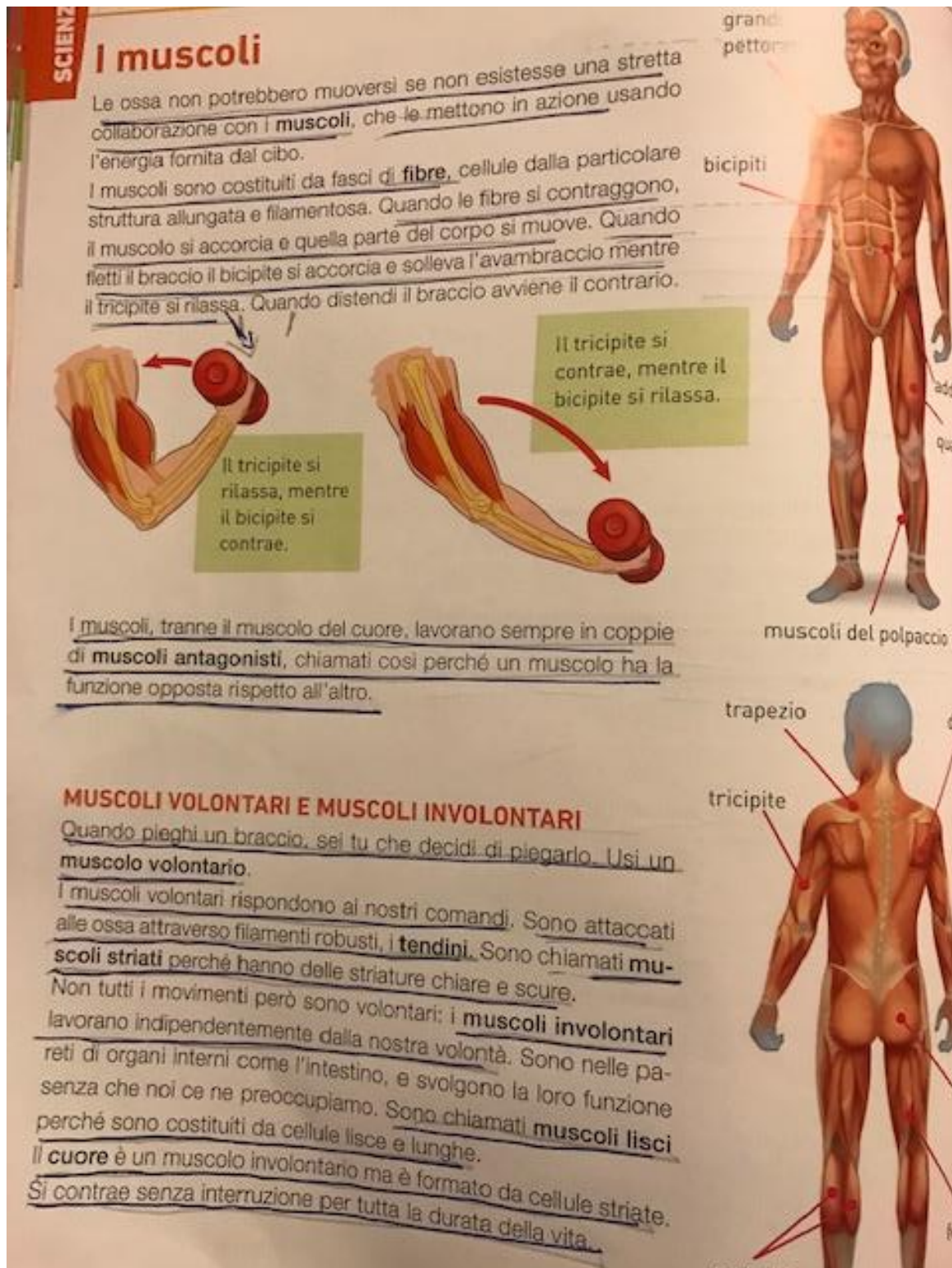
