

Výchova ke zdraví – ZŠ – 9. ročník (8. týden, 9. týden)

Téma: Stavba a funkce kůže

Kůže pokrývá a chrání tělo před poraněním, bakteriemi a slunečním zářením. Kůží člověk vnímá tlak, chlad, teplotu, bolest. V kůži se vlivem slunečního záření tvoří vitamín D.

Pokožka – svrchní vrstva kůže, obsahuje barvivo melanin.

Škára – je dobře prokrvená, v buňkách škáry se hromadí tuk. Vyrůstají z ní vlasy, chlupy, obočí, řasy, nehty.

Podkožní vazivo - spodní vrstva kůže.

Kožní žlázy – umístěné na celém povrchu těla.

Potní žlázy vylučují pot. Nejvíce je potních žláz na dlaních, ploskách nohou, na čele a zádech.

Mazové žlázy – mastí pokožku, vlasy, chlupy.

Pachové žlázy – jsou v podpaždí.

Mléčné žlázy – matkám se tvoří po narození dítěte mléko.

Téma: Péče o kůži:

- 1) Uveď, jak denně pečuješ o kůži?
.....
- 2) Kde na své kůži najdeš nejvíc potních žláz?.....
- 3) Na kterých místech obličeje je hodně mazových žláz?.....
- 4) Jak pečuješ o vlasy?.....
- 5) Jak pečuješ o nehty?