

EL CUERPO HUMANO

El **cuerpo humano** es el conjunto de aparatos, sistemas y órganos que funcionan de una manera coordinada y eficiente, y que cumplen funciones muy importantes, como la respiración, la circulación de la sangre o la digestión. Una de las funciones que más nos interesa, ya que atañe a la Educación Física, es el movimiento. El equipo responsable de esta función es el **aparato locomotor**.

El aparato locomotor se divide en dos sistemas principales: **el sistema óseo y el sistema muscular**.

- El **sistema óseo** esta formado por todos los huesos del cuerpo humano que, junto con las articulaciones, se considera que es la parte pasiva del aparato locomotor, es decir, la parte que no se mueve por sí sola.

- El **sistema muscular** está formado por los músculos y se considera la parte activa del aparato locomotor, que mueve el resto de los elementos.

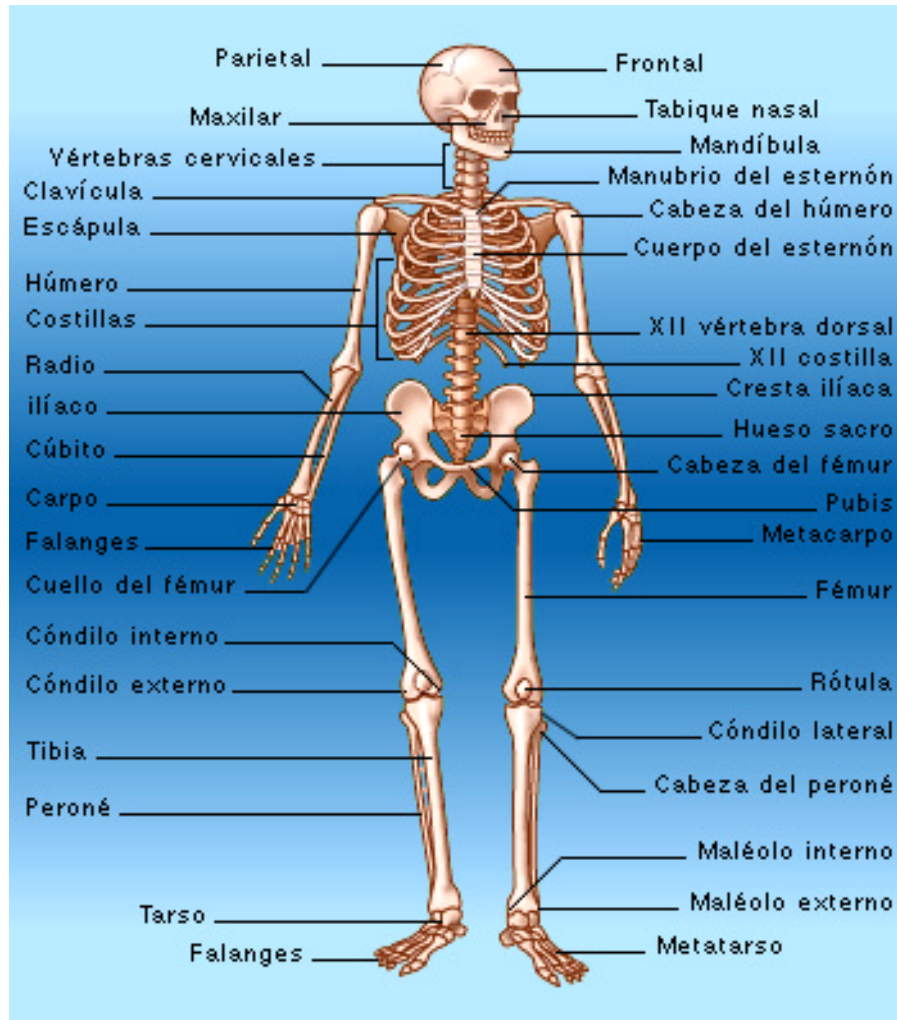
* Los huesos forman la estructura del cuerpo, son nuestro chasis, son rígidos y resistentes. Su función es de sustentación del cuerpo y protección de las vísceras. El conjunto de todos los huesos de nuestro cuerpo, unos 206, se denomina esqueleto, y podemos encontrar distintos tipos de huesos que, según su forma pueden clasificarse en largos, cortos y planos.

* Las articulaciones son los puntos en que dos huesos se encuentran. Éstas hacen que el esqueleto no sea una pieza rígida. Nos permiten doblar, estirar y girar el esqueleto del cuerpo. Podemos encontrar articulaciones sin movimiento (huesos de la cabeza), semimóviles (columna vertebral) y móviles (rodilla, codo...)

* Los músculos que se encargan de mover el esqueleto se llaman músculos esqueléticos. Pero si observamos esos músculos por un microscopio, vemos que se pueden clasificar en lisos (contracción involuntaria) y estriados (contracción voluntaria).

Pero el aparato locomotor no es el único responsable del movimiento, le ayudan el aparato respiratorio y el cardiovascular, así como el aparato digestivo. Todo ello dirigido y coordinado por el sistema nervioso.

➤ SISTEMA ÓSEO.



➤ SISTEMA MUSCULAR.

