

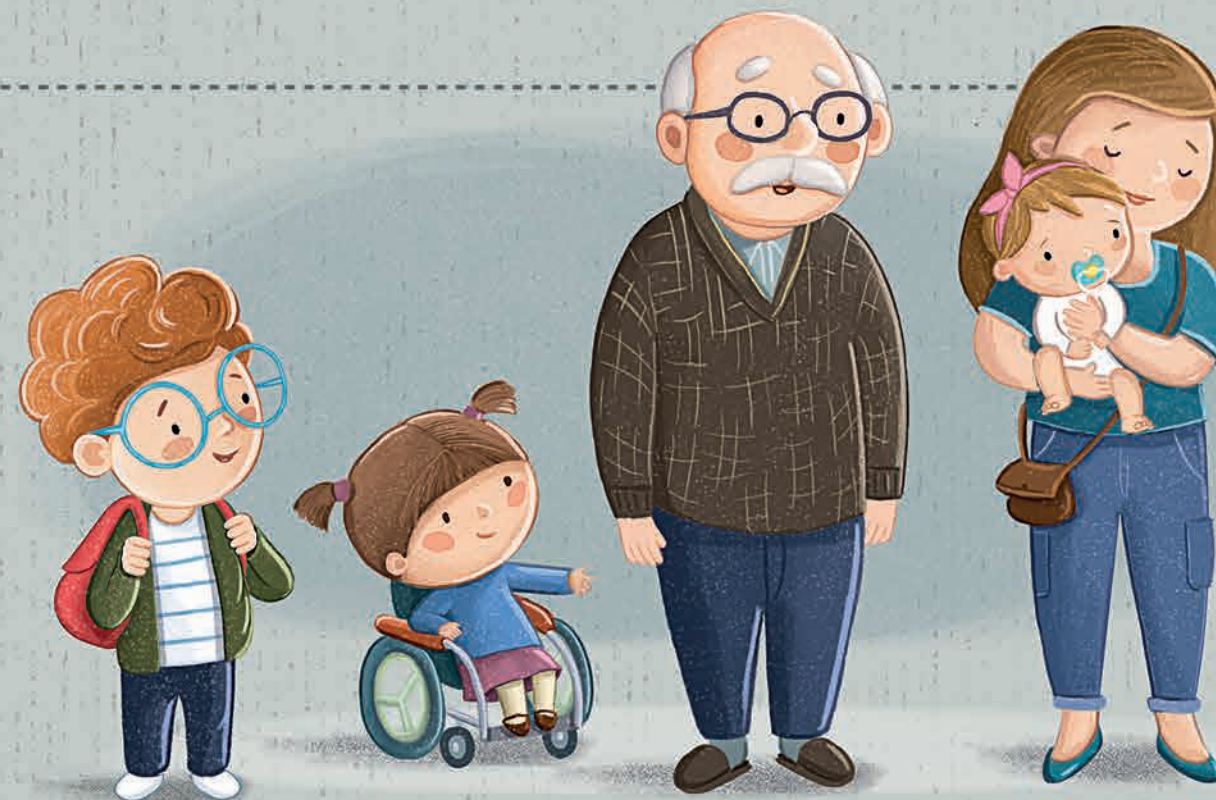
## JAK WYGLĄDASZ?

Stań przed lustrem i spójrz na swoje ciało. Czy wiesz, jak jest zbudowane? Co kryje się w jego wnętrzu i jak działa? Razem z Felusiem i Guciem poznasz różne narządy, czyli części swojego ciała. Dowiesz się, do czego służą. Odkrywanie to fascynująca przygoda. Jest niczym podróż, w którą warto zabrać mapę i rozmaite przybory.



## CZY WYGLĄDAMY TAK SAMO?

Ciało każdego z nas jest wyjątkowe. Rośnie i zmienia się z upływem lat. Inaczej wyglądają chłopcy i dziewczynki, inaczej dzieci i staruszkowie. Różni się też dlatego, że rodzimy się w innych zakątkach Ziemi. Jednak gdy poznasz, co kryje się we wnętrzu ciała, odkryjesz, że jesteśmy do siebie całkiem podobni.



