Navodilo za delo (16. 3.-20. 3. 2020)

1. ura

V učbeniku preberi poglavje z naslovom Mišice (str. 58-60) in preglej interaktivni učbenik ter prepiši novo snov v zvezek.

ZAPIS V ZVEZEK

**Zgradba in delovanje mišic**

**Mišice:**

• omogočajo premikanje, požiranje, dvigovanje dlak …,

• tri skupine mišic: **skeletne** - prečno progaste, **gladke** in **srčne**,

• največ je prečno progastih mišic.

**Gladke mišice:**

• gradijo notranje organe,

• niso pod vplivom naše volje,

• se ne utrudijo,

• počasno krčenje,

• so brez prečnih prog.

**Srčna mišica:**

• gradi srce,

• ni pod vplivom naše volje,

• zanjo je značilno ritmično krčenje,

• se ne utrudi,

• razvejane prečno progaste celice.

 **Skeletne mišice:**

• omogočajo gibanje in premikanje okostja,

dajejo oporo kostem,

vzdržujejo pokončno držo in obliko,

omogočajo komunikacijo in izražanje občutkov,

• so pod vplivom naše volje,

• se utrudijo,

• prečno progasta mišična vlakna.

Skeletne mišice delujejo v parih. S krčenjem in sproščanjem premikajo kosti. Pri krčenju opravijo delo in porabijo energijo.

**Zgradba skeletne mišice**

Preriši iz U str. 59 (spodaj).

2. ura

Reši vaje v **DZ** na **str. 70-74**. Pomagaj si z učbenikom, zvezkom in poišči podatke o boleznih ter okvarah okostja in mišic na spletu.