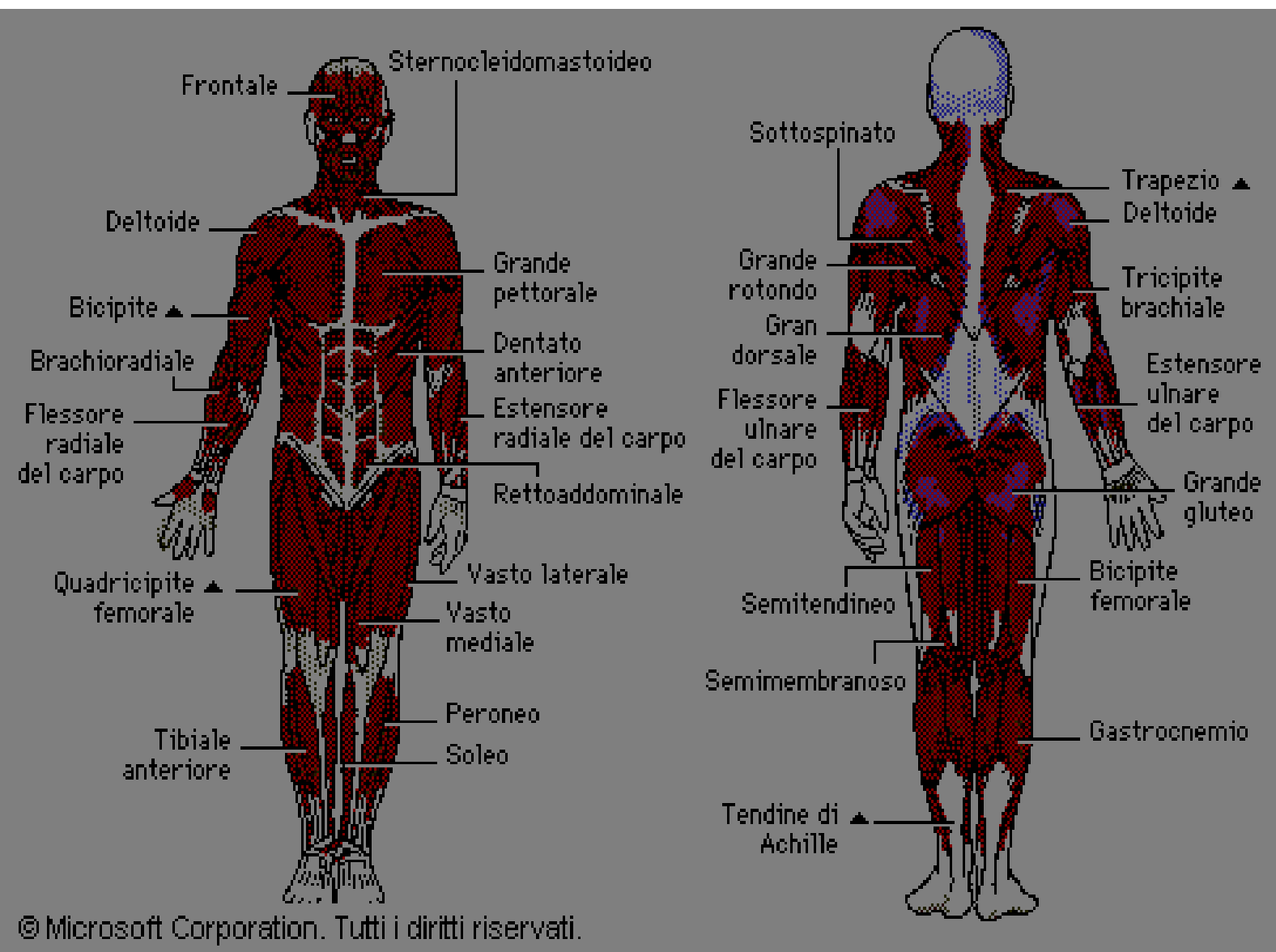


