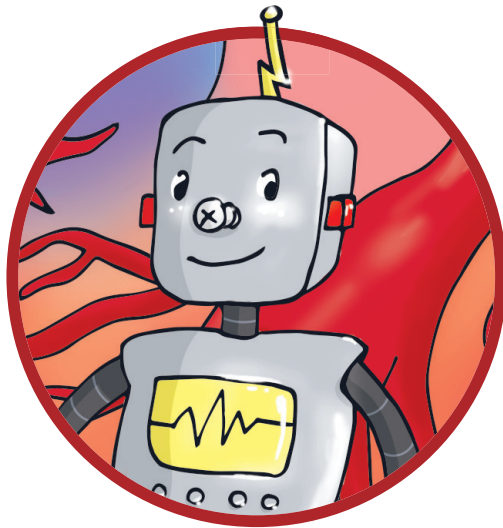




Je lichaam

Christina Braun

Vertaald door Annemarie Bon



bontekoe

Hoi!

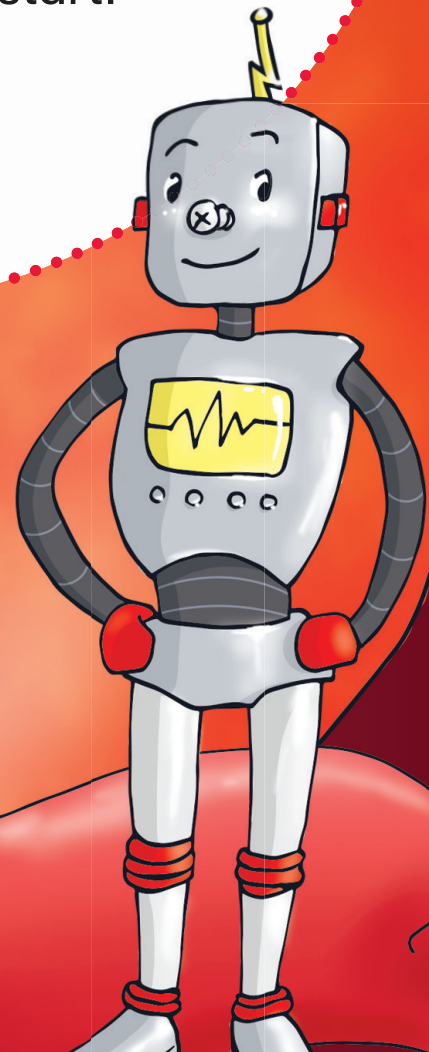
Ik ben Roxy, de robot.

Ik lijk wel een beetje op jou.

Ik heb een hoofd, armen en benen,
net als jij. Maar ik kan ook dingen die jij niet
kunt, zoals heel moeilijke sommen oplossen.
Maar dat is niks vergeleken bij jouw lichaam.

Dat kan ademen, voedsel verteren,
groeien en nog veel meer! Wil je meer
over je lichaam weten?

Dan gaan we nu van start!



Inhoud

Wat je lichaam allemaal kan	4
Mini-quiz	33
Met al je zintuigen	34
Mini-quiz	49
De bouwstenen van je lichaam	50
Hé Roxy, vertel eens ...	58
Maxi-quiz	60





Hoofdstuk 1

Wat
je lichaam
allemaal kan

Een klein wonder

Jouw lichaam is uniek.

Je ademt, rent, slaapt en lacht – zonder erover te hoeven nadenken.

Je lichaam stuurt en controleert veel processen helemaal zelf.



Bij iedere beweging zijn je spieren aan het werk.

Of je nu leert lezen of schrijven, een instrument bespeelt of een nieuwe sport uitprobeert: je lichaam leert ook.

Het onthoudt de bewegingen en muzieknoten.



Teamwerk in je lichaam

Onder het rennen adem je sneller, omdat je lichaam dan meer zuurstof nodig heeft. Daarna zweet je om weer af te koelen. Na het sporten moeten je spieren herstellen en hebben ze meer voedingsstoffen nodig. Verschillende systemen in je lichaam regelen dit allemaal. Zo heb je de ademhaling en de bloedsomloop. Die zijn op elkaar afgestemd om je gezond te houden.

Een fijnmazig netwerk

Je lichaam bestaat uit veel cellen.

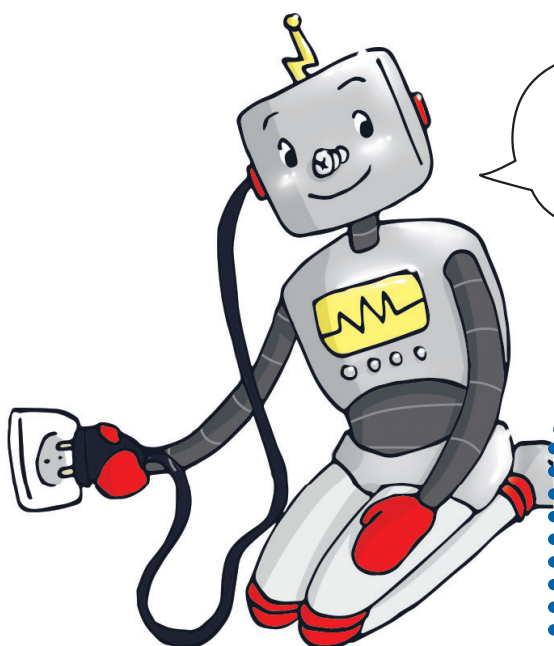
Om goed te kunnen werken, moeten die cellen worden gevoed.

