

Az egységes egészség

Miről lesz szó?

- Az emberi testet felépítő anyagok
- Az emberi testalkat, méret és szimmetria
- A női és a férfi testalkat
- Az emberi test szerveződési szintjei

Testünket felépítő anyagok

szerves
vegyületek;
35%

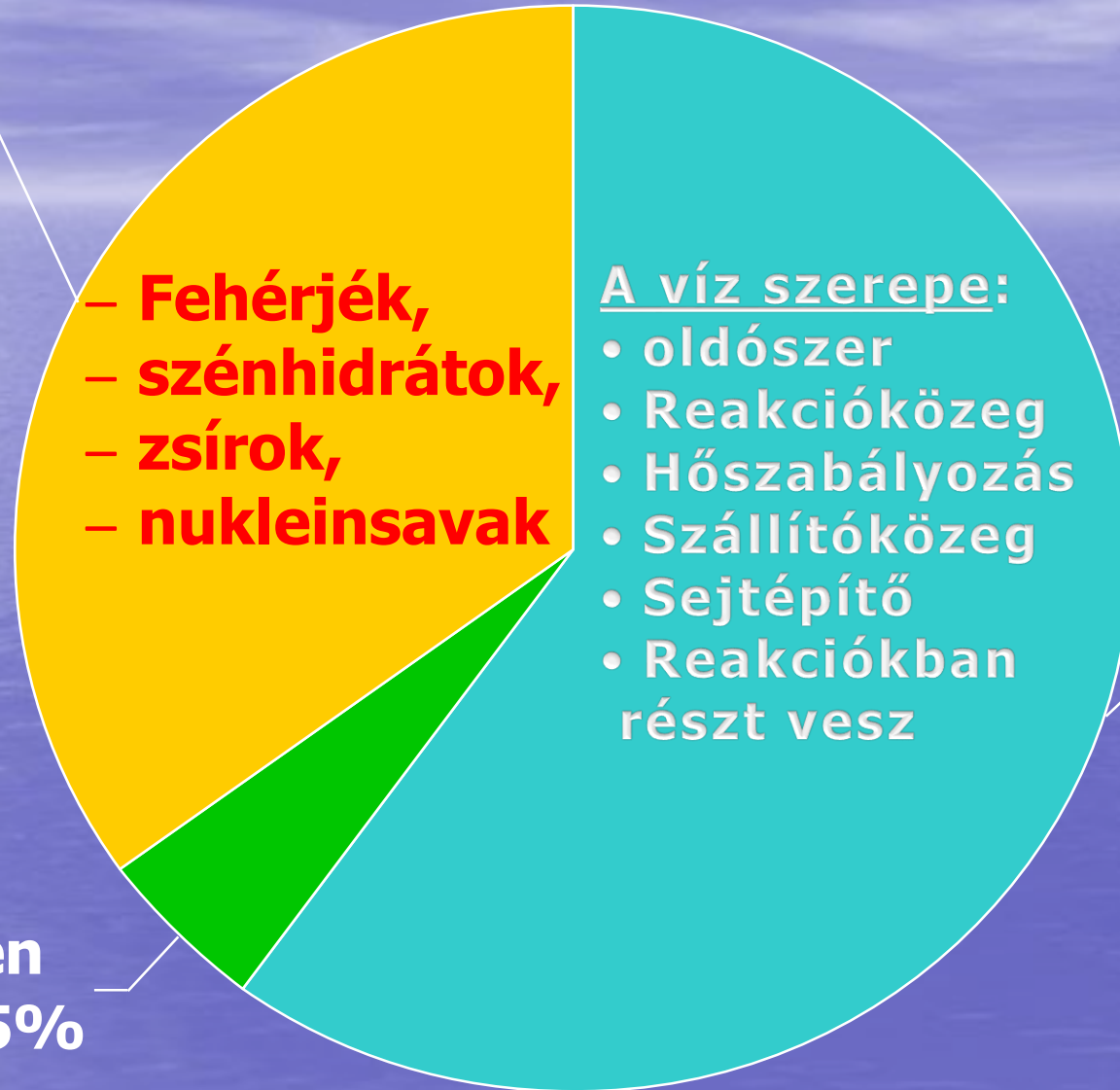
- Fehérjék,
- szénhidrátok,
- zsírok,
- nukleinsavak

Szervetlen
anyagok; 5%

A víz szerepe:

- oldószer
- Reakcióközeg
- Hőszabályozás
- Szállítóközeg
- Sejtépítő
- Reakciókban részt vesz



víz; 60%



Alkat, méret, szimmetria

- A testtájak aránya emberi jellemző, ami a két lábon járás és az egyenes testtartás következménye
- Kétoldali szimmetria
- Átlagos testmagasság és testsúly.
 - Nők: 160 cm, 52 kg
 - Férfiak : 170 cm, 65 kg

Női és férfi testalkat

	Nő	Férfi
Fej	Kisebb	nagyobb
Váll	Keskenyebb	szélesebb
Mellkas	Szűkebb	Tágabb
Végtagok	Rövidebbek	Hosszabbak
Medence	szélesebb	Szűkebb
Alkat jellemző		

Testünk szerveződési szintjei

Szervezet: szervrendszerek összessége
= egyed

Szervrendszer: egy életjelenség elvégzésére szorosan együttműködő szervek

Szerv: meghatározott működésre csoportosult különböző szövettípusok

Szövet: hasonló alakú, azonos származású és azonos működésű sejtek csoportja.

Sejt: az élővilág legkisebb alaki és működési egysége, mely minden életműködést mutat.

Szervrendszereink:

- Mozgás-
- Táplálkozás-
- Légzés-
- Szaporodás szervrendszere
- Idegrendszer
- kiválasztás szervrendszere
- Anyagszállítás szervrendszere
- Hormonális rendszer

Szövettípusok:

- Hám-
- Izom-
- Ideg-
- Kötő- és
- támasztószövet

Az egységes egész (vázlat)

1. Testünket felépítő anyagok:

- Víz (60%)
- Szerves anyagok:(35%)
 - Fehérjék
 - Zsírok
 - Szénhidrátok
 - Nukleinsavak
- Szervetlen anyagok (5%)

2. Alkat, méret, szimmetria

- Testtájak aránya emberi jellemző, ami a két lábon járás és az egyenes testtartás következménye
- Kétoldali szimmetria
- Átlagos testmagasság és testsúly.
 - Nők: kisebb
 - Férfiak : nagyobb

3. Női és férfi testalkat

	Nő	Férfi
Fej	Kisebb	nagyobb
Váll	Keskenyebb	szélesebb
Mellkas	Szűkebb	Tágabb
Végtagok	Rövidebbek	Hosszabbak
Medence	szélesebb	Szűkebb
Alkat jellemző		

4. Testünk szerveződési szintjei:

Sejt ⇒ szövet ⇒ szerv ⇒ szervrendszer ⇒ szervezet

- **Sejt**: az élővilág legkisebb alaki és működési egysége, mely minden életműködést mutat.
- **Szövet**: hasonló alakú, azonos származású és azonos működésű sejtek csoportja.
- **Szerv**: meghatározott működésre csoportosult különböző szövettípusok.
- **Szervrendszer**: egy életjelenség elvégzésére szorosan együttműködő szervek.
- **Szervezet**: szervrendszerek összessége (= egyed)