

LJUDSKO TELO

KOŽA

Naše telo prekriva **KOŽA**. Ona štiti telo od štetnih uticaja iz okoline i usporava gubitak vode. Pomaže nam da održimo telesnu temperaturu. Zato je važno da se koža pravilno neguje. Prejako sunce je veoma štetno za kožu. Tokom letnjih, sunčanih dana, kada sunce najjače greje, treba se skloniti.

*Koža je najveći ljudski organ.
Koža prosečnog čoveka
zauzima približno dva
kvadratna metra površine.*



KOSTI

KOSTI su čvrsti delovi našeg tela. Beba se rađa sa oko 270-300 malih i mekih kostiju. Neke kosti tokom godine srastu, tako da odrastao čovek ima oko 200 kostiju. Sve kosti međusobno su povezane i čine kostur. Najvažniji deo skeleta je kičma. Ona se sastoji iz niza prsljenova. Kostii koje služe za kretanje ne mogu same da se pomeraju. Za njih su pričvršćeni **MIŠIĆI**. Kostii udova povezani su sa zglobovima. Kostii i mišićii treba da ojačaju, a to se postize raznovrsnom ishranom i bavljenjem sportom.

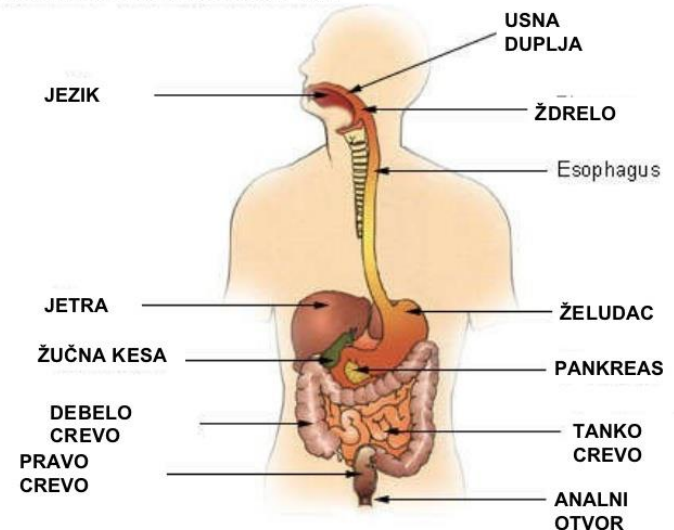


Najmanja kost u telu čoveka zove se uzengija. Nalazi se u srednjem uhu i dugačka je svega 3 milimetra - uzengija je otprilike veličine zrna pirinča.

HRANA

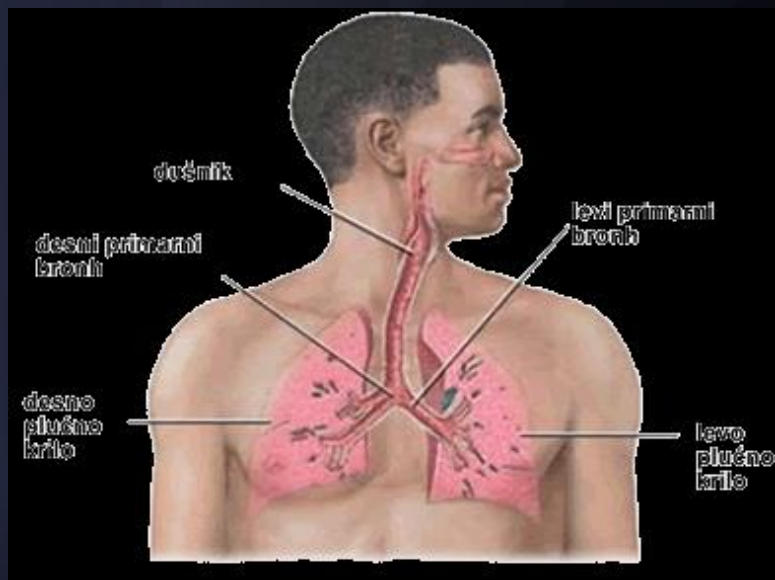
Hrana se u našim ustima sitni pomoću zuba, a jezik prevrće hranu natopljenu pljuvačkom. Dok hrana prolazi kroz naše telo, iz nje se izdvajaju sastojci koji su potrebni za rast i razvoj. Nesvareni delovi hrane se izbacuju kroz analni otvor. Važno je da se pravilno hraniš i jedeš redovno. Trudi se da uvek dobro sažvaćeš zalogaj pre nego što ga progutaš. Higijena usta i zuba je veoma važna jer su ostaci hrane u ustima i između zuba dobro mesto za razvoj bakterija.

ORGANI DIGESTIVNOG SISTEMA



Kiselina koja se nalazi u želucu dovoljno je jaka da razgradi cink, ali ona ne može da uništi sam želudac jer se on neprestano obnavlja.

DISANJE



Levo plućno krilo je manje od desnog, jer je srce, koje se nalazi u sredini, blago nagnuto u levu stranu i tako smanjuje prostor levom plućnom krilu.

