

Ahoj, o zdravém životním stylu už víte vše, ale co se děje v našem těle s látkami, které moc nepotřebujeme ?

Přečtěte si stránku a potom запиšte.

### **Vylučovací soustava** ( str.60 )

- Popis - ledviny, močovody, močový měchýř, močová trubice
- Obrázek str. 60
- Pitný režim 2 – 3 litry denně

Jak tělo vyhazuje (vylučuje) odpady ?

1. Moč – vylučovací soustava
2. Stolice – trávicí soustava
3. Oxid uhličitý – dýchací soustava
4. Některé škodlivé látky – pot – kožní soustava

### **Kožní soustava** (str. 61)

- Je tvořena kůží
- Péče o kůži – hygiena, ochrana před nadměrným slunečním zářením

Funkce kůže

1. Chrání povrch celého těla
2. Vylučuje pot (chlazení + vylučování škodlivin)
3. Vnímáme bolest, tlak, teplo, chlad
4. Rostou z ní vlasy, chlupy, obočí, řasy, nehty
5. Je pružná - umožňuje pohyb

Odkazy: Youtube – Byl jednou jeden život 13, Cesta potravy lidským tělem

Mějte se fajn.