

Autor: Ilona Vaculíková

Datum vytvoření: červen 2012

Datum ověření: červen 2012

Ročník: 4. a 5. třída ZŠ

Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět

Tematický okruh: Člověk a jeho zdraví

Téma: Poznáváme lidské tělo

Název výukového materiálu: Svalová soustava

Identifikátor: VY_32_INOVACE_PR.4.02VA

Klíčová slova: sval, šlacha, pohyb

Anotace: Materiál je vytvořen k procvičení a doplnění znalostí k tématu svalová soustava. Můžeme jej využít k práci na interaktivní tabuli a jako pracovní list.

Žáci pracují dle zadání u každého úkolu.

Svalová soustava

1. Doplň chybějící slova. Využij slov z nabídky.

Aktivní pohyb vykonávají _____, které jsou připojeny ke kostem _____ . Když se sval smrští, zatáhne za _____, ke kterým je připojen, a ty se pohnou. Každý pohyb těla je výsledkem souhry _____, _____ a _____. Centrum, které tyto činnosti řídí, je _____. Správnému vývoji svalstva napomáhá _____.

svalů, šlach a kostí, pestrá strava, mozek, šlachami, svaly, kosti

2. Přiřaď názvy správně k obrázku čarou.

sval lýtkový

mimické svaly

stehenní sval

břišní svalstvo

svaly horní končetiny



3. Svalové cvičení

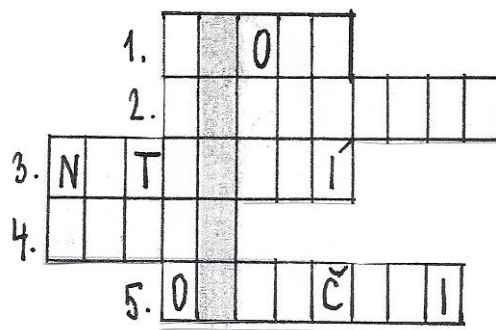
vzpřímeně se postav v mírném stoji rozkročném

levou i pravou ruku vzpaž a napni

levou rukou opisuj velký kruh směrem vpřed a současně pravou rukou opisuj velký kruh směrem vzad

4. Vyřeš tajenku:

1. Kostra je pro tělo
2. Ruce a nohy jsou
3. Svaly se prodlužují neboli
4. Plurál slova sval
5. Mimické svaly najdu na



Tajenka: Svalům prospívá _____ .