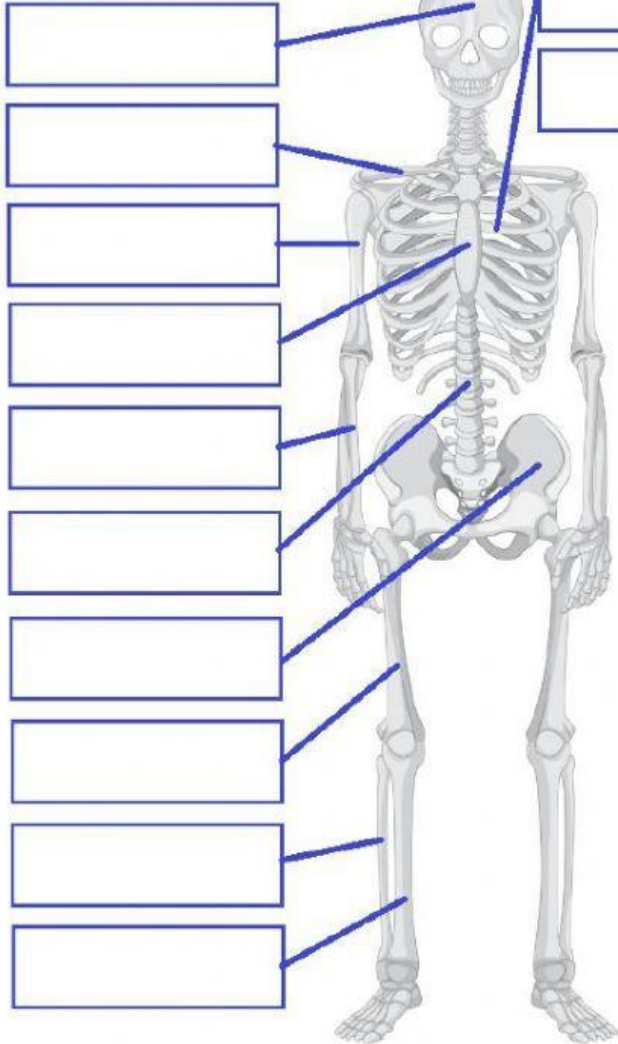


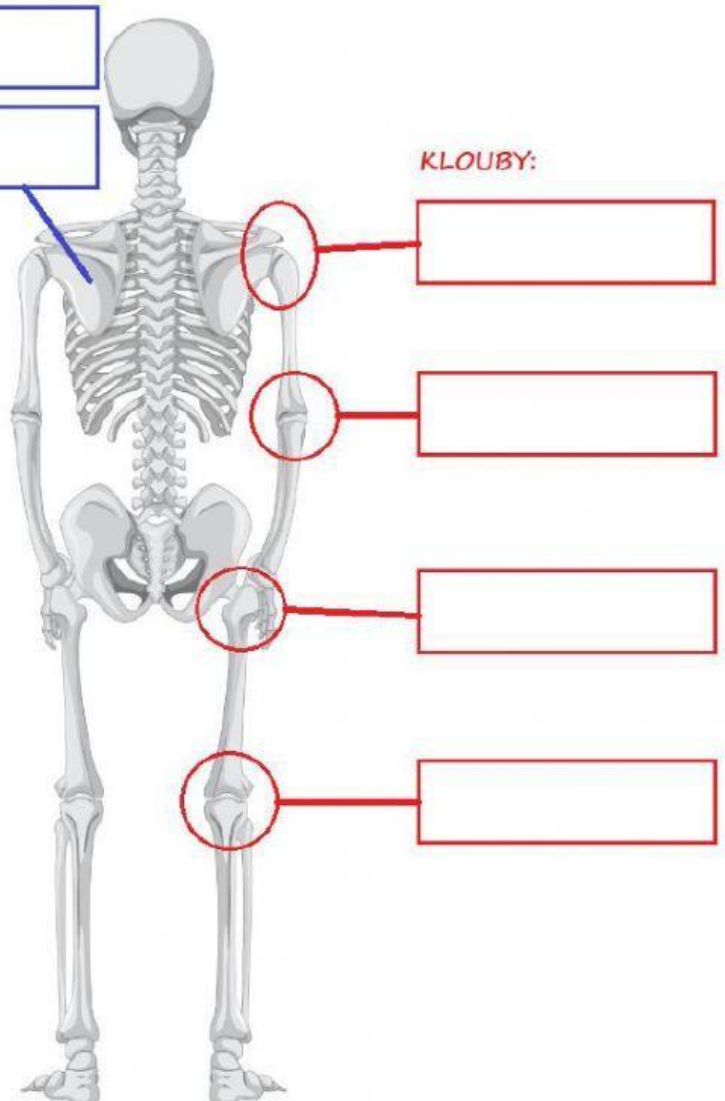
PŘ5: KOSTERNÍ A SVALOVÁ SOUSTAVA - test

ÚKOL 1: Pojmenujte vybrané kosti a klouby v lidském těle.

KOSTI:



KLOUBY:



ÚKOL 2: Poranění kostí.



► Na tomto rentgenovém snímku je vidět nejčastější poranění kostí =

► Poranění míchy v páteři může způsobit (člověk se nemůže hýbat).