Kada dišemo, udišemo i izdišemo vazduh. Iz udahnutog vazduha čoveku je neophodan kiseonik. Kada izdišemo, izbacujemo ugljen-dioksid. U zatvorenoj prostoriji u kojoj se nalazi veći broj ljudi ubrzo postaje zagušljivo. Troši se kiseonik, a prostorija se puni ugljen-dioksidom. U takvoj prostoriji teško se diše i brzo se zamara. Može doći do glavobolje zbog nedostatka kiseonika. Zbog toga je važno redovno provetravati prostorije u kojima se boravi.

MOZAK, ČULA I NERVI

MOZAK je glavni „upravljački“ centar našeg tela. On prima poruke iz okruženja i šalje uputstva ostalim delovima tela. Ova uputstva prvo stižu u kičmenu moždinu, odakle gustom mrežom nerava dolaze do svih delova tela. Zahvaljujuci ovom složenom mehanizmu, u stanju si da pišeš, crtaš, pleteš, šutiraš loptu itd. Mozak se nalazi u lobanji, a kičmena moždina u kičmi.



*Nervni impuls putuje
do i od mozga brzinom
od 270km na sat.*

ČULA

Sve što se dešava oko nas čovek saznaje putem čula. To su: čulo vida, sluha, mirisa, ukusa i dodira. Čula su nervima povezana sa mozgom koji prepoznaje šta smo to videli, čuli ili dodirnuli i kaže nam kako treba da reagujemo. Čula su veoma značajna za nas. Zbog toga ih treba čuvati i pažljivo negovati.

Ljudi su jedina bića koja ispuštaju suze zbog emocija.



Oči su uvek iste veličine - od rođenja do smrti, dok nos i uši nikada ne prestaju da rastu.

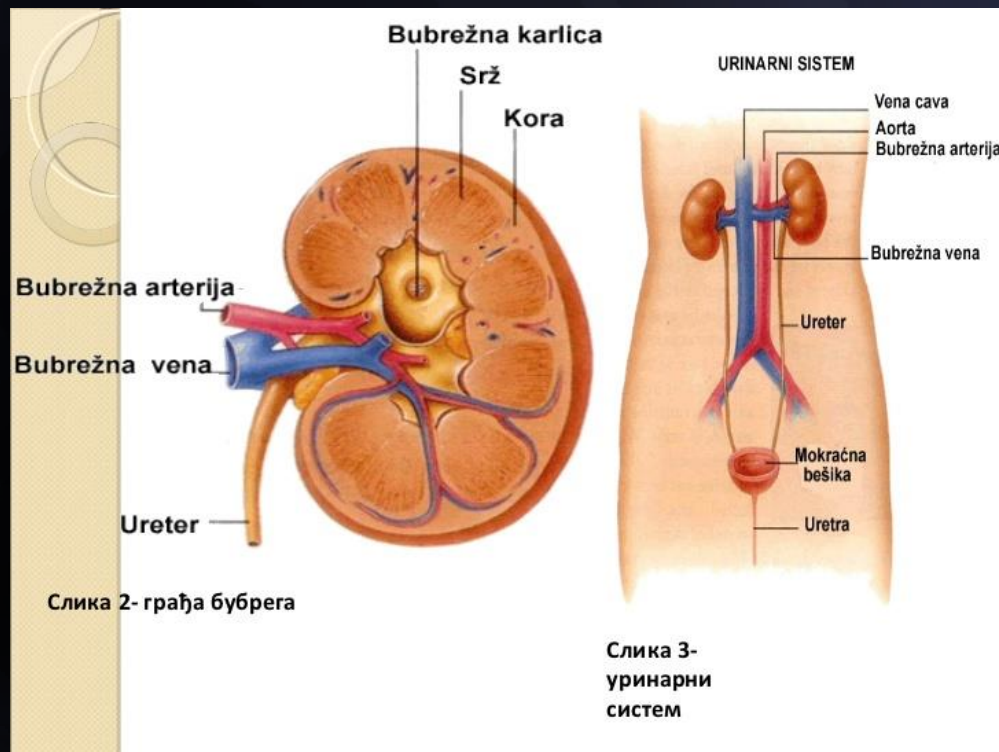
KRV

Hranjlive sastojke i kiseonik po našem telu prenosi tečnost-**KRV**. Krv teče kroz krvne sudove (tanke cevčice) uz pomoć srca. Srce se neprekidno širi i skuplja i kao pumpa prima i potiskuje krv. Zahvaljujući tome, hranjivi sastojci i kiseonik stižu do najudaljenijih i najsitnijih delova našeg tela.



BUBREZI I BEŠIKA

Zahvaljujući bubrezima i bešici iz našeg organizma izlučuju se nepotrebni i štetni sastojci. Oni se nalaze u urinu. Da bi **BUBREZI** radili kako treba, potrebno je piti dovoljno vode koja će pomoći bubrezima da izbace nepotrebne i štetne sastojke. Štetni sastojci se izbacuju i kroz kožu znojenjem.



Bubrezi pročiste krv celog tela svakih 5 minuta.

HVALA NA PAŽNJI ! ! !

