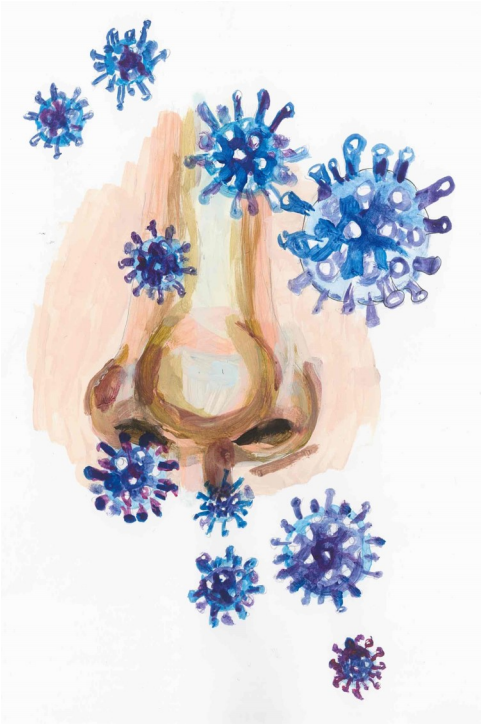
Kāpēc man deguns tek?

Ērika Petrovska stāsts
Amandas Krūmiņas ilustrācijas

Gļotas, kas tek no deguna, kad saslimsti, ir ķermeņa labākā aizsardzība pret saaukstēšanos. Degunā vienmēr ir plāna gļotu kārta. Kad sveši mikrobi tiek degunā, tu saslimsti. Tad tavs ķermenis ražo ļoti daudz gļotu, lai apkaļotu mikrobu uzbrukumu.



Gļotas ir lipīgas kā līme. Tās saķeļ netīrumus un mikrobus, kas tiek degunā

vai kaklā. Simtiem mazu matiņu palīdz gļotām. Šie matiņi atrodas tieši zem gļotu slāņa, un tie visu laiku kustas. Kā gaņa slota matiņi grūž vecās gļotas un netīrumus prom no plaušām. Kad gļotas ir nonākušas līdz mutei, tu tās noriji, vai, ja tās tikušas līdz degunam, tu tās izšķaudi. Kad vecās gļotas izgrūstas ārā, gļotu dziedzeņi turpina ražot jaunas gļotas. Kad esi saaukstējas, šie dziedeņi ražo sevišķi daudz gļotu, lai izgrūstu liekos mikrobus, un gļotas izdalās no tava deguna.

Dažreiz vēsās, drēgnās dienās tavs deguns tecēs pat tad, ja neesi

saaukstējies. Tas nenozīmē, ka gļotu dziedzeņi ražo vairāk savas lipīgās līmes. Šajā gadījumā deguns tek, jo vēsais gaiss tavā siltajā degunā sabiezē mazās ūdens pilītēs. Pilītes apvienojas lielākos pilienos, kas tad iztek no deguna.

****

Skolotāju / vecāku lapa

Virsraksts: Kāpēc man deguns tek?
Autors: Ēriks Petrovskis
Ilustrators: Amanda Krūmiņa

Līmenis

LIX: 33
Valodas līmenis: A2
Piemērotais vecums: 3.-5. klase

Vārdu saraksts

Pamata vārdu krājums

deguns	*nose*
kakls (rīkle)	*throat*
ķermenis	*body*
ķert	*to catch*
matiņi (mati)	*hair*
mute	*mouth*
saslimt	*to become sick*
slota	*broom*
vēss	*cool*

Paplašinātais vārdu krājums

aizsardzība	*defense*
apkarot	*to fight*
drēgns	*damp, chilly*
grūst	*to push*
izšķaudīt (šķaudīt)	*to sneeze*
(iz)tecēt, (iz)dalīties	*to flow*
kārta	*layer*
lipīgs	*sticky*
līme	*glue*
netīrumi	*dirt, impurities*
(no)rīt	*to swallow*
piliens	*drop, driblet*
pilīte (pile)	*drop*
plaušas	*lungs*
plāns	*thin*
ražot	*to produce*
saaukstēties	*to have a cold*
sabiezēt	*to thicken*
svešs	*strange, foreign*
uzbrukums	*attack*
viela	*substance*

Termini

gļotas	*mucus, phlegm*
mikrobi	*microbes*

Pārrunu jautājumi

- Kā tu jūties, kad tev ir iesnas?
- Kā organisms reaģē, kad cilvēkam ir iesnas?
- Kāpēc ir labi, ka deguns tek?
- Kādas higiēnas prasības jāievēro, kad esam saaukstējušies? Kāpēc?

