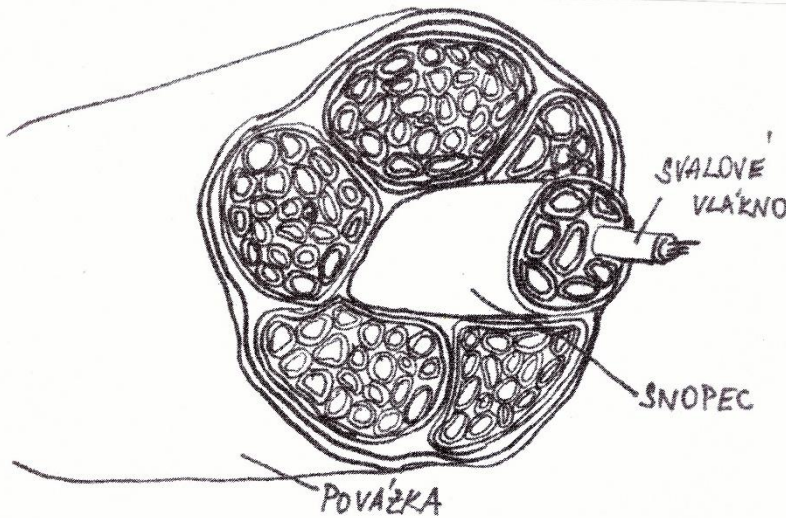


2. SOUSTAVA SVALOVA'



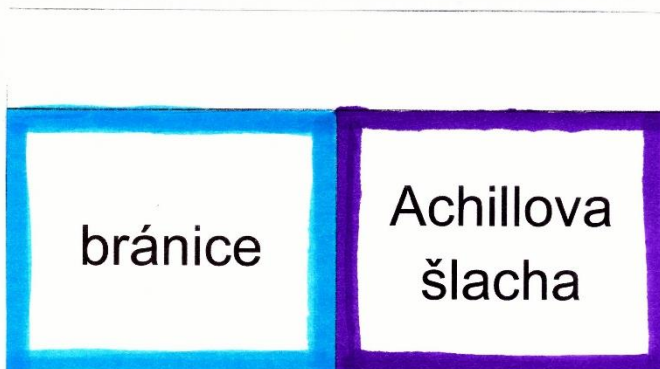
- svaly připojeny ke kostem
šlachou

Svaly mohou jen táhnout, ne tlačit. Proto pracují ve dvojicích.

ohýbače	+ natahovače
přitahovače	+ odtahovače
svěrače	+ rozvěrače

KŘEČ = dlouhý bdestivý stah svalu

pomůže : - změna polohy
- protažení
- dostatek tepla, tekutin
a minerálů (hořčik)



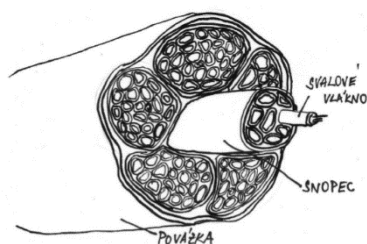
2. Soustava svalová



- pohyb těla
- ovládáme vůlí
- unavitelné
- např. biceps

- svalstvo vnitřních orgánů
- neovládáme ho vůlí
- neunaví se
- např. svaly pohybující střevy

- neovládáme vůlí
- pracuje neustále



- svaly připojeny ke kostem šlachou
- Svaly mohou jen táhnout, ne tlačit. Proto pracují ve dvojicích.

ohýbače	+	natahovače
přitahovače	+	odtahovače
svěrače	+	rozvěrače

KŘEČ = dlouhý bolestivý stah svalu

- pomůže - změna polohy
 - protažení
 - dostatek tepla, tekutin a minerálů (hořčík)

bránice	Achillova šlacha
---------	------------------

bránice - nejdůležitější dýchací sval

- odděluje hrudník od dutiny břišní

Achillova šlacha - připojuje lýtkový sval k patě

- nejpevnější šlacha lidského těla