

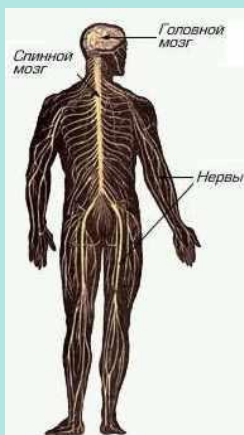
Нервова система. Органи чуття



***Міцна нервова система
запорука здоров'я
всього організму***

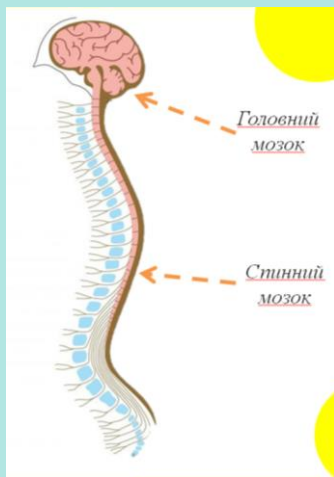
Коли ви йдете, то можете розмахувати руками, крутити головою, їсти тістечко, співати. І в цей час ви все бачите попереду себе, чуєте спів пташок, розмову людей. Завдяки чому це все відбувається, чому так злагоджено працюють усі частини вашого тіла? Цією роботою керує нервова система: головний і спинний мозок, нерви.

Розгляньте малюнок "Мозок і нерви".



Розгляньте з яких органів складається нервова система. Це головний мозок, спинний мозок, нерви.

Головний мозок захищений у черепній коробці, яка його надійно оберігає. Головний мозок керує роботою всього організму людини. Він несе відповідальність за думки і почуття.



Від головного мозку відходить спинний мозок. Він схожий на білий шнур завдовжки 40-45 см. и товщиною в палець. Спинний мозок знаходиться у хребті і відповідає за роботу внутрішніх органів.

Від спинного мозку відходять нерви. Вони схожі на білі блискучі нитки що пронизують майже всі органи людини.

Нервова тканина складається з нейронів це такі клітини з відростками: довгими і короткими. У тілі людини більше 100 млрд. нейронів.



Нерви сприймають подразнення: холод тепло біль – і передають їх через спинний мозок у головний штаб. Інші нерви, навпаки, від головного мозку посилають сигнали до окремих органів тіла – і вони виконують ту чи іншу дію.

А завдяки чому головний мозок відчуває подразнення? Завдяки органам чуття. Органи чуття дають організму інформацію про навколишній світ. Які органи чуття має людина ми дізнаємось, відгадавши загадки.

Сидить в ротіку моїм
І чекає, що я з'їм.
Це солоне, це гірке,
Це солодке, це смачне (Язик)



Пахнуть смачно у печі,
Хліб й духмяні калачі,
А грибами пахне ліс
Все це відчуває... (Ніс)



Що пече, що ніжно гріє,
Рука наша розуміє
І який пухнастий котик
Дізнаємось ми на ... (Дотик)



Карі, сірі, голубі,
Ще й підморгують тобі
Бачать вдень, не люблять ночі
Здогадались ви? Це ж ... (Очі)



Дзюркіт рік, джерел, струмочків,
Шелест восени листочків
Ніжну колискову мами
Все це чуємо ... (Вухами)



Нервова система потребує догляду та відпочинку. Щоб нервова система вправно працювала, потрібно споживати різноманітну їжу, ходити на прогулянки, гратися займатися фізичними вправами на свіжому повітрі. Найкращій відпочинок для нервової системи – це сон. Для дітей він повинен тривати не менше 10 годин.

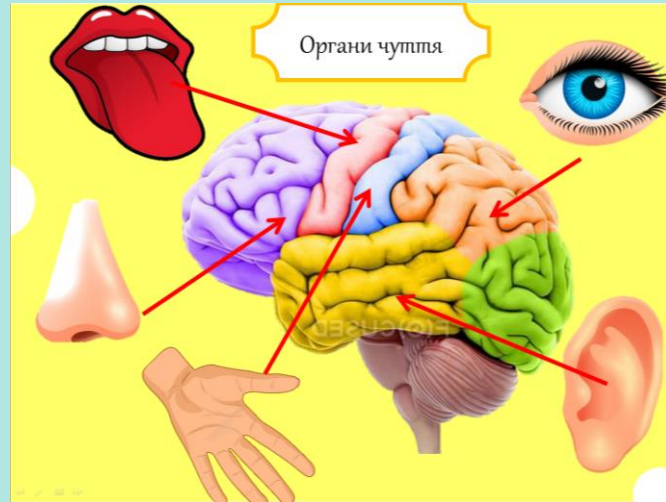
Встановіть які подразнення відчуває кожний орган чуття.



Ми вже знаємо що сигнали від органів чуття поступають у головний мозок. Розглянемо який відділ мозку відповідає за той чи інший орган чуття.

Ніс, дотик (рука), язик – лобна доля головного мозку.

Вухо – скронева доля; око тім'яна доля.



Органи чуття також потрібно берегти і доглядати.

1. Не чистити вуха глибоко всередині щоб не пошкодити слуховий прохід. Не слухати дуже сильні звуки бо можна пошкодити перетинки і оглухнути.
2. Шкіру не слід травмувати – вона може втратити чутливість. За шкірою слід ретельно доглядати: мити, не обморожувати і не опікати, змащувати кремом для пом'якшення.
3. Язик необхідно чистити 2 рази на добу (під час чищення зубів), щоб уникнути розмноження хвороботворних бактерій і утворення інфекції.
4. Найбільшу частину інформації людина отримує через зір (колір, розмір, форму предметів, відстань між ними). Очі працюють найбільше за всі органи чуття, тому їх треба ретельно доглядати: не дивитись телевизор. Не користуватись комп'ютером довше 15-20 хвилин; промивати очі чистою водою; слідкувати за правильним освітленням під час читання і письма. Щоб був гарний зір їжте моркву, яйця пийте молоко
5. Аромати квітів і парфумів приносять радість і задоволення. Запах їжі збуджує апетит. Запах диму, газу, бензину попереджає про небезпеку. Щоб ніс виконував свою роботу добре, потрібно берегти себе від застуди.