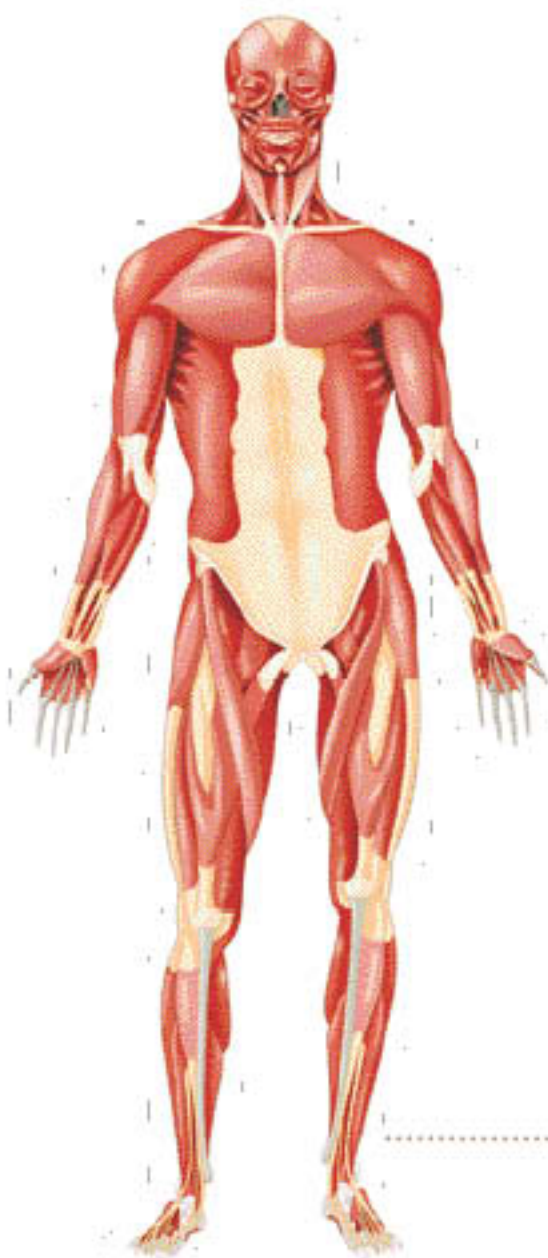
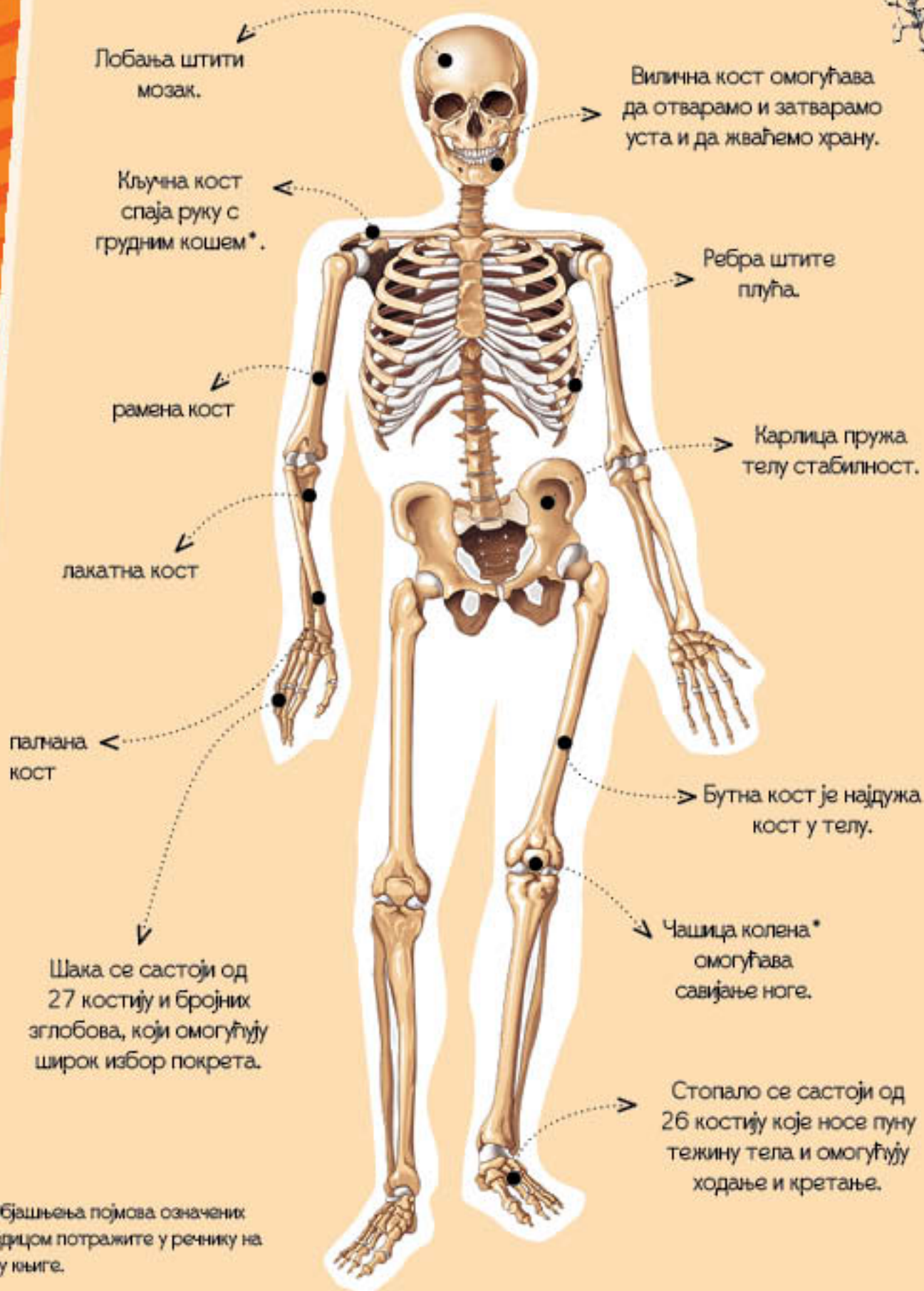


