LIDSKÉ TĚLO

* člověk patří mezi živoichy
* lidé mají stejnou stavbu těla, liší se v rysech

umím pojmenovat části lidského těla: hlava, krk, trup, břicho, horní končetiny (rameno,paže, loket, ruka, zápěstí), dolní končetiny (stehno, koleno, lýtko, kotník, chodidlo, pata), záda, hýždě

KŮŽE

* pokrývá celé lidské tělo, chrání ho před poraněním a nemocemi
* svrchní část = pokožka
* pomáhá udržovat stálou teplotu těla
* odvádí z těla pot (= voda s rozpuštěnými škodlivými látkami)
* pokožka může mít různá zbarvení, která způsobuje kožní barvivo (=pigment)

SMYSLY

* člověk jimi poznává okolní svět
* každý SMYSL uložen ve smyslovém ORGÁNU ( zrak – oko, sluch – ucho, čich – nos, chuť – jazyk, hmat – kůže)

VNITŘNÍ ORGÁNY

* velmi důležité pro život člověka
  + mozek = řídí chod celého těla (přijímá informace smyslů, ty vyhodnotí a vydá tělu pokyn, co má udělat)

-díky mozku myslíme, mluvíme a pamatujeme si

-MYSLET DOKÁŽE POUZE ČLOVĚK

* + plíce = zajišťují dýchání (přivádějí do těla kyslík ze vzduchu a odvádějí oxid uhličitý)
  + srdce a cévy = zajišťují oběh krve (krví se rozvádí po těle kyslík a živiny)
  + tenké střevo = přecházejí zde živiny do krve
  + játra = zpracovávají živiny a odstraňují škodlivé látky
  + ledviny = čistí krev, škodliviny a vodu odvádějí z těla v podobě MOČI (ta se shromažďuje v močovém měchýři)
  + tlusté střevo = zahušťují se zde nestrávené zbytky potravy (odcházejí ven KONEČNÍKEM v podobě STOLICE)

KOSTRA

* nachází se uvnitř těla, je jeho oporou a chrání vnitřní orgány
* skládá se z kostí
* základem kostry je páteř, která vede z lebky přes celá záda. Skládá se z obratlů (je pružná a ohebná)
* k páteři jsou připojené ostatní části kostry: lebka, hrudní koš, kostra horních a dolních končetin, pánev

SVALY

* kosterní svaly připevněné ke kostem nám umožňují pohyb
* spolupracují
* posilují se a zpevňují pomocí pohybu, pravidelným cvičením

VÝVOJ ČLOVĚKA

* během života se člověk mení a vyvíjí se v různých obdobích života:
  + novorozenec ( 0 – 6 týdnů)
  + kojenec (6 týdnů – 1 rok)
  + batole (1 rok – 3 roky)
  + předškolní věk (3 – 6 let)
  + školní věk (6 – 15 let)
  + dospívání (15 – 18 let)
  + dospělost (18 – 65 let)
  + stáří

ZDRAVÍ ČLOVĚKA

* hlavní zásady péče o zdraví:
  + jíme střídmě a zdravě – viz výživová pyramida níže
  + pijeme dostatek vody
  + pravidelně pobýváme na čerstvém vzduchu
  + pravidelně cvičíme nebo sportujeme
  + pečujeme o svoji čistotu

