Tento týden nás čeká seznámení se svaly, díky kterým se můžeme pohybovat. V učebnici je tato látka od str. 47 po str.52. pozorně si vše přečtěte, prohlédněte si obrázky. V pátek si při online výuce jednotlivé svaly ukážeme. Také máte dva úkoly. Podobně jako kostru i svaly se musíte naučit zpaměti, budu zkoušet !!!

Zápis:

**SVALOVÁ SOUSTAVA**

**Funkce:**

- umožňuje pohyb

- umožňuje nám stát vzpřímeně

- podílí se na termoregulaci

V těle máme asi **600** kosterních svalů, což je asi **40%** hmotnosti člověka.

Kosterní (příčně pruhované) svalstvo **zabezpečuje pohyb** celé kostry. (chůze, skoky, běh)

Obličejové svaly umožňují **mimiku.**

Svaly jsou zásobeny krví. Krev přivádí výživu (glukózu) a odvádí odpadní látky hlavně kyselinu mléčnou.

Svaly jsou řízeny centrální nervovou soustavou (CNS).

Podle funkce dělíme svaly na : natahovače a ohybače, přitahovače a odtahovače, rotační svaly.

Svaly jsou ke kosti připojeny vazivivými šlachami.

**Svaly hlavy:**

mimické, žvýkací

zdvihač hlavy

**Svaly trupu:**

velký prsní

břišní – přímé, šikmé a příčné

mezižeberní

bránice (pomocný dýchací sval)

trapézový sval

široký sval zádový

**Horní končetina Dolní končetina**

deltový velký sval hýžďový

dvouhlavý sval pažní (přední strana) čtyřhlavý sval stehenní (přední strana)

trojhlavý sval pažní (zadní strana) dvojhlavý sval stehenní (zadní strana)

trojhlavý sval lýtkový

Úkol č. 1

**Poruchy pohybové soustavy** – učebnice str. 52 (vypište do sešitu) – neposílat, zkontroluje v pátek

**Video:**

<https://www.youtube.com/watch?v=3FjgFvKWTK4>

ÚKOL: vyřeš tajenku a její znění mi pošli na e-mail do středy 11.11. do 12. hodin

Odpověz na otázku:

Jak se nazývá nemoc, při které dochází k degenerativnímu oslabení kosterního svalstva? Řešení najdeš v tajence.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Legenda:

1. Co vytváří svalová vlákna? 9. Co umožňují svaly?

2. Blána na svalu. 10. Vyhřeznutí ploténky.

3. Spojení svalu a kosti. 11. Svalstvo ovládané vůlí.

4. Pohyblivé spojení kostí. 12. Co roznáší do svalů živiny?

5. Co tvoří povrch kosti. 13. Opora těla.

6. Co přivádí výživu do svalů? 14. Vada páteře.

7. Jaká je svalovina útrob? 15. Kost lebky, spojená kloubem.

8. Který sval patří mezi největší? 16. Přirozený způsob pohybu.