Laringe. Se encuentra parcialmente cubierta por la epiglotis, una especie de tapón que se cierra cuando tragamos para que los alimentos no pasen a las vías respiratorias.
- Tráquea. Es un tubo de unos 12cm de longitud, situado por delante del esófago.
- Bronquios, Bronquiolos y Alvéolos. Los bronquios penetran en los pulmones donde se vuelven a dividir en ramas más finas llamadas bronquiolos.
- Pulmones: Son dos órganos esponjosos de color rojizo, situados en el tórax, a ambos lados del corazón y protegidos por las costillas.
- El diafragma: Es un músculo grande y delgado, situado debajo de los pulmones, cuya función principal es contraerse y desplazarse hacia abajo durante la inspiración y relajarse durante la espiración.

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.mep.gov.ve](http://www.mep.gov.ve) y acceda al enlace del programa **"Cada familia una escuela"** o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gov.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gov.ve)

# PRIMARIA



Respirar correctamente nos ayudará a sentirnos mejor, ya que una respiración superficial o incorrecta nos ocasiona cansancio y nerviosismo. Para ello, es importante respirar por la nariz en vez de por la boca, recordemos que en la nariz calentamos el aire antes de que ingrese a nuestro organismo, con inspiraciones profundas y mantenerse lo más erguido posible, para facilitar así la entrada de aire en los pulmones.



¿Qué cuidados especiales debemos tener con nuestro Aparato Respiratorio?

- Realizar ejercicio de forma habitual.
- Mantener una alimentación sana y equilibrada.
- Protegernos del frío y evitar agentes irritantes (tabaco, alcohol, entre otros.)

Algunos consejos útiles son:

- Ventilar frecuentemente los lugares donde te encuentres.
- Evitar gases o humos en aquellas habitaciones donde vayas a permanecer.
- Protegerse del frío.
- Asearse diariamente la nariz para limpiar las fosas nasales y permitir que entre el aire correctamente.

El sistema respiratorio de los seres humanos presenta dos movimientos que son, inspiración (cuando entra el aire-oxígeno por la nariz y lo llevamos hasta nuestros pulmones) y espiración (cuando expulsamos el aire transformado en dióxido de carbono).

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.mep.gov.ve](http://www.mep.gov.ve) y acceda al enlace del programa **"Cada familia una escuela"** o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gov.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gov.ve)

# PRIMARIA



Cabe destacar que todos los seres vivos necesitamos del oxígeno para vivir, lo que nos diferencia entre los animales y las plantas es la manera cómo obtenemos ese oxígeno.



## ACTIVIDADES:

### 1er Grado:

- Dibuja tu sistema respiratorio, señala los órganos e identifica sus partes.
- Separa en sílabas el nombre de los órganos que conforman el sistema respiratorio.

### 2do y 3er Grado:

- Menciona al menos tres medidas que consideras para cuidar el sistema respiratorio.
- Dibuja tu sistema respiratorio y señala sus partes.

### 4to, 5to y 6to Grado:

- Explica brevemente, con tus palabras, la importancia que tiene cada función del proceso de la respiración.
- Nombra tres medidas para el cuidado del sistema respiratorio.
- Dibuja tu sistema respiratorio señalando en qué parte se llevan a cabo las distintas funciones.

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y acceda al enlace del programa **"Cada familia una escuela"** o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)