

Как дишаме?

Попълни изреченията. Списъкът ще ти помогне.

Въздухът влиза в нашето тяло през носа и преминава през _____ . След това въздухът преминава през _____ . В долния си край тя се разделя на две по-малки тръби, които навлизат в _____ . Белите дробове са основният _____ на човека. Те са разположени в _____ . Вдишаният въздух съдържа _____ , който е жизненонеобходим на нашия организъм. От белите дробове _____ преминава в _____ и тя го разнася из цялото тяло. Там кислородът се използва за разграждане на _____ , при което се отделя _____ . При разграждането на хранителните вещества се отделя и вредният за организма газ _____ . Кръвта отнася този газ в _____ . Оттам той се изхвърля при издишването.

Списък

въглероден диоксид
кръв
бели дробове
дихателна тръба
носната кухина
дихателен орган
гръдният кош
кислород
хранителни вещества
енергия

Измерване на гръдна обиколка

Материали: шивашки сантиметър

Изпълнение

1. Постави шивашкия сантиметър така, че отзад да минава под долния ъгъл на лопатките, а отпред – под гръдните зърна.
2. Направи максимално вдишване. Мускулите не трябва да са напрегнати. Раменете не трябва да се повдигат. Измери гръдната си обиколка.
3. Направи максимално издишване. Раменете не трябва да се свалят и наклоняват напред. Отново измери гръдната си обиколка.
4. Пресметни разликата в обиколките на гръдния кош при вдишване и издишване.
5. Обясни на какво се дължи измерената разлика. Защо при вдишване гръдният кош се разширява?

Резултати от измерванията _____

Обяснение _____

