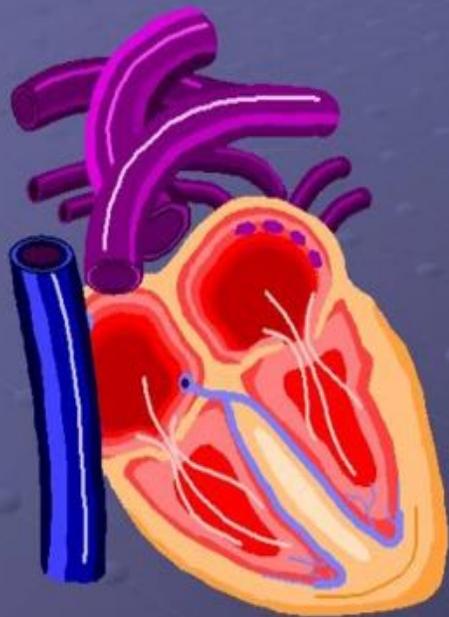


**Сердце, легкие,  
пищеварительная  
система человека**

# КАК УСТРОЕНО И РАБОТАЕТ СЕРДЦЕ



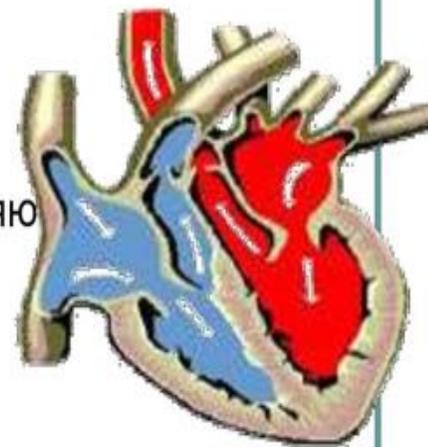
Размером сердце всего с кулак. Это неуправляемый мотор. Оно непрерывно гонит кровь в сосуды и заставляет ее обегать все тело.

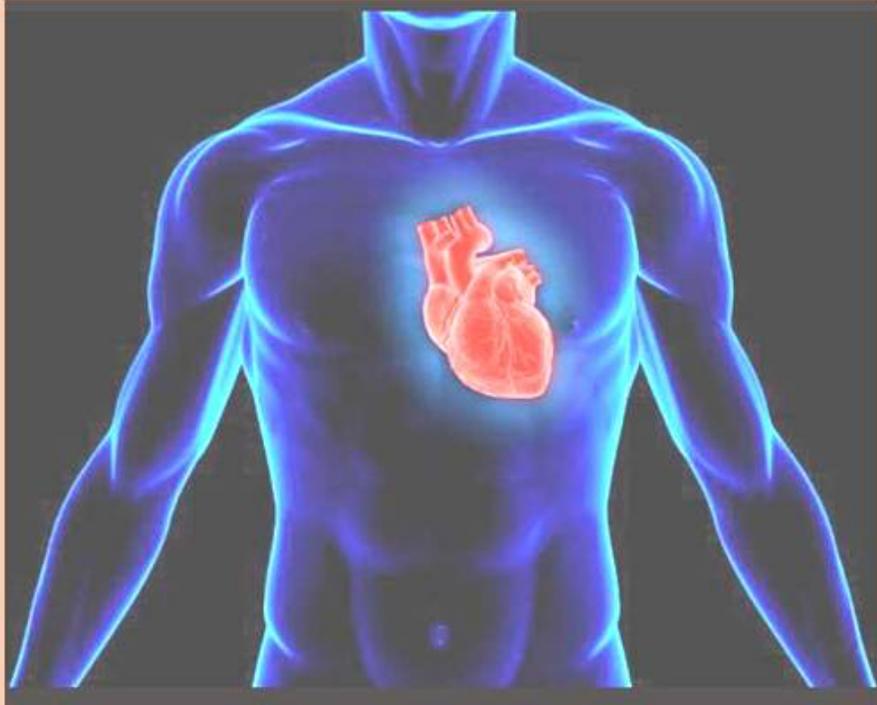
**Если сердце остановится — человек погибает.**

Сердце человека - это мышечный насос, разделенный на 4 камеры.

Две верхние камеры называются предсердия, а две нижние - желудочки.

