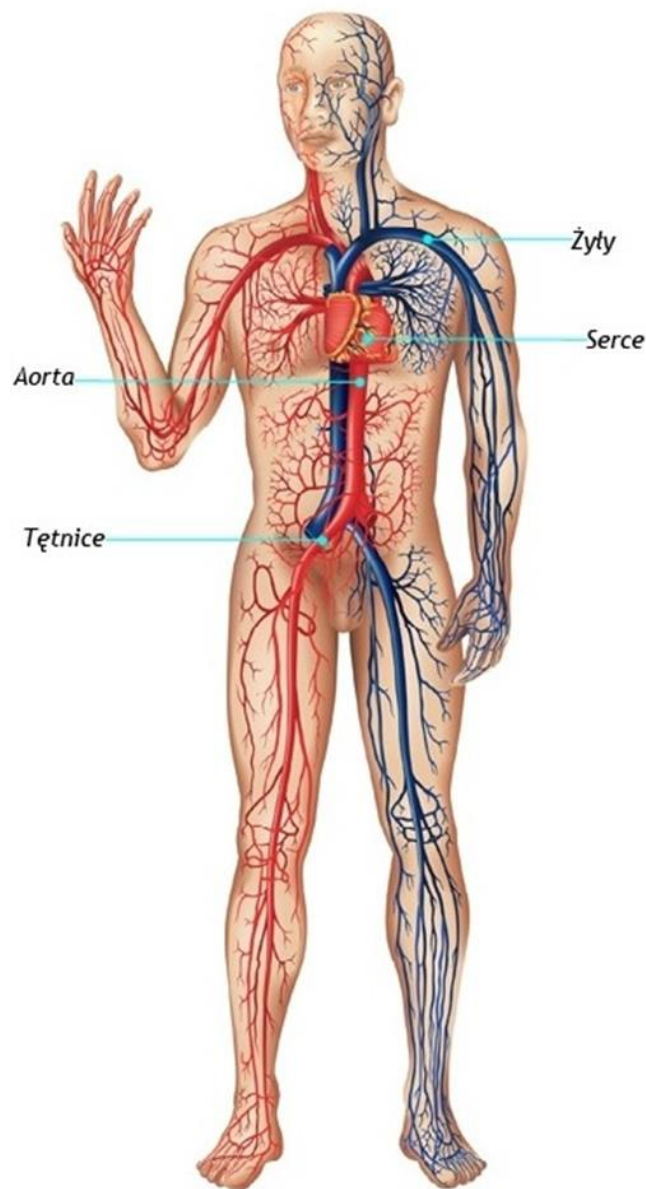


SERCE I PŁUCA

HJERTET OG LUNGENE

Serce

Serce jest mięśniem wielkości pięści (knyttneve). Cały czas pompuje ono krew, która rozprawdza substancje odżywcze (næringsstoffer) do wszystkich części ciała. Możesz wyczuć rytm bicia serca na szyi (hals) oraz po wewnętrznej stronie nadgarstka (håndledd). Nazywa się to **puls**. Serce biło już zanim się urodziłeś/aś i będzie biło tak długo, jak będziesz żyć.



Zadania:

