

Φυσικά Δημοτικού ΕΡΕΥΝΩ ΚΑΙ ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΩ

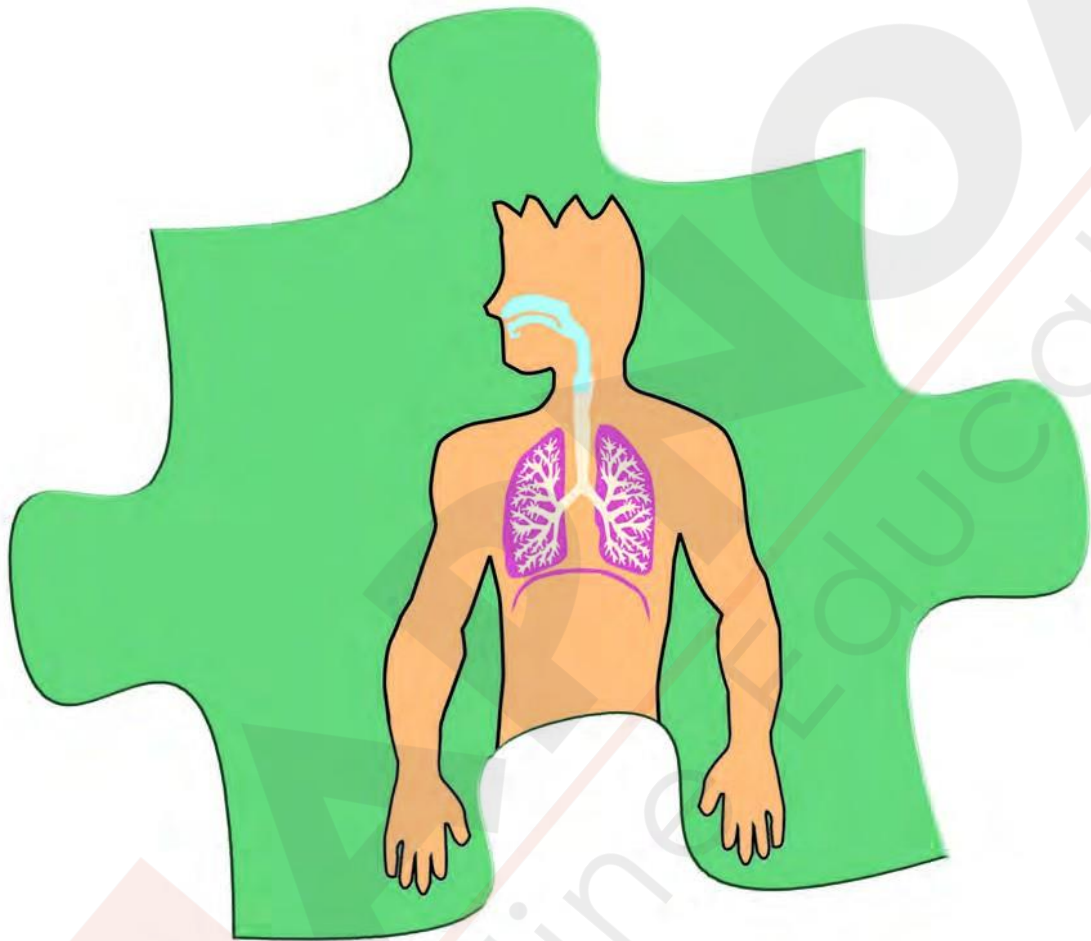


Τετράδιο Εργασιών

«Φυσικά» ΣΤ΄ Δημοτικού
Ερευνώ και Ανακαλύπτω



ΔΑΡΜΛΝΟΚΣ
Online Education



ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

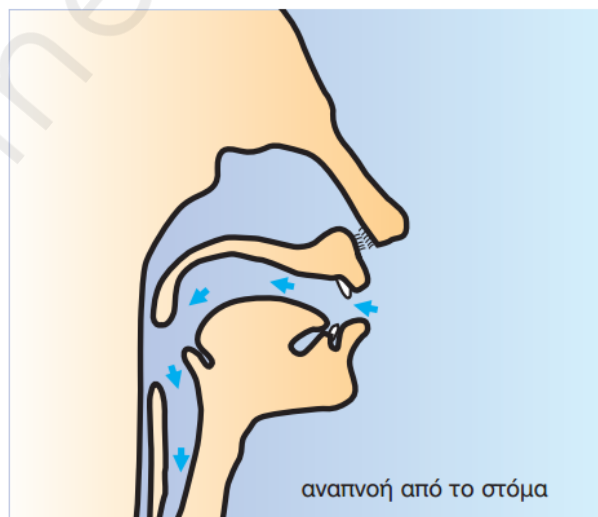
ΦΕ2: ΑΝΑΠΝΟΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ



Παρατήρησε τις εικόνες. Ποιο πρόβλημα αντιμετωπίζουν τα παιδιά;

Τα παιδιά δεν αναπνέουν καθαρό αέρα, είτε λόγω των καυσαερίων των αυτοκινήτων, είτε λόγω του καπνού του τσιγάρου.

