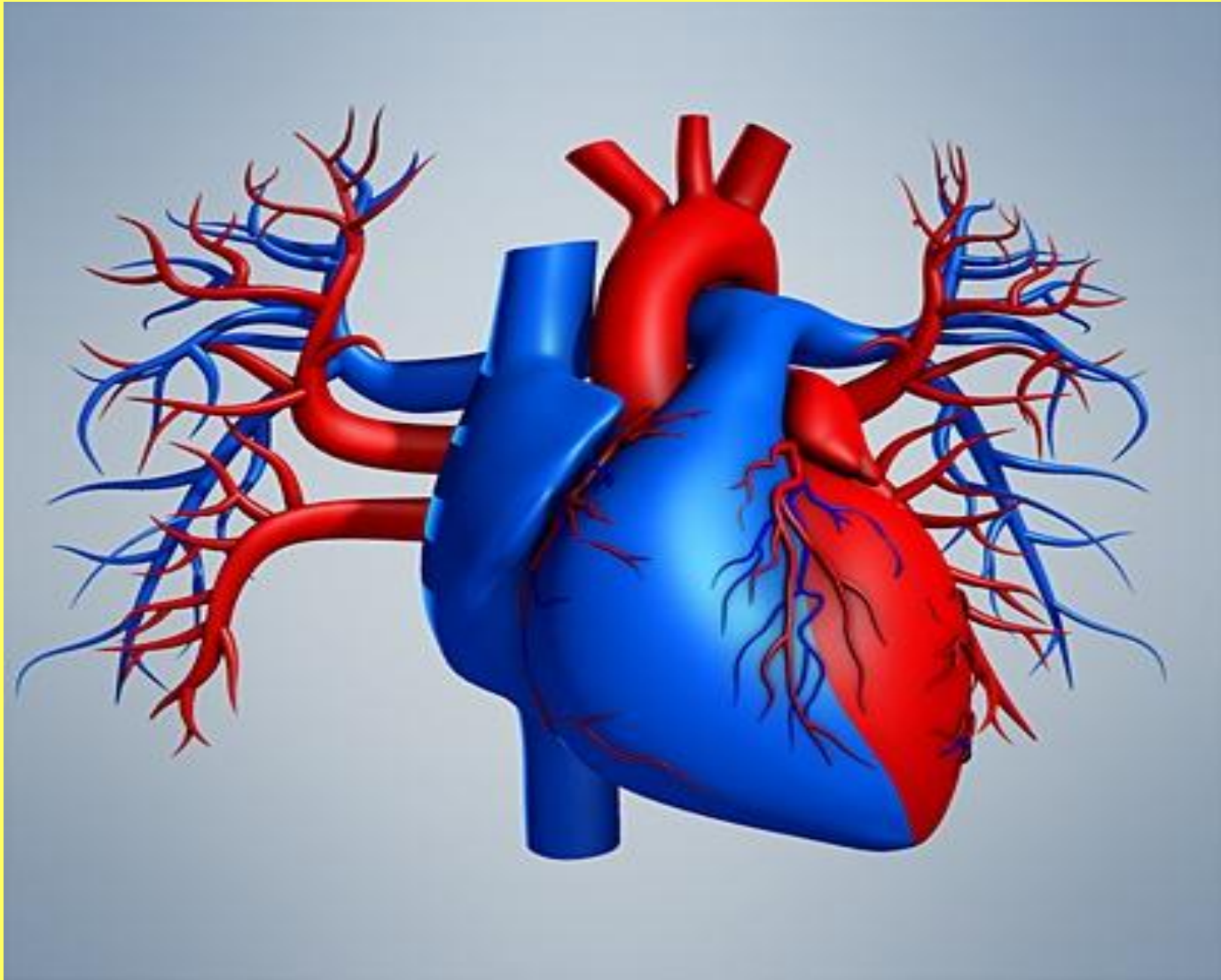


Главный
моторчик
нашего
организма

Сердце человека.