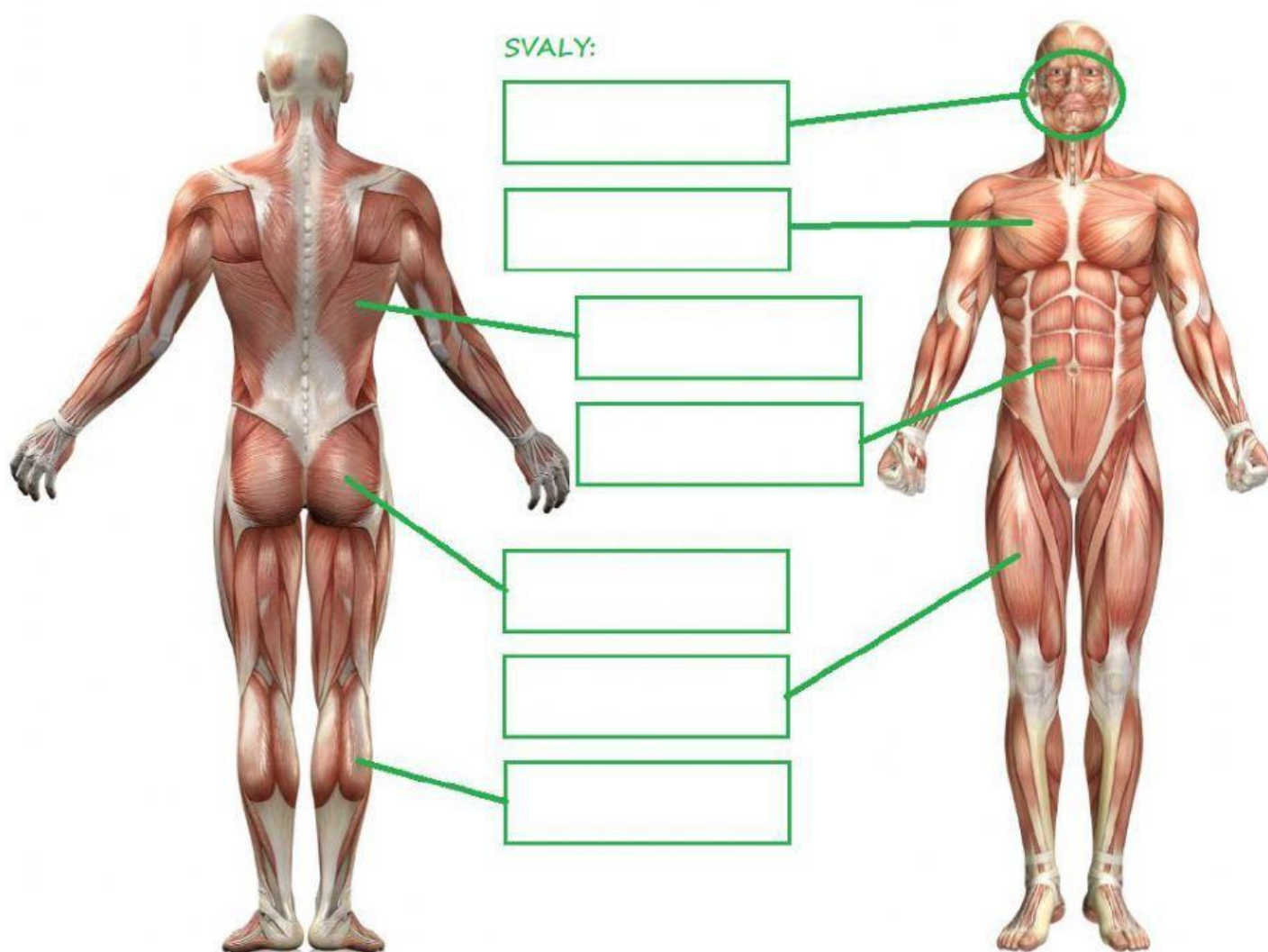
ÚKOL 3: **Doplňte do vět slova z nápovědy.**

hrudníku – obličejová – oporou – orgány – končetin – páteře – srdce - mozková

Kostra je lidského těla. Kostra také chrání naše vnitřní Rozeznáváme tyto části kostry:

- kostra hlavy (kterou tvoří část a část),
- kostra (která se skládá z obratlů),
- kostra (která chrání např. a plíce),
- kostra horních a dolních

ÚKOL 4: **Popište vybrané svaly.**



ÚKOL 5: Vyberte správnou možnost (z dvojice modře označených slov).

Ke správnému vývoji kostí přispívá také strava bohatá na **dusík** / **vápník**.

Důležitý je také **vitamin C** / **vitamin D** (ze slunce, v rybách, vejcích). Dbáme také na správné držení těla a při různých aktivitách i na nošení ochranných prvků (např. **kontaktních čoček** / **chráničů a přilby**).

Svaly spolu s kostrou umožňují **pohyb** / **růst** těla. Mohou také zajišťovat správnou funkci některých vnitřních orgánů (např. **mozku** / **srdce**).

Některé svaly / **Všechny svaly** můžeme ovládat vlastní vůlí.

I svaly si můžeme poranit (např. **zlomit** / **natáhnout**). Proto je nutné je např. před sportováním dobře zahřát a protáhnout. Pro správný vývoj svalů jsou důležité zejména **bílkoviny** / **tuky**.

Bonusová otázka 😊

Jak se jmenuje sval na obrázku?

