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

