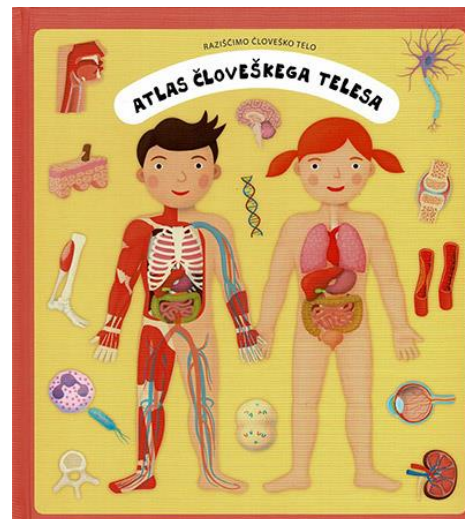


ČLOVEŠKO TELO



IZ ČESA JE SESTAVLJENO NAŠE TELO?

- ▶ Naše telo je sestavljeno iz:

OKOSTJA ali SKELETA

+

NOTRANJIH ORGANOV



NOTRANJI ORGANI

V našem telesu imamo več notranjih organov. Vsak organ opravlja svojo nalogo, ki je zelo pomembna.

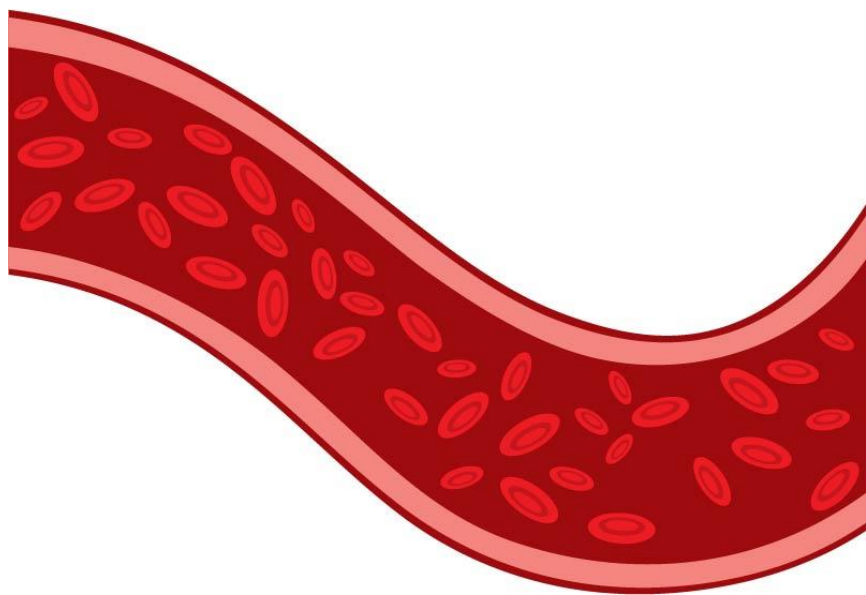
NOTRANJI ORGANI: možgani, požiralnik, pljuča, želodec, srce, ledvici, jetra, tanko črevo in debelo črevo.

OKOSTJE ali SKELET

- ▶ OKOSTJE je močno ogrodje, na katerem so vpete mišice. Našemu telesu **daje oporo in obliko**. Brez njega bi bilo naše telo le kup organov na tleh. Okostje **ščiti številne notranje organe**, med njimi so možgani, srce in pljuča.
- ▶ Skupaj z mišicami **omogoča gibanje**.



KRI - najbolj pomembna tekočina v telesu



Kri teče po mehkih ceveh, ki se imenujejo **ŽILE** in izhajajo iz našega srca. Žile v našem telesu tvorijo sklenjen krog. Tako se kri nenehno pretaka in kroži po celem telesu. Kri prenaša kisik in hranilne snovi do vseh delov našega telesa.

MOŽGANI - naš notranji „računalnik“

- ▶ MOŽGANE uporabljamo za razmišljanje in premikanje telesa.

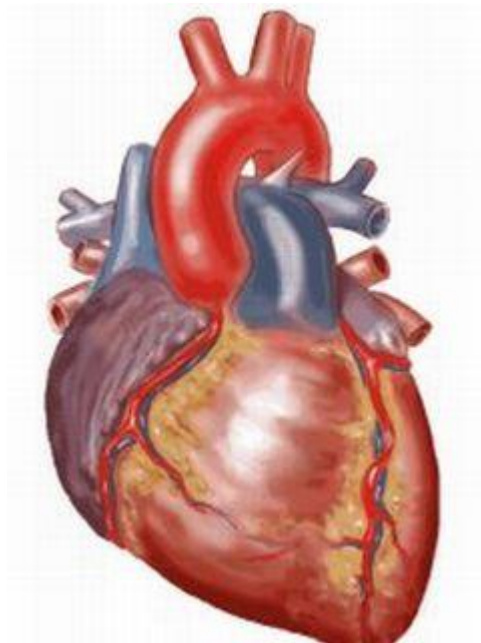
Možgani nadzorujejo delovanje celega telesa.

Med drugim določajo, kako hitro bije naše srce ali koliko smo lačni.