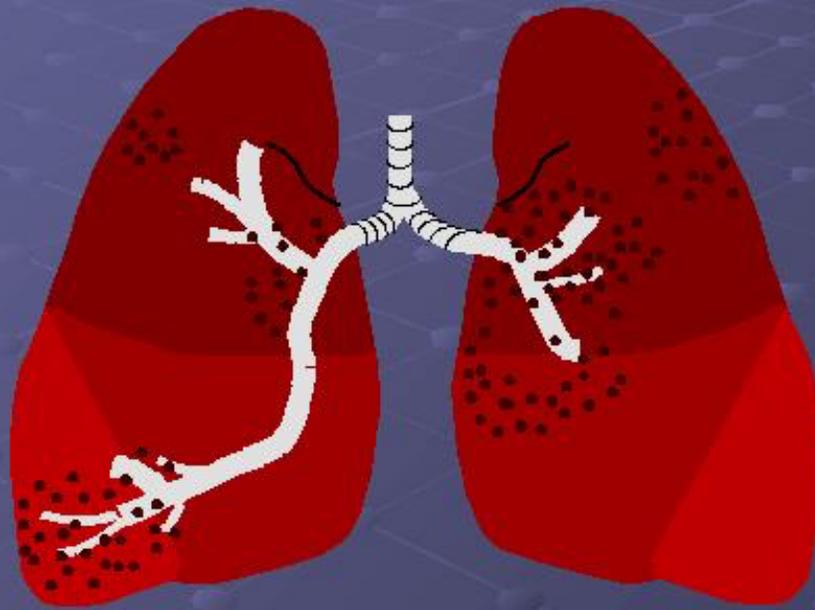
Эти два типа камер сердца выполняют разные функции: предсердия собирают кровь, поступающую в сердце, и проталкивают ее в желудочки, а желудочки выталкивают кровь из сердца в артерии, по которым она попадает во все части тела.





Сердце работает постоянно, даже когда человек спит. Находится сердце в центре груди, почти посередине. Сложите руку в кулак и приложите к центру груди, чуть левее. Вот примерно такого размера ваше сердце. А теперь сжимайте и слегка разжимайте кулак — так работает сердце. А вы слышите стук сердца? Сердце нужно беречь. Но это не значит, что нужно все время лежать и ничего не делать. Сердце нужно тренировать, заниматься физкультурой. Когда бегаешь, сердце быстрее работает. Стучит и качает кровь.

