

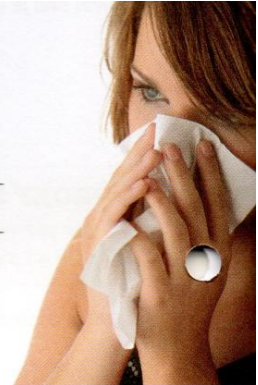
2 Hatsjie!

In je neus zijn er slijmvliezen met haartjes. Wat is hun nut?

- de binnenkomende lucht verwarmen
- de stofdeeltjes tegenhouden

3 De werking van onze longen

Heb je goed gelezen? Vul deze tekst aan met sleutelwoorden uit je bronnenboek. Zet de getallen op de juiste plaats bij de tekening.



Ons ademhalingsstelsel haalt zuurstof uit de lucht.

De lucht stroomt langs onze neus (1) of

mond (2) ons lichaam binnen. De binnenzijde van onze neus is bedekt met slijmvliezen waarop kleine haartjes staan.

Langs het strottenhoofd (3) stroomt de lucht naar de luchtpijp (4).

Die pijp bestaat uit ringen van kraakbeen, omdat die niet mag worden dichtgedrukt.

Dan vertakt de pijp in twee luchtpijptakken. Die komen uit in de longen (5).

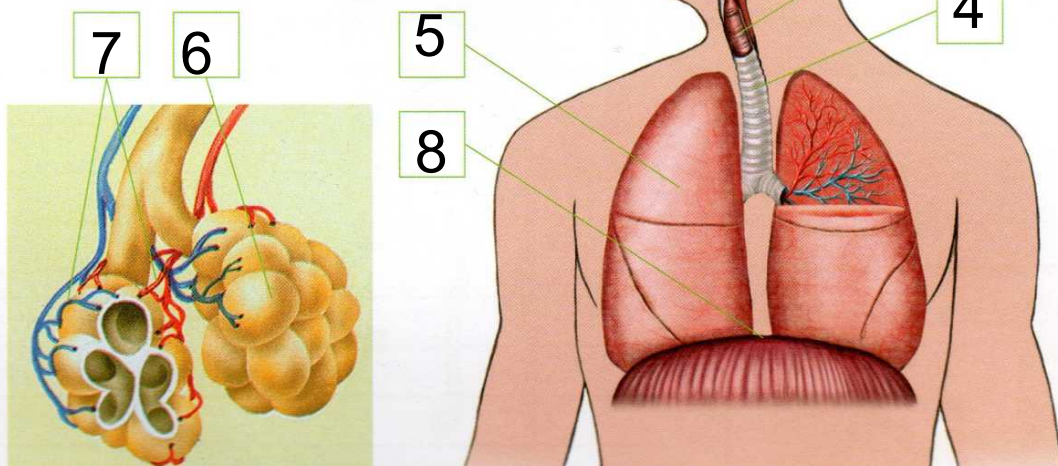
Hun kleur is roze en ze zijn bedekt met miljoenen
longblaasjes (6). Door hun dunne wand

lopen bloedvaatjes (7).

Die nemen zuurstof op in het bloed en geven
koolstofdioxide en water af

om uit te ademen. De longen steunen op het
middenrif (8).

Die spier gaat op en neer bij het ademen.



4 Gezond leven: geef ons zuivere lucht!

We hebben nood aan zuivere lucht, want onze longen zijn van levensbelang!

Noteer hieronder enkele dingen die de lucht verontreinigen en dus niet goed zijn voor je longen.

bv. uitlaatgassen van auto's, fabrieksschoorstenen,
bemesting, pesticiden, sigaretten, ...

Wat kun je zelf doen om te zorgen dat je voldoende frisse lucht inademt?

bv. in het bos, aan zee of in de bergen gaan wandelen,
regelmatig je kamer luchten, sporten in een groene omgeving, ...

Smogalarm! Is nu buiten sporten gezond of niet? Geef je mening en leg uit.

bv. Je gaat nu beter niet buiten sporten. Dan adem je ongezonde lucht in.

Als je sport, heb je meer zuurstof nodig en adem je meer en dieper in en uit.