Dat gaat via een handig transportsysteem: je bloed.

Het stroomt door een fijnmazig netwerk van aderen door je hele lichaam – tot in de kleinste hoekjes.

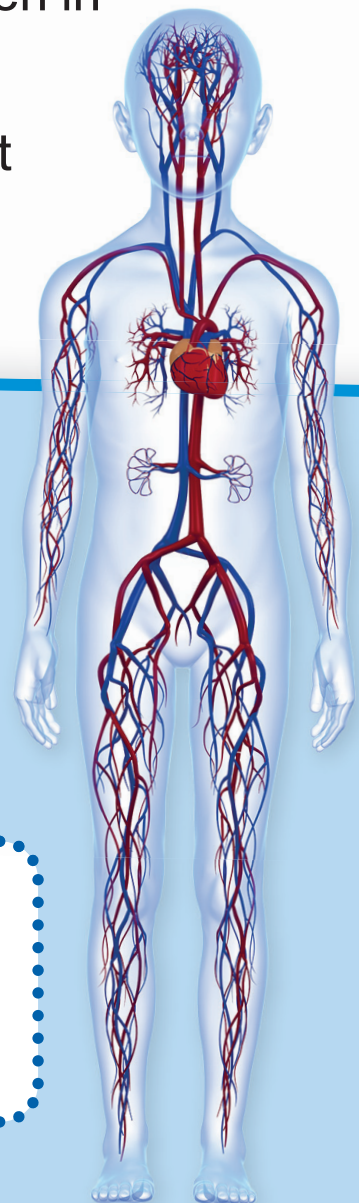
Zo komen zuurstof en voedingsstoffen in elke cel terecht.

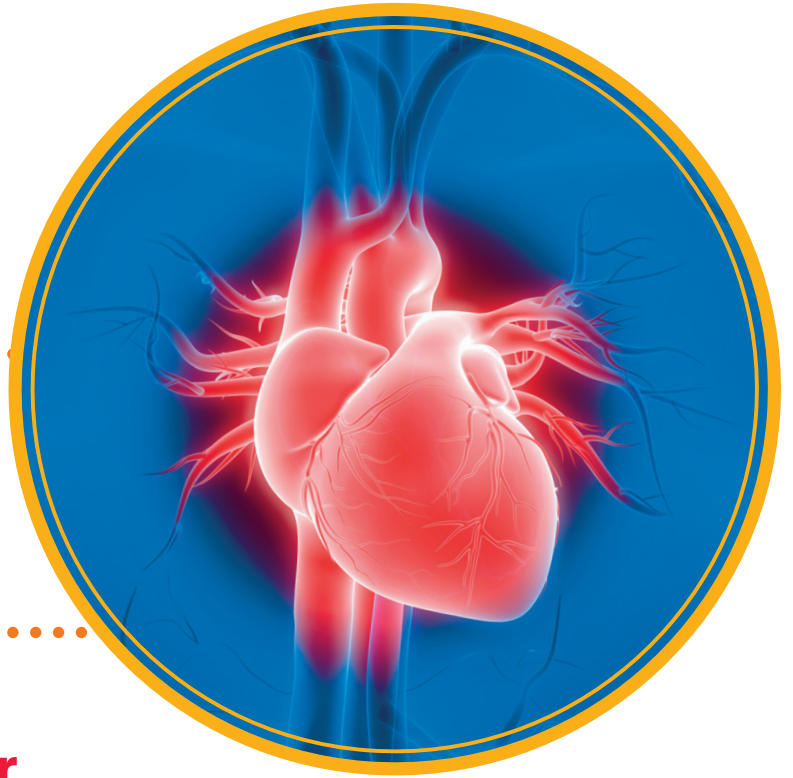
Het bloed neemt ook afvalstoffen uit de cellen op en voert deze af.



Door mijn aderen
stroomt geen
bloed, maar
stroom!

Het bloed stroomt
door je aderen
naar elke cel van
je lichaam.





Je hart is een
krachtige spier.
Het klopt dag en nacht
onvermoeibaar door.

Een sterke motor

Bloed moet altijd in beweging blijven.

Daar zorgt een sterke pomp voor: het hart.

Dat ligt goed beschermd in je borst.

Het hart is een krachtige spier.

Het pompt de hele dag bloed door je aderen.

Daarvoor trekt het eerst samen en ontspant
daarna – en zo steeds weer.

Wist je dat ...

... het hart van een volwassene ongeveer
100.000 keer per dag klopt?

Het hart van kinderen werkt zelfs nog
wat sneller.