Leggi e sottolinea la pagina 110 del libro e completa la pagina 111. Copia sul quaderno queste pagine se riesci stampa la scheda. Riproduci la mappa dei muscoli. Guarda il video.





I muscoli ci fanno muovere, correre, parlare, respirare, scrivere e leggere. Non c'è un momento nella vita degli uomini nel quale i muscoli non lavorino. Per esempio, anche quando dormiamo, alcuni muscoli spingono il cibo lungo il tubo digerente, altri fanno entrare e uscire l'aria dai polmoni. I muscoli del corpo umano sono più di 400.

MUSCOLI VOLONTARI E MUSCOLI INVOLONTARI:

Alcuni muscoli si dicono volontari e altri involontari.

Sono **muscoli volontari** quelli che noi mettiamo in azione su nostro comando, con la nostra volontà: per esempio, quando camminiamo o quando scriviamo. I muscoli volontari hanno l'aspetto di fasci di filamenti (fibrille) sottili come un capello ed appaiono striati e di color rosso.

Muscoli **striati** sono quelli del capo, del tronco, degli arti. Essi si saldano alle ossa dello scheletro tramite legamenti chiamati tendini.

Sono **muscoli involontari** quelli che agiscono senza che intervenga la nostra volontà; essi sono formati da cellule allungate, senza striature, e si dicono lisci. I muscoli involontari non sono attaccati alle ossa dello scheletro, ma formano le pareti degli organi interni cavi, come la trachea, lo stomaco, l'intestino e i vasi sanguigni. I muscoli involontari hanno un colore diverso da quelli striati: sono bianchicci o rosati.

IL CUORE: UN MUSCOLO DIVERSO

Il cuore è il muscolo più importante del nostro corpo, perché con le sue contrazioni dà origine alla circolazione del sangue.

Il cuore ha una grande robustezza, perché è sottoposto ad un lavoro molto pesante senza alcun riposo, per molte decine di anni. Esso è formato da un particolare tipo di tessuto striato che si contrae in modo involontario.

COME FUNZIONANO I MUSCOLI

I muscoli possono far muovere le ossa solo grazie alle contrazioni, cioè possono "tirare", ma non "spingere". Per esempio, per flettere l'avambraccio si contraggono i muscoli che si trovano nella parte anteriore del braccio, il bicipite mentre si rilassa il tricipite, che si trova dietro. Viceversa, quando il tricipite si contrae, l'avambraccio si estende.

