



NUCLEO: BIOFISICO

TALLER # 11

DOCENTE:	Jannet Monsalve López	WHATSAPP:	3053063842		
E-MAIL:	jamordivi@gmail.com	GRUPO:	4°	AÑO:	2020
DOCENTE:	Sergio Edwin Gallego c	WHATSAPP:	3216433391		
E-MAIL:	Segallego71@yahoo.es	GRUPO:	4°1	AÑO:	2020

*Nota: al responder el taller debe hacerle la portada de presentación*

NOMBRES COMPLETOS DEL ALUMNO:	
NUCLEO:	
TALLER #:	
GRUPO:	
PROFESOR DEL GRUPO:	

*Nota: al responder el taller debe hacerle la portada de presentación*

**ASIGNATURAS QUE COMPONEN EL NUCLEO:** Ciencias naturales, Educación física y Artística

**TEMA(S):** La excreción en los seres vivos

**INDICADOR(ES) A DESARROLLAR:** Identifica cada uno de los órganos que componen el sistema excretor.

Explica cómo se realiza el proceso de excreción en los seres vivos.

## 1. DESARROLLO TEÓRICO DE LA TEMÁTICA CON SUS RESPECTIVOS EJEMPLOS

### La excreción en los seres vivos



Los seres vivos están en constante actividad, es decir, se mueven, crecen, elaboran y descomponen sustancias. Este último proceso se conoce con el nombre de **metabolismo**.

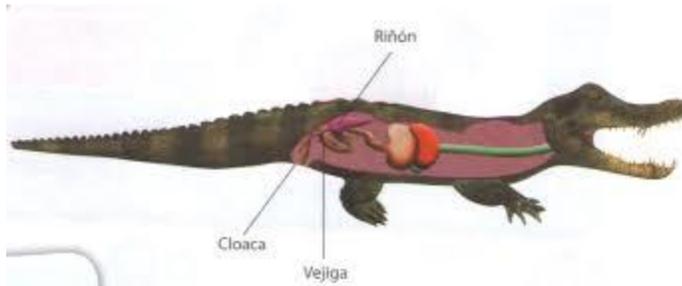
Al interior del cuerpo ocurren **reacciones químicas** que producen sustancias útiles para las células, sin embargo, otras son **nocivas** para ella.

Estas últimas son desechos que deben ser eliminados mediante la **excreción**.

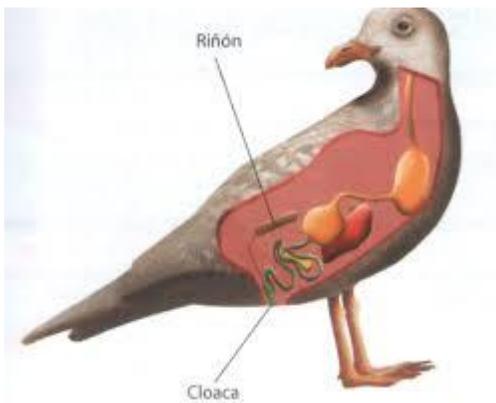
### La excreción en los vertebrados.

Los animales poseen sistema excretor y su órgano principal es el **riñón**, su función principal es separar los desechos de la sangre y eliminarlos a través de la **orina**.

Veamos algunos ejemplos del proceso de excreción en los vertebrados.



En los reptiles, los riñones son pequeños y compactos. Algunos como las serpientes y los cocodrilos no tienen **vejiga**, pero lagartos y tortugas si, y esta se abre en la **cloaca**.



Las aves poseen dos riñones, cada uno con tres lóbulos; presentan **cloaca** y no poseen vejiga, por lo tanto la orina la eliminan junto con las heces.

### LA EXCRECIÓN EN LOS MAMÍFEROS





Los mamíferos, entre ellos el hombre, poseen el sistema excretor más evolucionado; tiene como función eliminar las sustancias de desecho y para ello utiliza cuatro sistemas:

- Sistema lagrimal
- Sistema respiratorio
- Sistema urinario
- Las glándulas sudoríparas.

Los riñones de los mamíferos extraen los desechos de la sangre en forma de urea y agua que comúnmente se conoce como **orina**. Al salir de los riñones, la orina viaja a la vejiga urinaria donde se almacena hasta ser eliminada.

### 1. ENLACES Y/O TEXTOS PARA PROFUNDIZAR LA TEMÁTICA

Portal educativo Colombia aprende: <http://www.colombiaaprende.edu.co/>

Visita el enlace y busca el tema de tu interés.

Profundiza en el tema de la excreción en los seres vivos en el siguiente video:

[https://www.youtube.com/watch?v=p-Hw\\_Djkfn8](https://www.youtube.com/watch?v=p-Hw_Djkfn8) (tomado de YouTube con fines educativos)

El tema se tomó del texto “zona activa ciencias” grado 4° editorial voluntad. Y de aportes del docente.

Todas las imágenes fueron tomadas de google.com.co con fines educativos.

El anterior enlace complementa el tema y **NO ES NECESARIO PARA RESOLVER EL TALLER**, solo es por si tienen los medios de verlos.

### 2. EJERCICIOS DE REPASO

Luego de leer el contenido del texto anterior, realiza las actividades.