Το οξυγόνο είναι πολύτιμο για τη ζωή. Με την αναπνοή ο οργανισμός μας εφοδιάζεται με το απαραίτητο οξυγόνο. Μαζί με τον αέρα όμως εισπνέουμε και μικρόβια, σκόνη και άλλα βλαβερά σωματίδια. Σύγκρινε τις παρακάτω εικόνες. Τι είναι πιο υγιεινό, να αναπνέουμε από τη μύτη ή από το στόμα;



Είναι πιο υγιεινό να αναπνέουμε από τη μύτη, γιατί στη ρινική κοιλότητα υπάρχουν μικρές και λεπτές τρίχες που εμποδίζουν τα μικρόβια και τη σκόνη να εισέλθει στον οργανισμό μας. Επίσης, ο αέρας που εισέρχεται από τη μύτη, υγραίνεται και θερμαίνεται πριν μπει στον οργανισμό μας.

Συζήτησε με τους συμμαθητές και τις συμμαθήτριές σου για τις συνήθειες που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του αναπνευστικού συστήματος. Ποιες από τις εικόνες παρουσιάζουν υγιεινές και ποιες βλαβερές συνήθειες;



Είναι βλαβερό να εισπνέουμε καυσαέρια.



Είναι υγιεινό να κάνουμε περιπάτους στη φύση και να γεμίζουν οι πνεύμονές μας οξυγόνο.



Είναι βλαβερό να είμαστε παθητικοί καπνιστές και να εισπνέουμε τον καπνό του τσιγάρου.



Είναι υγιεινό να αερίζουμε τακτικά τους χώρους μας και να ανανεώνεται ο αέρας που αναπνέουμε.



Είναι βλαβερό το κάπνισμα και η εισπνοή τοξικών και βλαβερών για τον οργανισμό μας ουσιών.



Είναι βλαβερό να ζούμε σε ένα μέρος με έντονη ατμοσφαιρική ρύπανση.

Συμπέρασμα

Το να αερίζουμε τακτικά τους εσωτερικούς χώρους και να κάνουμε τακτικά βόλτες στην εξοχή, όπου έχει πολύ καθαρό αέρα, είναι συνήθειες που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του αναπνευστικού συστήματος. Ενώ πρέπει να αποφεύγουμε τον καπνό του τσιγάρου.



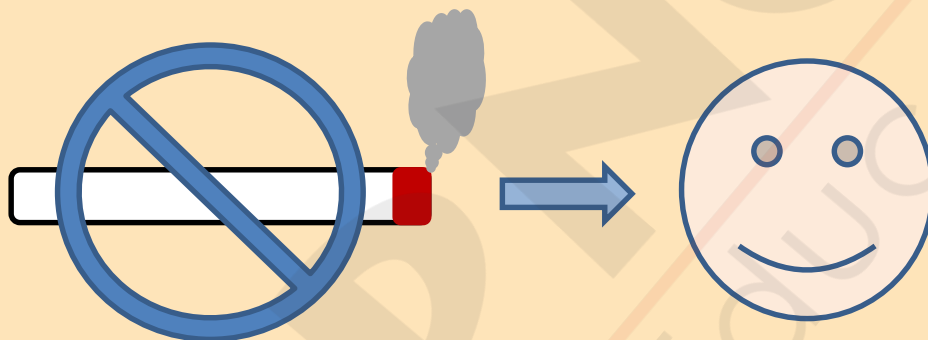
Συμπλήρωσε το συμπέρασμα σημειώνοντας τις συνήθειες που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του αναπνευστικού συστήματος



ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

1. Σχεδιάσε μια αφίσα για τον αντικαπνιστικό αγώνα.

Δώσε το μήνυμα του πόσο κακό κάνει να καπνίζουμε και να εισπνέουμε τον καπνό του τσιγάρου!
Για παράδειγμα:



2. Ποιες συνήθειές μας συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του αναπνευστικού συστήματος

Συνήθειες που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του αναπνευστικού μας συστήματος είναι: να αναπνέουμε από τη μύτη, να αερίζουμε τακτικά τους χώρους μας και να κάνουμε περιπάτους στη φύση. Όμως, δεν είναι καλό να βρισκόμαστε σε χώρους όπου οι άλλοι καπνίζουν.