# ЛЁГКИЕ

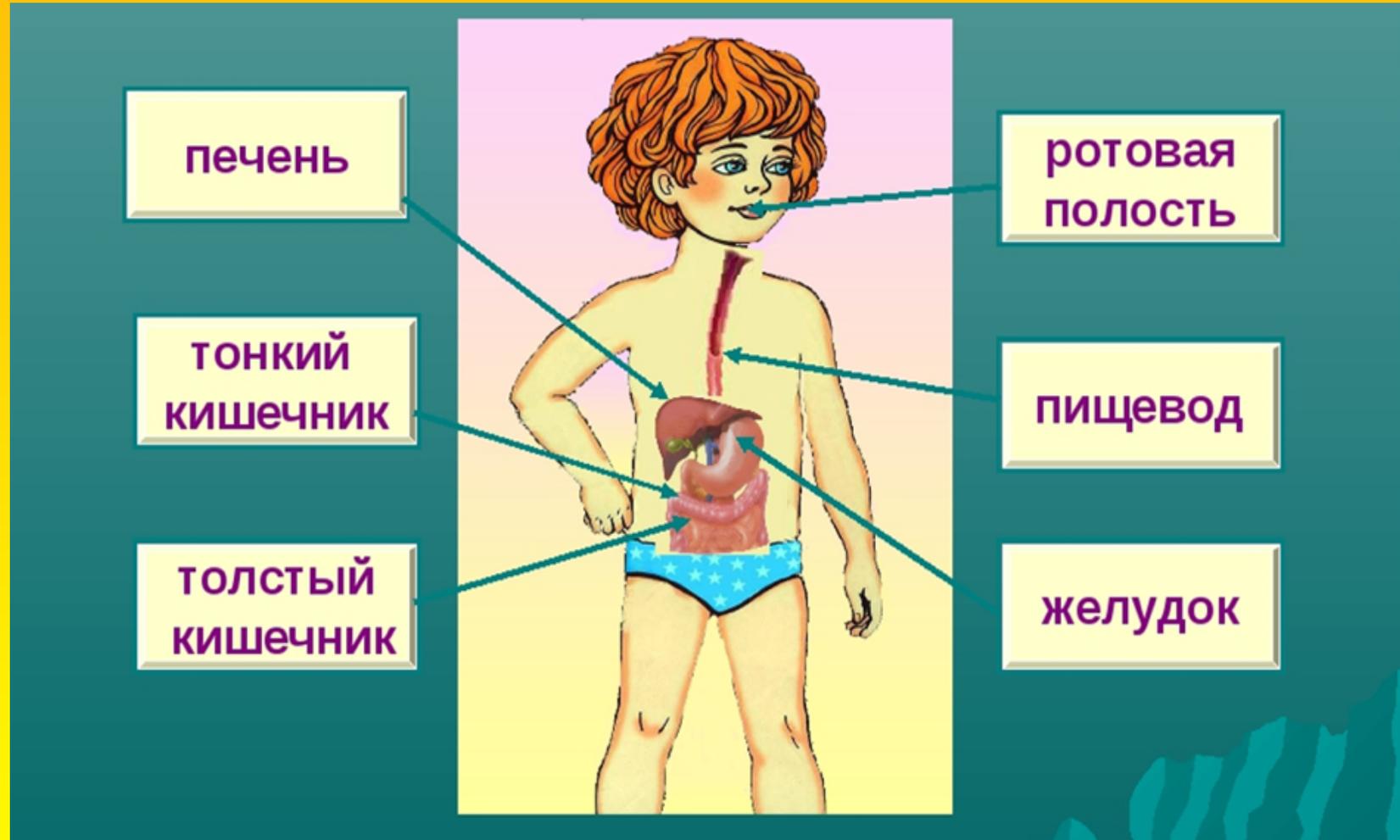


- Человеку все время нужно вдыхать и выдыхать воздух. В этом помогают нам **легкие**. Они похожи на 2 розовые губки, сжимаются при вдохе и расширяются при выдохе. **Без воздуха человек может прожить совсем недолго.**



Лёгкие нужны человеку, чтобы дышать и питать кровь нужным воздухом. Воздух не виден, но жить без него нельзя. Положите руки на грудь и сделайте глубокий вдох. Вы почувствовали, как руки приподнялись вместе с наполнившимися воздухом легкими. Теперь выдохните воздух. Руки опустились. - Мы не всегда дышим одинаково. Когда бегаем, дышим чаще и глубже, а когда мы спокойны или спим, дыхание у нас ровное и спокойное.

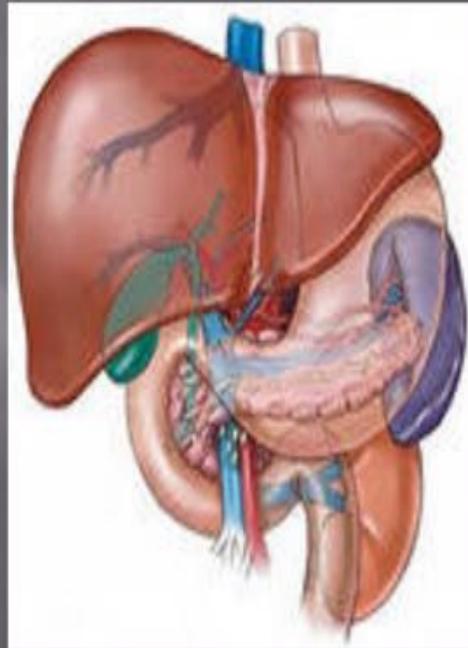
# СИСТЕМА ПИЩЕВАРЕНИЯ



# ПЕЧЕНЬ

Печень –  
один из самых крупных  
внутренних органов  
нашего тела.

Печень играет главную  
роль в переработке  
питательных  
веществ.



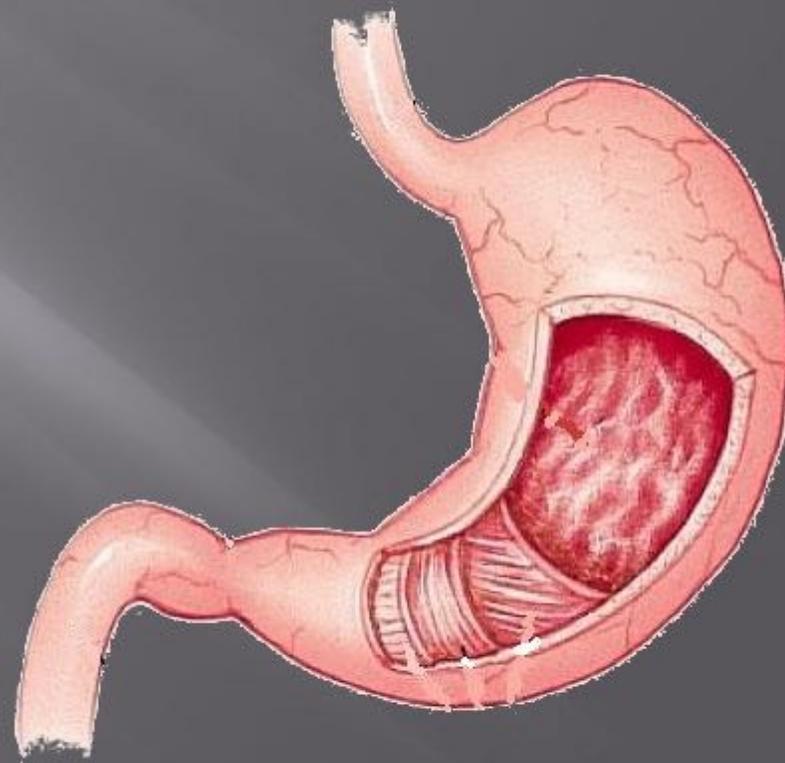
Печень, кроме мозга, самый  
тяжелый орган. Печень и  
должна быть такой большой,  
чтобы выполнять свою работу, в  
ней вся пища подвергается  
обработке. Кроме того, печень  
очищает пищу от ядов.