Мој атлас ЉУДСКОГ ТЕЛА



Скелет	2
Мишићи	4
Кардиоваскуларни систем	6
Срце	8
Респираторни систем	10
Дигестивни систем	12
Мозак	14
Нервни систем	16
Имуносистем	18
Репродуктивни систем	20
Рођење и раст	22
Речник	24

Скелет



* Објашњења појмова означених звездицом потражите у речнику на крају књиге.

Људски скелет састоји се од 206 костију. Он обликује и штити људско тело. Зглобови држе кости. Они су покретни и омогућају мишићима да покрећу наше тело.

Кости расту!

Када се родимо, кости се углавном састоје од хрскавице*. Она се налази на крају сваке кости, стврдњава се и полако претвара у кост.

Тако се кост издужује, односно расте. Између 18. и 20. године престајемо да растемо јер дотад окошта већи део наше хрскавице.



Кичма



Кичма (или кичмени стуб) представља централну осу тела. Она штити кичмену мождину, која има кључну улогу у нервном систему, и омогућава да окрећемо главу. Добро чувајте кичму! Избегавајте да носите тешке школске торбе.

Како изгледа унутрашњост кости?

Иако су кости веома чврсте, већина костију је изнутра углавном шупља. Међутим, у некима од њих налази се мноштво малих шупљина као на сунђеру.



Сломљена кост!

Мада су веома чврсте, кости се приликом јаких удара могу сломити. То баш боли! Ако лекар сломљену кост брзо имобилише (учврсти да се не би померала) гипсом, она ће расти, залечити се и поново бити као нова! Да ли сте знали да сломљене кости код деце зацељују много брже него код одраслих?