Escribe un corto resumen de los títulos subtítulos (están subrayados)

1. Busca en el diccionario el significado de 5 palabras subrayadas (por ejemplo: metabolismo, excreción, toxinas etc.)
2. Escribe un corto resumen de los títulos subtítulos (están subrayados)

- Describe los órganos encargados de la excreción en los mamíferos y explica su función.
- Consulta que es el metabolismo y para que se realiza.
- Las sustancias de desecho como la orina son toxicas, ¿Qué ocurre cuando no podemos eliminarla?
- Construye una sopa de letras con 10 palabras relacionadas con el tema de la excreción, se pueden tener en cuenta las palabras que buscaste en el diccionario.
- Realiza una lista de 5 acciones con las cuales cuidamos nuestro sistema excretor.
- Los mamíferos, entre ellos el hombre, también elimina sudor, lágrimas y dióxido de carbono, ¿a través de que órganos lo hace?
- Explica para que sudamos.
- Algunas personas sufren una enfermedad relacionada con los riñones llamada “insuficiencia renal” investiga un poco sobre ella y que tratamiento deben seguir.
- Colorea y escribe los órganos del sistema excretor

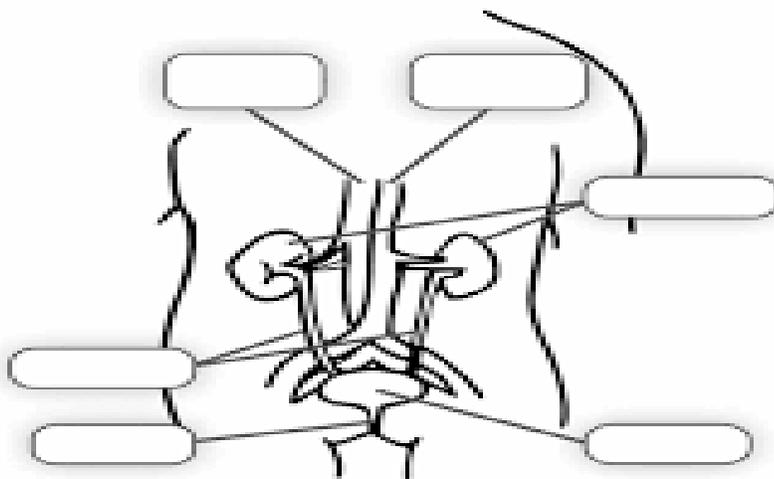


Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Curso: \_\_\_\_\_

**APARATO EXCRETOR**



ACTIVIDAD educación física NUCLEO BIOFISICO 4° #11

1. Lee y escribe en tu cuaderno los siguientes hábitos saludables

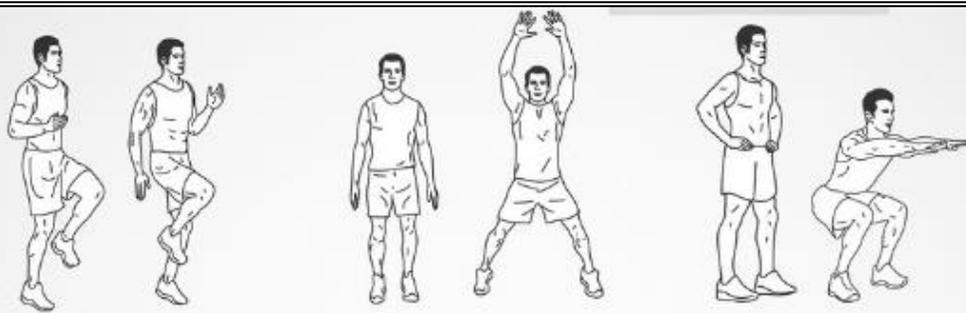
## HÁBITOS SALUDABLES PARA CUIDAR EL APARATO EXCRETOR



- Mantener una alimentación sana, equilibrada y sin tóxicos.
- Beber suficiente cantidad de líquido para que los riñones hagan bien su labor.
- Practicar ejercicio físico para que la piel transpire.
- Tener una buena limpieza corporal para dejar libres los poros de la piel.



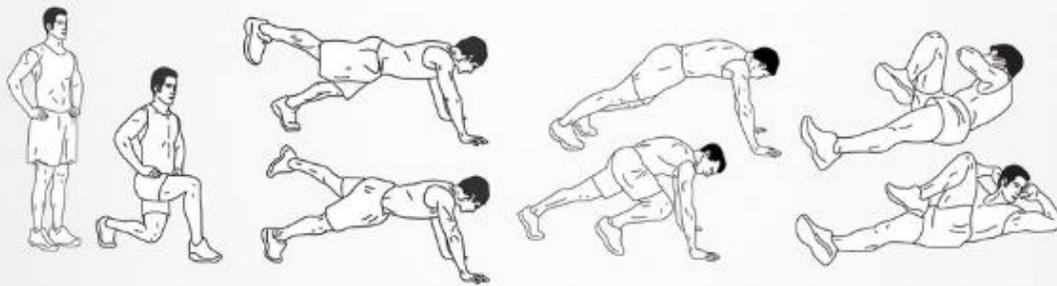
2. Realiza los siguientes ejercicios y manda las evidencias:



1. high knees

2. jumping jacks

3. squats

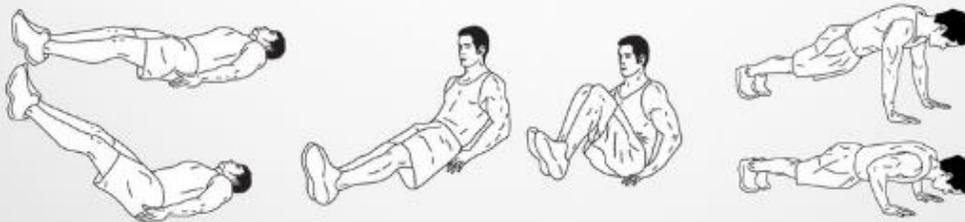


4. lunges

5. plank leg raises

6. climbers

7. bicycle crunches



8. leg raises

9. knee pull-ins

10. push-ups

3. Investiga que es ejercicio aeróbico y anaeróbico.

4. Escribe 10 deportes de conjunto y has un dibujo de alguno de los deportes.

5. escribe 10 deportes individuales y realiza un dibujo de alguno de ellos.