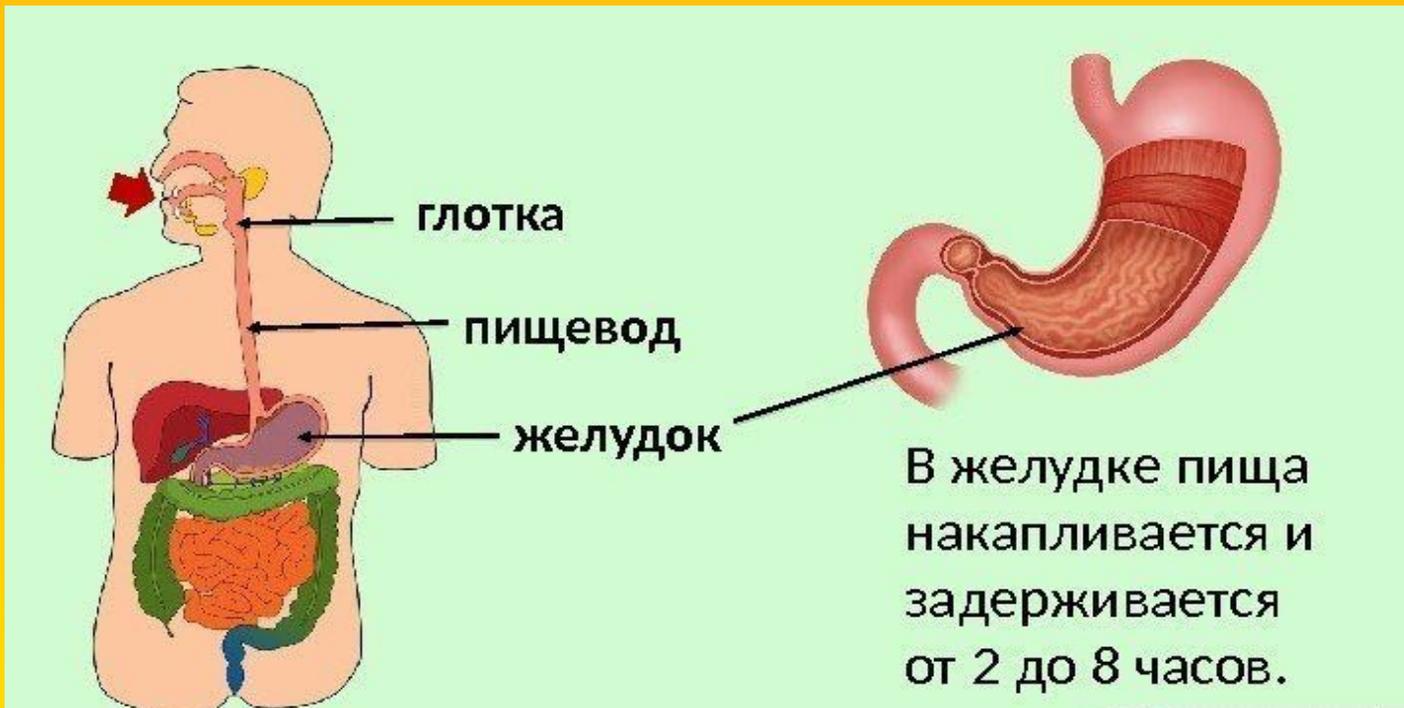
# ЖЕЛУДОК

**Желудок нам  
необходим для  
переваривания  
пищи.**

**Он похож на мешочек.**

**В нем пища  
переваривается, а  
питательные  
вещества из нее  
попадают в кровь.**





Желудок, как кастрюля внутри нас — туда попадает вся пища, а желудок ее переваривает. С полезной, здоровой пищей желудок справляется легко, а от вредной пищи желудок страдает и даже заболевает. Очень не любит желудок, когда мы едим очень жирную, острую, солёную пищу, наедаемся сверх меры . Желудок не успевает справиться с большим количеством еды, и у нас начинает болеть живот.

