

Svalová soustava

- svaly společně s kostrou umožňují pohyb
- v lidském těle je asi 600 svalů, většina z nich je párová
- svaly drží tvar těla
- při pohybu se svaly zkracují nebo natahují
- hmotnost svalů je přibližně 1/3 hmotnosti člověka

Správnému vývoji svalstva napomáhá pestrá strava a prospívá mu tělesná práce a sport.

Při tělesné práci a sportu můžeme činnost svalů pozorovat nejlépe.

Zajímavosti

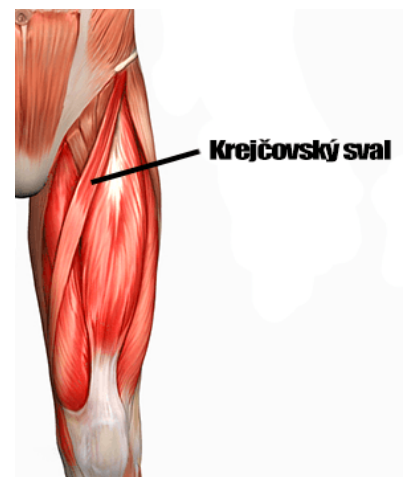
Nejpracovitější jsou svaly, které hýbou očima. Každý den se stáhnou a uvolní více než 100 000krát.

Nejpohyblivější sval je jazyk.

Nejmenší sval je sval třmínkový (pohybuje kůstky v uchu).

Nejmohutnější sval je velký sval hýžďový.

Nejdelší sval je sval krejčovský (najdeme ho na stehně).



SVALSTVO ČLOVĚKA