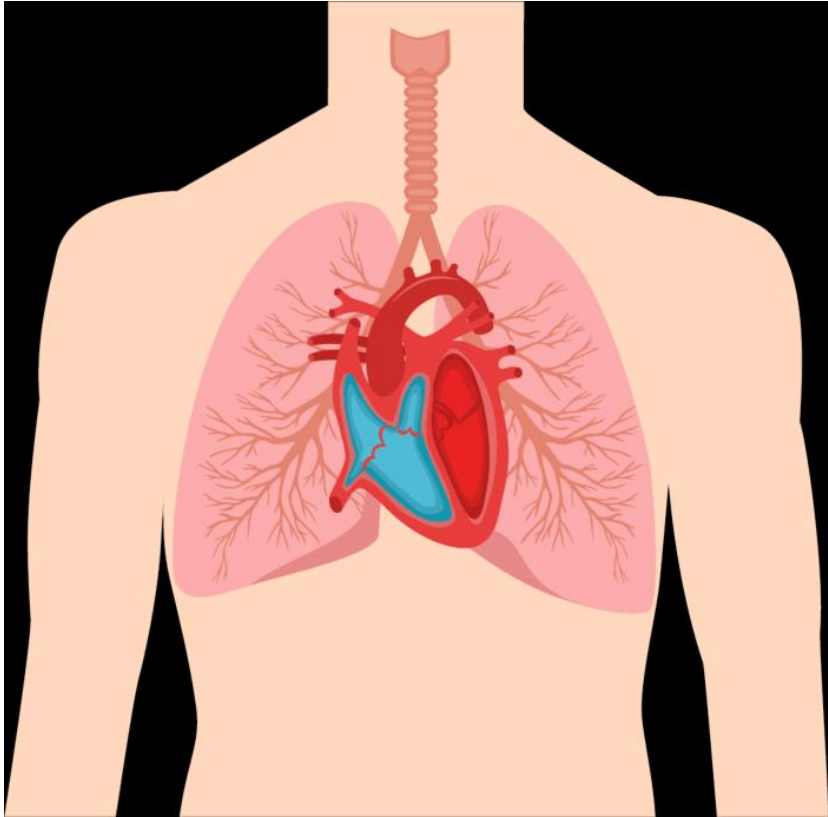


SRCE - naš „motor življenje“

- ▶ Srce je zelo pomemben organ. Skozi bije in ga skozi čutimo. Srce bije/utripa, ker poganja kri po telesu.



PLJUČA



Skozi nos vdihnemo zrak, ki potuje do PLJUČ. V pljučih kisik preide v kri. Ta prenaša kisik po celem telesu.

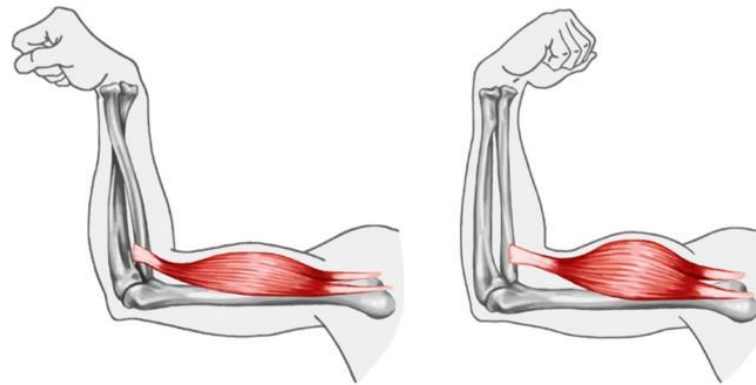
MIŠICE

- ▶ Vsak narejeni gib telesa ali gibanje - kot so tek, prehranjevanje ali govorjenje - se opravi s pomočjo MIŠIC.

Ko napnemo mišico, se ta skrči in postane krajša.

Mišice dobijo hrano in kisik iz krvi.

Srce je posebna vrsta mišice.

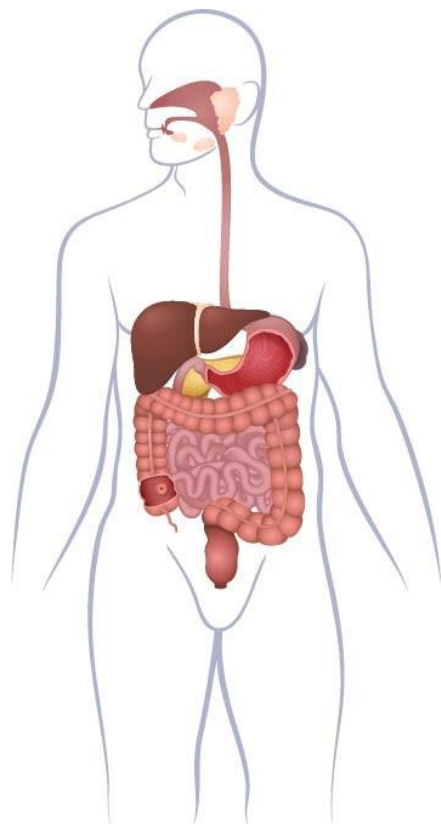


HRANA JE ZELO POMEMBNA ZA NAŠE TELO



S hrano telo dobiva potrebno energijo za rast, razvoj in delovanje. Pomembno je, da se zdravo prehranjujemo.

KAKO POTUJE HRANA PO TELESU?



Hrana, ki jo pojemo, potuje skozi ŽELODEC do ČREVESJA. V črevesju kri iz prebavljene hrane pobira hranilne snovi. Kri gre nato skozi JETRA, kjer se prečisti in šele prečiščena prenaša energijo v mišice, srce, možgane. Tako vsi deli telesa dobijo energijo za svoje delovanje. Ne smemo pozabiti na pitje vode/tekočine, ki je zelo pomembna za naše zdravje.

KAJ JE POLEG HRANE ŠE POMEMBNO ZA NAŠE ZDRAVJE?

- ▶ Za naše zdravje je pomembno tudi:

GIBANJE



OSEBNA HIGIENA



POČITEK/SPANJE



BRAVO!!!!

- ▶ Če si uspel/a vse to prebrati, ti danes pri spoznavanju okolja ni potrebno ničesar več narediti.



HVALA ZA VAŠO POZORNOST

