

## VÜCUDUMUZUN BÖLÜMLERİ

Vücudumuz, baş, gövde, kollar ve bacaklar olmak üzere üç bölümdür. Başımız, gövdemizin üstünde durur. Gözlerimiz, kulaklarımız, ağız ve burnumuz, başımızın üstündedir.

Bütün vücudumuzu kaplayan derimiz, sıcaklığı, soğukluğu, yumuşaklığı, sertliği, katılığı anlar. Başımızın üstünde duran gözlerimiz dünyamızı görmeğe, kulaklarımız işitmeğe, burnumuz koku almağa, dilimiz tat almağa yarar. Gövdemiz iki bölüdüdür: Karın boşluğu,  
göğüs boşluğu

Göğsümüzün boşluğunda bir saniye bile durmadan çalışan, çarpan kalbimiz vardır. Akciğerlerimiz de göğüs boşluğundadır. Bir tulumaya benzeyen kalbimiz akciğerlerimizin ortasında sola dönük olarak durur. Kalbimiz vücudumuzu kaplayan kanı tıpkı bir tulumaya gibi emerek, basarak her tarafımıza dağıtır.

Akciğerlerimiz temiz havayı alıp, kirli havayı dışarı atarak solunumu, yaşamamızı sağlar.

Karın boşluğunda midemiz, karaciğerimiz, ince, kalın bağırsaklarımız, safra kesemiz vardır.

Çeşitli yiyeceklerle besleniriz. Bu besinleri dişlerimizle iyice çiğneyerek yutulabilecek hale getirdikten sonra dilimizle iterek yemek borusuna yollarız. Oradan da itilen yiyecekler mideye iner. Midenin içinde yiyeceklerimizi eritici sular vardır. Bu sularla iyice eriyen yiyecekler ince bağırsaklara geçerler. Yağlı besinlerin yağları ince bağırsaklarda erir, sindirim işi böylece tamamlanır.

İnce bağırsaklarımızın içinde kıl gibi ince kan damarları vardır. Bu damarlar sindirilmiş besinleri emerek kana karıştırırlar. Emilemeyenler posa olarak kalın bağırsaklara geçer, oradan da dışarı atılır. Kana karışan besinlerle besleniriz, sağlığımızı koruruz. Sinirlerimize gelince:

Kan damarları gibi vücudumuzu kaplayan sinirlerimiz olmasaydı göremez, işitemez, duyamaz, tadamaz, dokunamazdık. İç ve dış organlarımız çalışmazdı, yaşayamazdık.

### Aşağıdaki soruları cevaplayın

1. Vücudumuz kaç bölümdür? Bu kısımları yazın.
2. Gövdemizdeki boşluklarda hangi organlarımız var? Ne işe yararlar? Bunlardan kalbimiz ne işe yarar?
3. Akciğerlerimiz olmasaydı yaşayabilir miydik?
4. Yediğimiz yemekler nasıl sindiriliyor, beslenme nasıl oluyor?
5. Hasta olmamak, sağlığımızı korumak için nelere dikkat edeceğiz?
6. Sakatlık nedir? Sakat insanların yaşayışlarındaki güçlükleri düşünelim, onlara yardımcı olalım.
7. Şimdiye kadar hiç hasta oldunuz mu? Hangi organlarınız sizi rahatsız etti. Karnınız, başınız, dişiniz ağrıdı mı? Kış hastalıklarından hangilerini geçirdiniz, neler hissettiniz?

## VÜCUDUMUZ

Vücudumuz bir \_\_\_\_\_ benzer. Ona iyi bakmak, temiz tutmak \_\_\_\_\_.

Vücudumuzun önemli organlarından birisi de \_\_\_\_\_.

Göğüs \_\_\_\_\_ içinde karşılıklı iki \_\_\_\_\_ vardır. Biz soluk alıp, soluk verdikçe bunlar \_\_\_\_\_ gibi şişer, iner. Soluk \_\_\_\_\_ dışardaki temiz havayı \_\_\_\_\_ alırız. Soluk \_\_\_\_\_ kirli havayı \_\_\_\_\_ atarız. İçimize taze ve temiz \_\_\_\_\_ almak için açık yerlere gitmeliyiz. Kapalı kalmış, havası \_\_\_\_\_ yerlerde soluk aldıkça kirli hava bizi \_\_\_\_\_ başlar. Başımızın \_\_\_\_\_ hissetmekle bunu anlarız.

Oturduğumuz, yattığımız odaların \_\_\_\_\_ ve kapılarını sık sık \_\_\_\_\_ buraları havalandırmalıyız.

Temiz hava \_\_\_\_\_ yemek, içmek kadar lâzımdır. Ciğerlerimizin sağlığına da \_\_\_\_\_ vermeli, senede hiç olmazsa bir defa \_\_\_\_\_ doktora \_\_\_\_\_.

zehirlemeğe  
açarak  
kafesimizin  
ağrıdığıni  
kendimizi  
gerekir  
hava  
kirlenmiş  
ciğerlerimizdir  
pencere  
verirken  
içimize  
dışarıya  
göstermeliyiz  
makineye  
akciğerimiz  
körüük  
alırken  
herkese