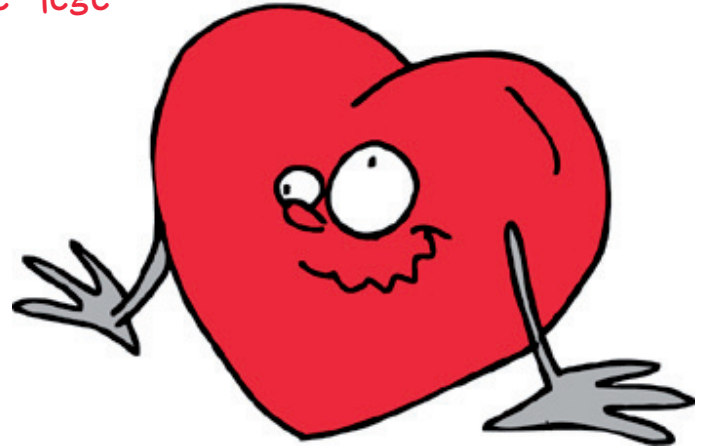


Hart en longen

Twee, die altijd werken

Vul de onderstaande woorden op de lege plaatsen in de tekst in:



Ons hart slaat dag en nacht. Zijn taak is het, ons lichaam van zuurstof te voorzien. Bij inspanning of hoge koorts moet het hart sneller kloppen. Bij elke slag trekt het hart samen en pompt zuurstofrijk bloed door de slagaders in ons lichaam.

Via andere aders (of vene), stroomt het bloed terug naar het hart. Dit bloed is zuurstofarm, bevat echter koolstofdioxide. In de longen verzamelt zich de ingeademde lucht.

De longen geven het zuurstof uit de ingeademde lucht af en nemen koolstofdioxide in de adem op. Het zuurstofrijke bloed stroomt naar het hart. Het koolstofdioxide ademen we uit.

Hoe vaak klopt je hart in een minuut? _____

Maak 10 kniebuigingen, hoe vaak klopt je hart nu? _____

Hoeveel keer haal je adem in een minuut? _____

Maak 10 kniebuigingen. Hoeveel keer haal je nu adem in een minuut? _____

Wat kan het hart beschadigen? Alcohol, bovenmatige inspanning, ...

Welke kansschadelijk zijn voordel longen? Nicotine, uitlaatgassen, stof, ...