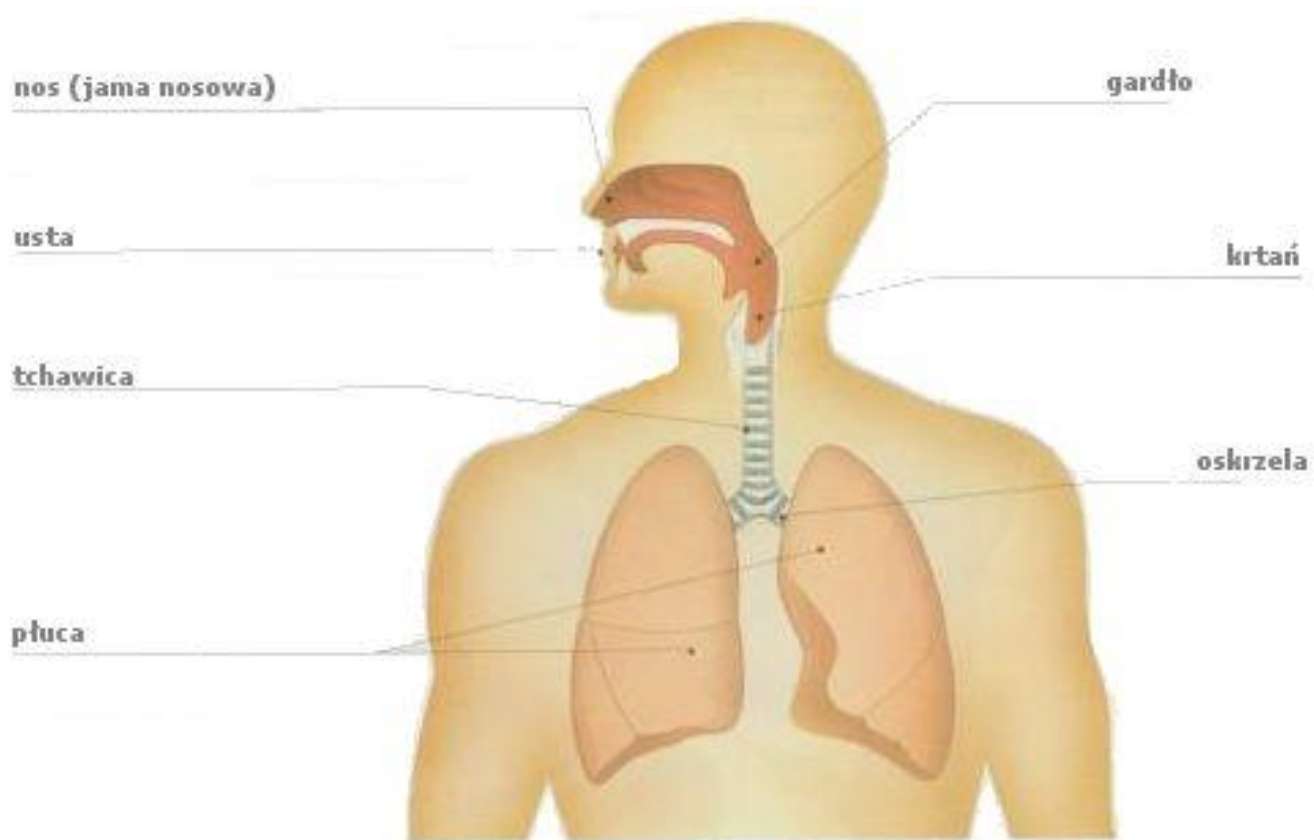
1. Zmierz swój puls.
2. Przebiegnij się i poczuj, jak szybko bije Ci serce.

Płuca

Nasze ciało potrzebuje tlenu (oksygen). Tlen to niewidoczny gaz w powietrzu (luft). Jak oddychamy, tlen dostaje się do naszych płuc. W płucach są miliony małych pęcherzyków płucnych, które wylapują tlen i przesyłają dalej do krwi (blod).

W powietrzu, którym oddychamy (puster), musi być dostateczna ilość tlenu. Po dłuższym czasie siedzenia w klasie, duża część tlenu zostaje zużyta. Ważne jest wtedy, by dobrze przewietrzyć pomieszczenie.

Zapewne szybciej oddychasz, jak szybko biegasz. To dlatego, że ciało potrzebuje więcej tlenu przy wysiłku.



Zadania:

1. Co stanie się jeśli nie będzie wystarczającej ilości tlenu w powietrzu, którym oddychamy?
2. Jak długo możesz wytrzymać bez oddechu?
3. Dlaczego warto wciągnąć dużo powietrza zanim się zanurkuje?
4. Napompuj balon trzema wydechami. Przyłóż go do kartki i obrysuj.
Zrób to samo jeszcze raz i porównaj wielkości balonów.

Wpisz odpowiednie norweskie nazwy przy polskich:

OKSYGEN	HJERTE	HALS	LUFT
PUSTE	LUNGER	BLOD	
KNYTTNEVE	HÅNDEDD	NÆRINGSSTOFFER	

	
PIĘŚĆ	
SZYJA	
NADGARSTEK	
TLEN	
POWIETRZE	
KREW	
ODDYCHAĆ	
SERCE	
PŁUCA	
SUBSTANCJE ODŻYWCZE	

Źródła:

Regnbuen 4