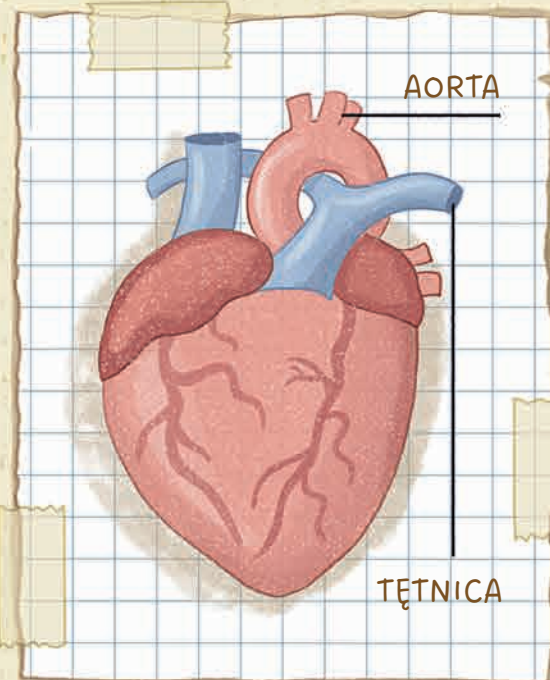


## CO TAK PUKA?

Gdy przyłożysz rękę lub ucho do klatki piersiowej, poczujesz i usłyszysz bicie serca. Serce to bardzo ważny organ.



BUDOWA SERCA



Serce jest mięśniem, który potrafi kurczyć się i rozkurczać. Pracuje niczym pompa i sprawia, że w twoim ciele krąży krew.

TO SERCE NIE WYGLĄDA TAK?



## KIEDY SERCE BIJE SZYBCIEJ?

W czasie wysiłku przyspiesza nie tylko oddech, lecz także serce.



Serce bije szybciej, gdy się denerwujesz lub czegoś boisz.

To, jak szybko bije serce, można zmierzyć. Nazywamy to badaniem pulsu.



Serce bardzo lubi ruch. Tańcz, biegaj i skacz jak najczęściej.



## CZY MASZ W SOBIE WODĘ?

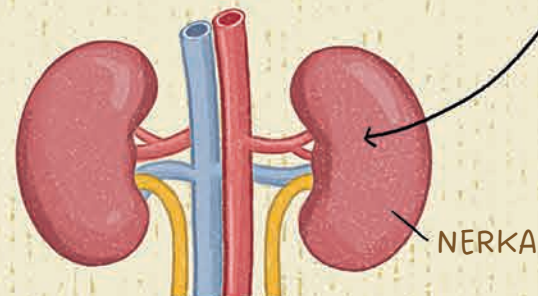
Trudno w to uwierzyć, ale twoje ciało jest w dużej mierze zbudowane z wody! Gdybyśmy chcieli narysować, ile jej jest, tak by to wyglądało.



Dlatego musimy nie tylko jeść, lecz także dużo pić.



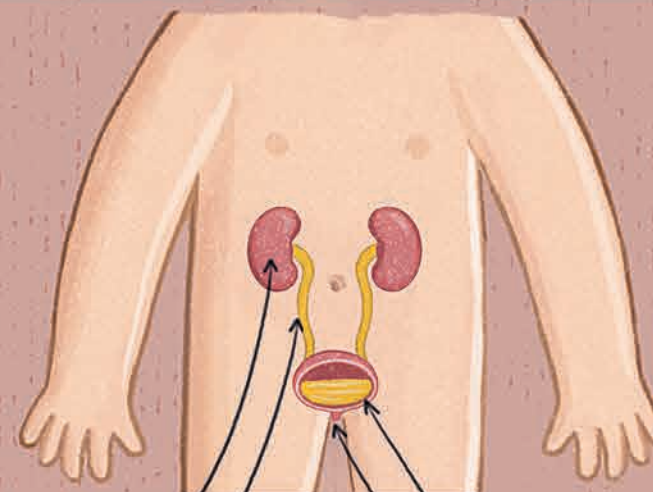
Twoje ciało wydalą niepotrzebną wodę. Dzieje się tak między innymi dzięki nerkom, do których trafia krew. Nerki kształtem przypominają ziarna fasoli. Oczyszczają krew niczym filtr i wytwarzają mocz, czyli płyn, który usuwamy z ciała, robiąc siusiu.



NERKI

## MUSZĘ SIUSIU!

Mocz jest gromadzony w zbiorniku nazywanym pęcherzem moczowym.



NERKI  
MOCZOWODY

PĘCHERZ  
CEWKA  
MOCZOWA

Gdy pęcherz jest pełny, daje sygnał, że czas skorzystać z toalety. Małe dzieci jeszcze nie potrafią tego kontrolować, dlatego noszą pieluszki.



COŚ MI MÓWI,  
ŻE MUSZĘ  
SIUSIU!



PĘCHERZ



Część ciała, którą siusiamy, inaczej wygląda u chłopców i dziewczynek.

