

Ahoj, čeká na vás opěrný systém – kostra

Kostra

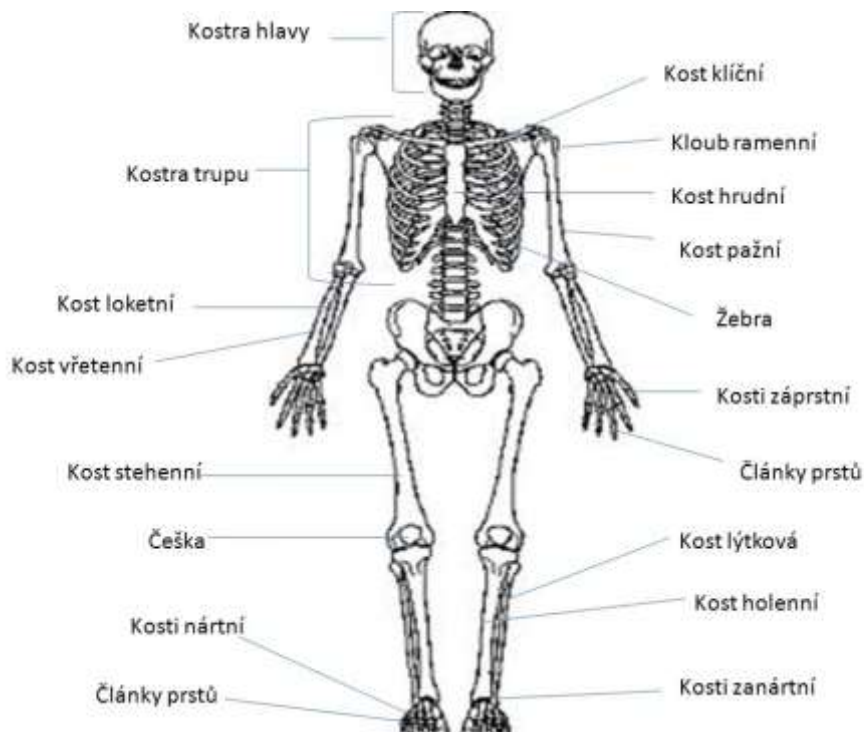
- Skládá se z kostí
- Poskytuje oporu svalům = pohyb
- Chrání tělesné orgány (srdce, plíce, ...)

Jak si můžeme kostru poškodit?

1. Špatné držení těla
2. Nesprávné sezení
3. Nevhodná obuv
4. Nošení těžkých břemen
5. Úraz – podvrtnutí, zlomenina, vykloubení ☹️

Kosti jsou spojeny pevně – **švy** (kosti lebky) nebo pohyblivě – **klouby** (loket, koleno,)

Do sešitu si opište ze strany 54 obsah zeleného rámečku.



Mějte se pěkně