# КИШЕЧНИК



Из желудка пища отправляется в длинное путешествие по извилистому кишечнику. Он тянется почти на 8 метров.

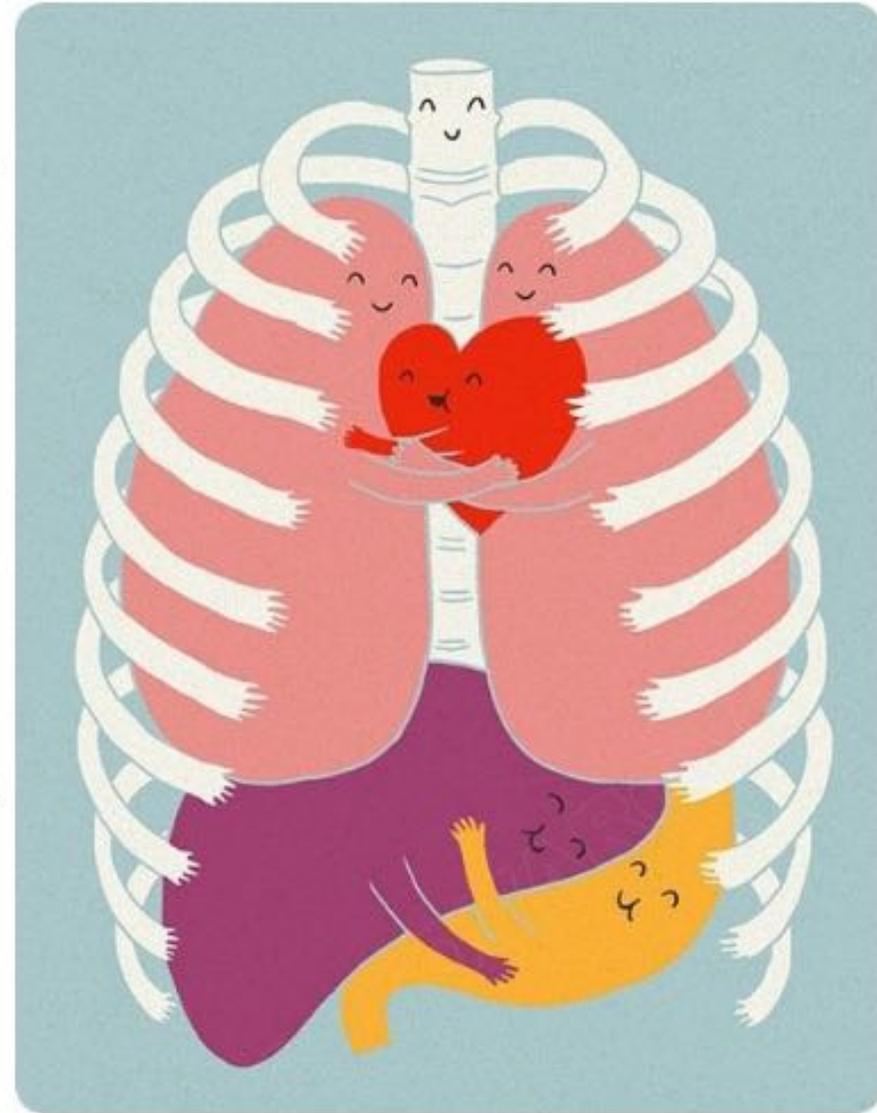
Только после того как пища пройдёт этот путь, она превратится в прозрачные растворы, которые может впитать в себя кровь и разнести по всему организму.

Остатки пищи выходят из кишечника, когда вы ходите в туалет. Это как конфета – «фантик» выбрасываешь, а конфету ешь, так же поступает и ваш организм, поэтому освобождать его от «фантиков» нужно сразу, как только он об этом напомнит.

Каждый человек должен знать как устроен и работает организм человека. Это необходимо для сохранения и укрепления здоровья человека.

Каждый внутренний орган одинаково значим в жизни для каждого человека.

Чтобы сохранить внутренние органы, надо вести здоровый образ жизни.



**Спасибо за внимание!**

