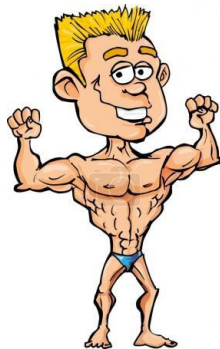


## SVALOVÁ SOUSTAVA

- fce. (funkce) – pohyb
  - správná funkce vnitřních orgánů
- upínání na kostru pomocí šlach
- svaly – **můžeme ovládat vlastní vůlí** (upínají se na kostru)
  - **nemůžeme ovládat vlastní vůlí** (srdce, vnitřní orgány)
- sval vykonává pohyb **zkracuje se** (smršťuje se) a **natahuje se** (prodlužuje) → celkový pohyb vykonává několik svalů
- pro činnost potřebují energii – příjem z potravy (dodáváno krví) – hlavně bílkoviny
- tělesný pohyb má pro svalovinu velký význam
- zátěží svaly zesilují a rostou, bez zátěže svaly ochabují, zmenšují se a snižuje se jejich výkon



- zátěž by měla být přiměřená
- vysokou zátěží nebo při úrazech se mohou svaly poškodit

