

ŽIVČEVJE

1. Začnimo poglavje o živčevju z **MOŽGANSKO GIMNASTIKO**.

Poskusi poiskati **logično zaporedje**. **Dopolni tiste številčnice, ki so brez kazalcev.**

Možganska gimnastika

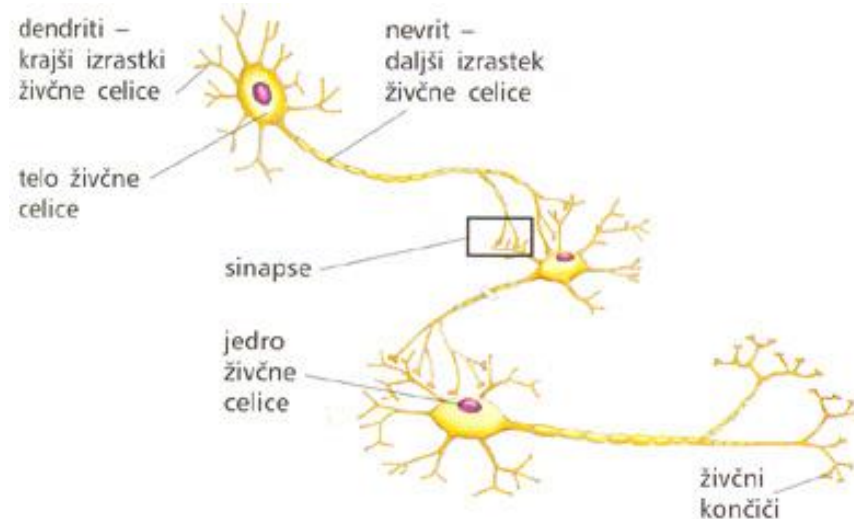
16 Logično sklepanje
Opazuj ure, ki so narisane spodaj. Urejene so v logičnem zaporedju. Ugotovi zaporedje in dopolni številčnice brez kazalcev.

42

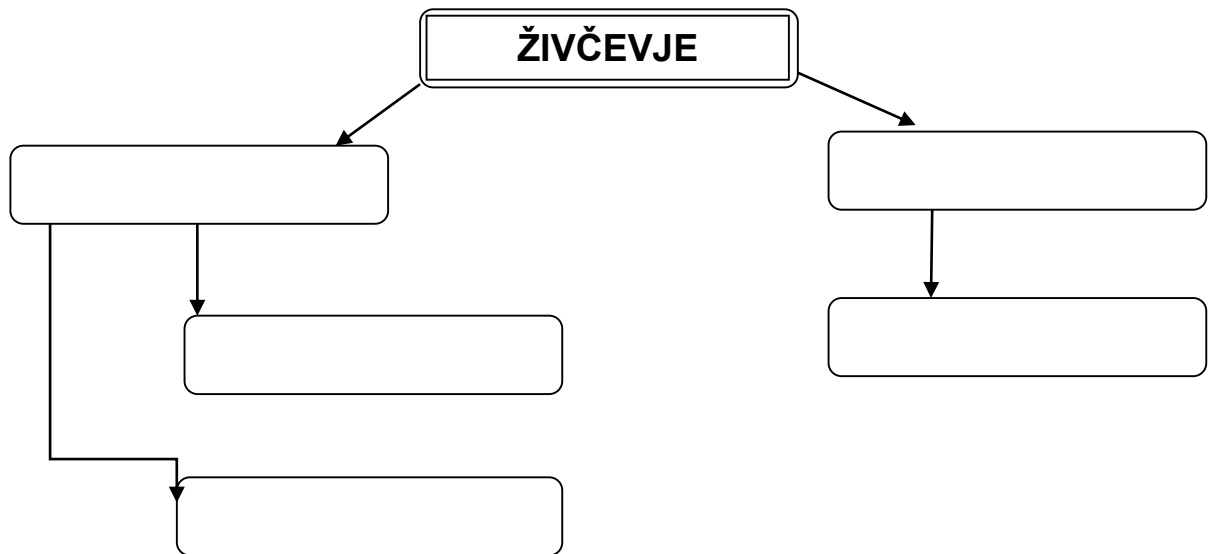
2. ŽIVČNA CELICA ali NEVRON Je osnovna enota živčevja.

Na skici so prikazane povezave med živčnimi celicami.

V svoj zvezek skiciraj eno živčno celico (nevron) in označi njene dele. (Pri delu si pomagaj z učbenikom stran 72.)



3. Dopolni shemo s pojmi, ki so v oklepaju.
(osrednje ali centralno živčevje, hrbtenjača, obkrajno ali periferno živčevje, možgani, živci)



4. CENTRALNI ŽIVČNI SISTEM

a) MOŽGANI

1. Poimenuj **glavne dele možganov** in zapiši, katere **naloge** opravlja posamezni del (učbenik stran 73 in 74).

DEL MOŽGANOV	NALOGE, KI JIH OPRAVLJA

b) HRBTENJAČA

Dopolni (učbenik stran 74).

Hrbtenjača leži v _____, ki ga gradijo medvretenčni loki. Obdana je s _____ ovojnicami in _____. Na straneh iz nje pri vsakem vretencu izhajata po dva para _____.

5. OBKRAJNO ALI PERIFERNO ŽIVČEVJE

a) Kaj to živčevje **sestavlja**? _____

b) Kakšna je **naloga** tega dela živčevja?

6. Za konec še VAJA: Za boljše delovanje živčevja

15 Naredi vajo za boljše delovanje živčevja

Desno nogo ovij okrog leve, kot da sedeš s prekrizano nogo, a jo zaviješ še v gležnju. Zdaj objemi levo roko tako, da levi komolec nasloniš na desno nadlaket in se primeš za dlani. Sproščeno in globoko dihaj ter nekaj vdihov in izdihov vztrajaj v tem položaju. Sprosti se in se vrni v vzravnani položaj, kot da bi razprl krila; pri tem globoko zajemi zrak. Ponovi še z drugo nogo.

Opiši dogajanja in občutke v svojem telesu.



Čim bolj »zavozlano« je tvoje telo, tem bolj pospešiš kroženje snovi med celicami različnih tkiv in organov ter oživljaš vse celice, tekočine, želatine in vezi v njem. Z vajo uriš ravnotežje ter krepiš mišice meč in gležnjev, povečaš prožnost ramen in zapestij ter sposobnost koncentracije. Položaj ti pomaga, da se zbereš, ko se počutiš preveč raztreseno, a potrebuješ koncentracijo.