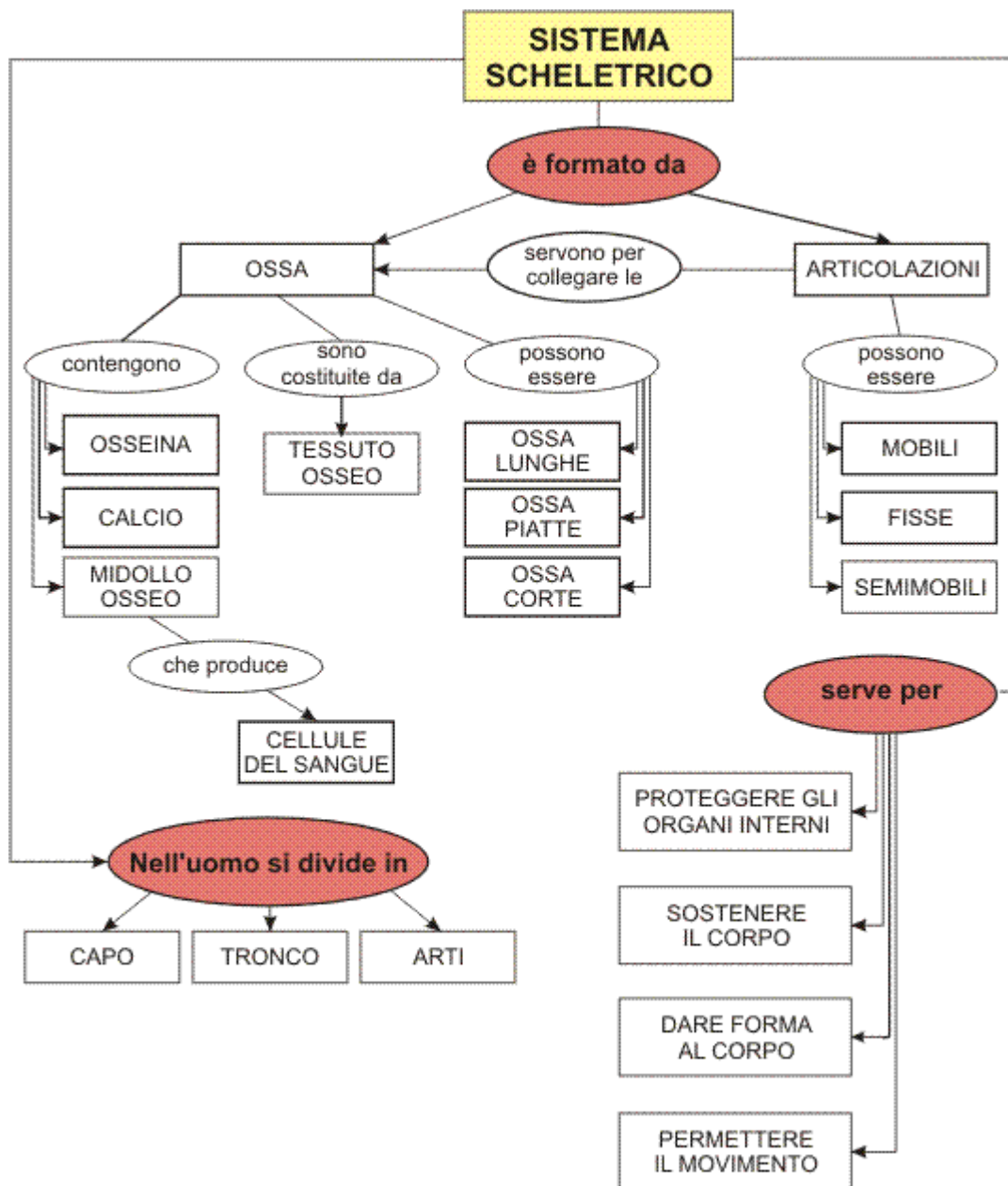
IL NUTRIMENTO DEI MUSCOLI

I muscoli per lavorare, cioè per contrarsi e per distendersi hanno bisogno di energia, che viene prodotta dalla "combustione" degli alimenti, soprattutto zuccheri e grassi. Queste sostanze bruciano per mezzo dell'ossigeno presente nel sangue ed è per questo che ogni volta che facciamo uno sforzo muscolare, il battito del cuore aumenta ed il ritmo della respirazione accelera.

Quando corriamo o facciamo uno sforzo i nostri muscoli si stancano o addirittura ci fanno male. Nei muscoli allora si accumula una sostanza di rifiuto che si chiama acido lattico. Questo acido viene distrutto durante il riposo dall'ossigeno introdotto dalla respirazione.

I MUSCOLI DELL'ESPRESSIONE

Dal sorriso alla linguaccia, dal sollevamento delle sopracciglia al corrugamento della fronte, le mille espressioni di cui è capace il nostro volto dipendono tutte dall'azione di oltre trenta muscoli situati sotto la pelle del viso e attaccati alle varie ossa del cranio.



CLICCA QUI PER RIPRODURRE I VIDEO

<https://www.dailymotion.com/video/x583hvw>

https://youtu.be/o3YXOUi2_Mo



GEOGRAFIA: disegna la cartina geografica dell'Abruzzo (pag. 150). Segui lo schema “carta d'identità” studia la regione e completa la pagina 208 del libro.