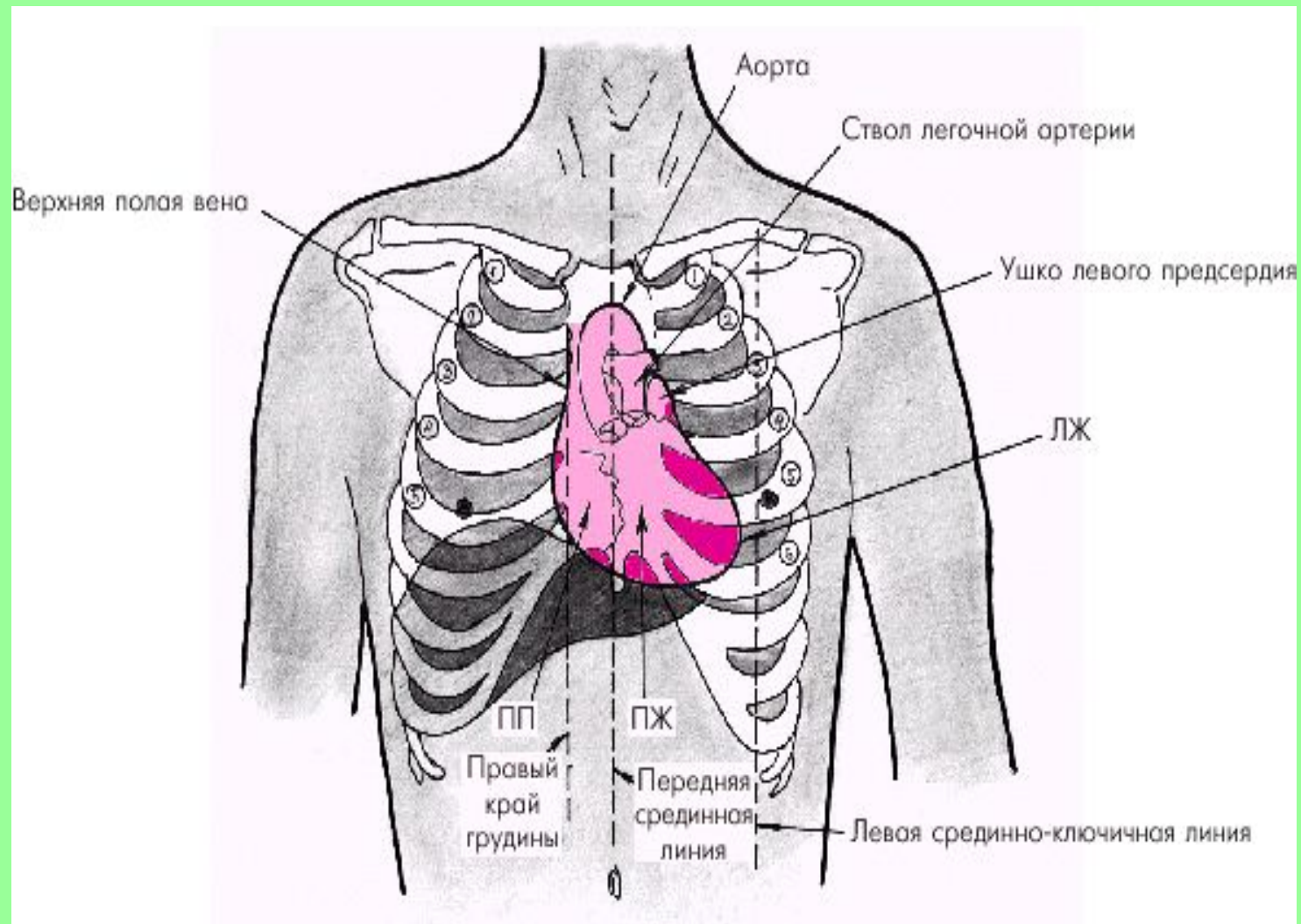
Пульс.



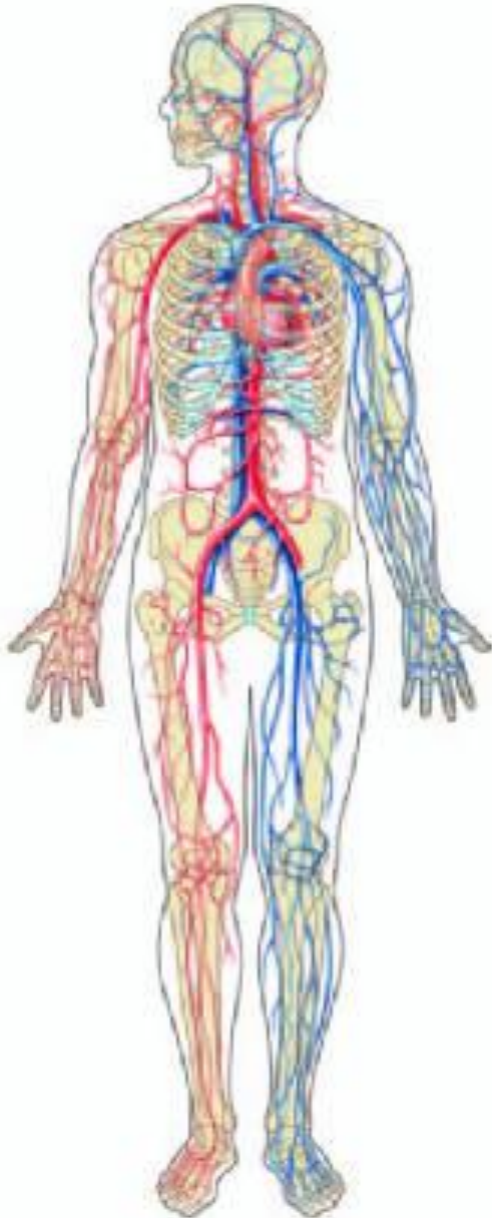
Фонендоскоп.



Нахождение сердца человека.



Человек с кровеносными сосудами.



- Кровь течёт по большим кровеносным сосудам, которые очень похожи на дерево. От сердца кровь попадает в артерии, разносит кислород и питательные вещества по всему телу в каждую клеточку нашего организма.
- Когда кислород израсходован, кровь попадает в вены и возвращается к сердцу, а оттуда к лёгким, чтобы вновь набрать кислород.

Правила здорового сердца.



1. Занимайся физкультурой (утренней гимнастикой, ритмической, пальчиковой)
2. Выполняй дыхательные упражнения
3. Больше двигайся на свежем воздухе
4. Хорошо питайся, ешь фрукты и овощи
5. Заботься о зубах
6. Больше ходи по узкой дорожке с закрытыми глазами
7. Носи удобную одежду
8. Имей доброе сердце и хорошее настроение