**Dýchací soustava**

- **dýchání:** • nádech: ***kyslík***

***•*** výdech: ***oxid uhličitý***

- části: **nosní dutina → nosohltan → hrtan → průdušnice → průdušky → plíce**

- hlavní dýchací sval: ***bránice***

- předcházení nemocem: otužování, větrání, hygiena, pobyt na čerstvém vzduchu, očkování, …

- **dobrovolný úkol**: nákres a popis obrázku dýchací soustavy (viz učebnice)

**Oběhová soustava**

- srdce, - cévy, - krev

**Srdce** – sval – umožňuje neustálý průtok krve (70 – 80 tepů/minutu)

**Cévy** – rozvádí krev

• ***tepny*** – vedou okysličenou krev ze srdce

• ***žíly*** – vrací odkysličenou krev do srdce

• ***vlásečnice*** – nejmenší cévy

**Krev** – ***krevní plazma*** (voda + živiny)

- ***červené krvinky*** (přenos kyslíku)

- ***bílé krvinky*** (ochrana)

- ***krevní destičky*** (srážení krve)

- krevní skupiny: **A, B, AB, 0**

- rozvod kyslíku, živin, …

- odvádí oxid uhličitý i jiné škodliviny