**Otázky – opakování a praktické úkoly pro 8. ročník**

1. **Napiš základní informace k těmto pojmům:**
2. křečové žíly:
3. věnčité cévy:

**c)** hypertenze – co to je a co může být příčinou:

1. **Vyhledej na internetu, jaké podmínky musí splňovat člověk, který chce být dárcem krve:**
2. **Odpověz na tyto otázky:**
3. Proč má levá srdeční komora silnější svalovinu?
4. Která ze srdečních komor vytlačuje krev do plic?
5. Jak se jmenuje nejsilnější tepna lidského těla?
6. **Prozkoumej svou vlastní klidovou tepovou frekvenci:**
7. pomocí prstů jedné ruky si nahmatej puls a spočítej počet tepů za 1 minutu.

**Počet tepů v klidu:**

<https://www.wikihow.cz/Jak-si-zm%C4%9B%C5%99it-puls>

1. udělej pomalu dvacet dřepů nebo kliků, pokud máš zdravotní problémy s klouby, zkus jinou aktivitu (měř třeba na vycházce – v klidu, potom rychlá chůze do kopce – cca 250 m). Po aktivitě opět spočítej počet tepů za 1 minutu a zapiš:

**Počet tepů po námaze:**