

Kva skjer i kroppen når vi spring?



Når vi spring, samarbeider ulike delar av kroppen vår.

Auga hjelper oss med å sjå kor det er trygt å springe og sender beskjed gjennom **nervane** til **hjernen**. Hjernen sender vidare beskjed gjennom nervane til **musklane** om at dei skal jobbe. Musklane beveger på **skjelettet** vårt, slik at beina våre flyttar seg når vi spring.

Kanskje de har merka at vi pustar fortare når vi spring? Det er fordi det skal komme meir luft inn i **lungene** enn det gjer til vanleg. I lufta er det blant anna **oksygen** som kroppen treng. I lungene går oksygenet over i **blodet** vårt.

I blodet er det også næringsstoff som kjem frå maten vi har ete. Frå vi putta maten i munnen, har han blitt delt opp i mindre og mindre bitar. Først inni munnen, så i magesekken og vidare nedover i **tarmane**. Derfrå har dei bitte små bitane, **næringsstoffa**, gått over i blodet.

Hjartet vårt pumpar heile tida blodet med næringsstoff og oksygen rundt i heile kroppen. Når vi spring, pumpar hjartet fortare for at blodet skal komme raskare rundt med næringsstoff og oksygen til musklane. Musklane gjer om energien i næringsstoffa til energi som vi treng for å bevege oss.

Slik samarbeider ulike delar av kroppen vår når vi spring, heilt utan at vi treng å tenke over det!