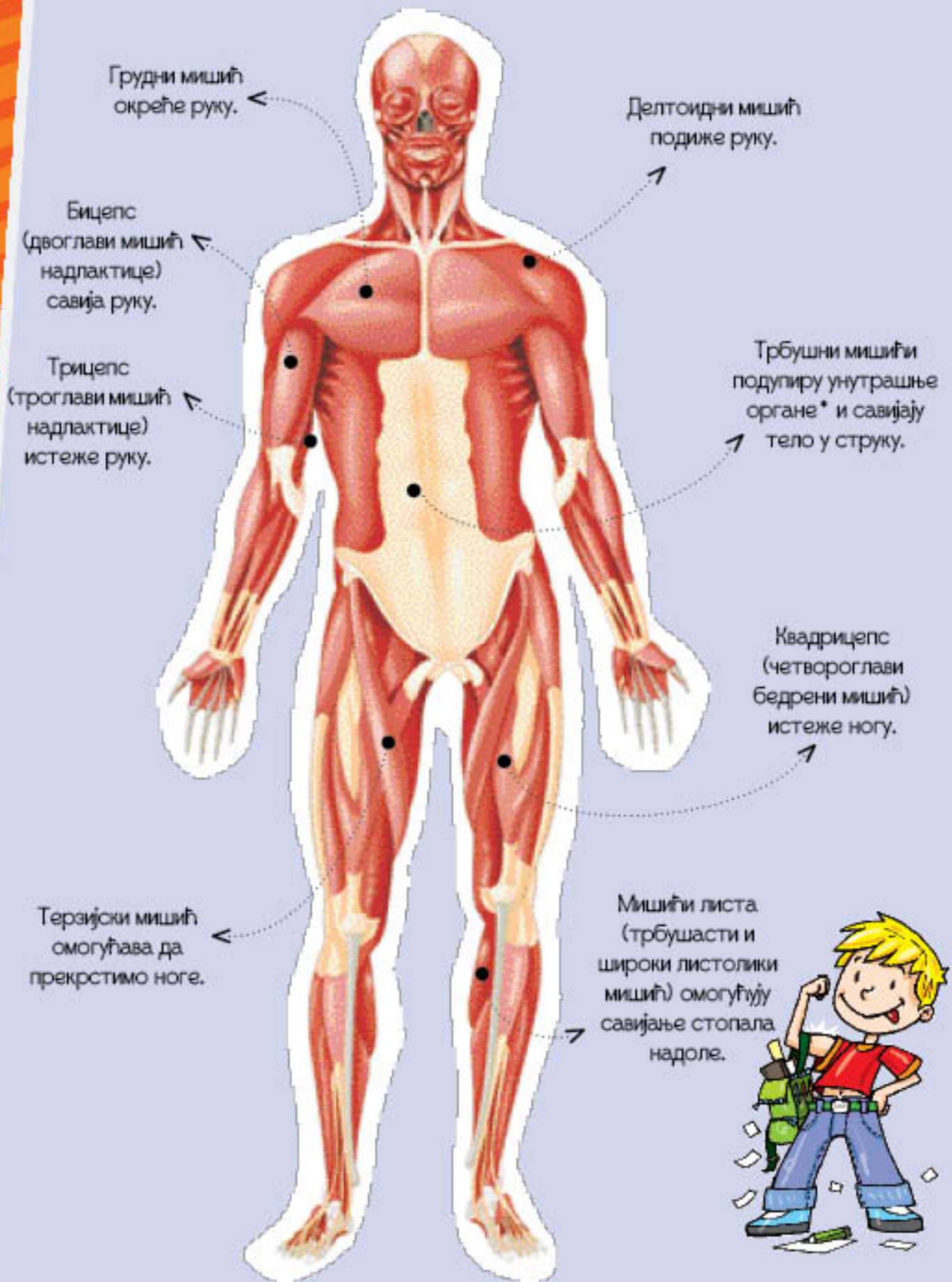
С обзиром да су кости унутар тела, морамо их снимити рендгеном да бисмо открили да ли је кост сломљена. Рендгенски снимак је фотографија кости.



Гипкост

Да ли сте знали да су деца гипкија од одраслих јер имају више хрскавице?

Мишићи



Кад скупите шаку у песницу, видећете како вам се у руци померају мишићи! У људском телу има више од 600 мишића, од којих већина обавија кости.

Ваши мишићи чине половину ваше тежине! Када се скупе, изазивају покрет у телу и омогућују, на пример, ходање, скакање или трчање.



Јао!
Грч!

Ако почнете да играте неки спорт без прописног загревања, можете добити грчеве. То се дешава када се један од мишића згрчи – а то баш боли! Да бисте опустили мишић, морате нежно да га истезете.

Тимски рад

Многи мишићи раде у паровима, изводећи супротне покрете: кад се један згрчи, други се опусте. То се дешава када савијете подлактицу.



Како се смешимо?

Више од 40 мишића спојено је директно с кожом лица (не са костима). Када се они покрећу, мењају израз лица и помажу нам да покажемо радост, тугу, страх, љутњу и тако даље. Они нам још омогућују и да причамо, једемо и смејемо се!



Користимо 12 различитих мишића да покажемо да смо љути.



Када се смејемо, активирамо 32 мишића.



Да бисмо направили гримасу, морамо да покренемо укупно 20 мишића.