Nodarbības stundā

1. Skolotājs sagādā dažādu degunu attēlus. Skolēni mēģina izdomāt, kam deguni pieder.
2. Skolēni pārrunā deguna daļu nosaukumus.

Uzdevumi / Darba lapas

1. Deguni - 1. uzdevums
2. Dažādi deguni - 2. uzdevums
3. Uzzīmē! - 3. uzdevums

Rakstu darbi

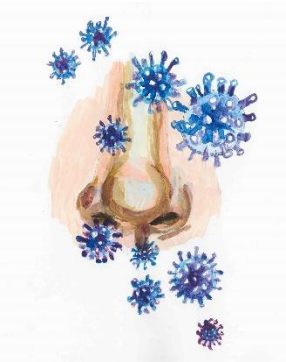
1. Lielais mikrobs iekaro pasauli - 4. uzdevums

Runas vingrinājumi

1. Atrodi jauno vārdu! - vispārējā nodarbība

Dziesmas

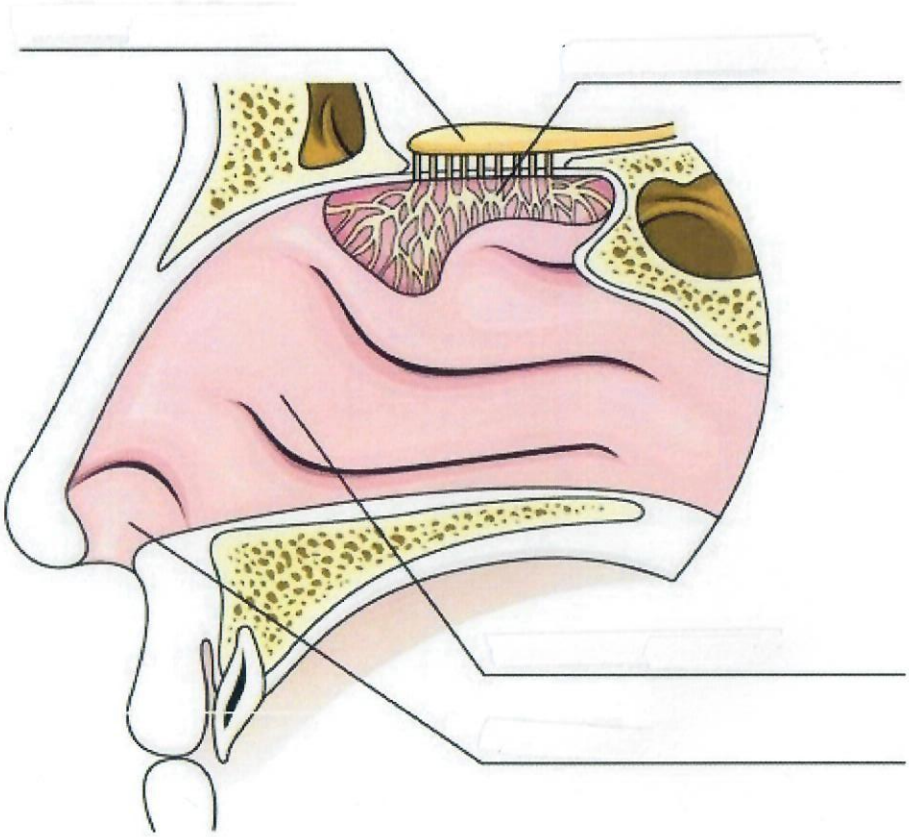
1. Deguns latviešu tautas apdziedāšanās dziesmas

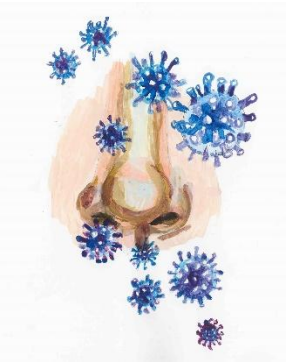


Deguns

Uzraksti deguna daļu nosaukumus!

nāss	ožas receptors	ožas nervi	deguna dobums





Dažādie deguni

Uzraksti, kam pieder šie deguni!

cilvēkam

_____

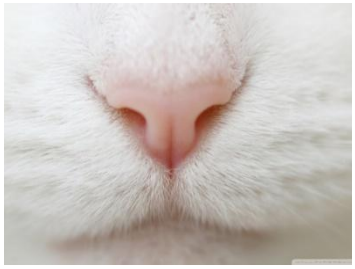
_____

_____

_____

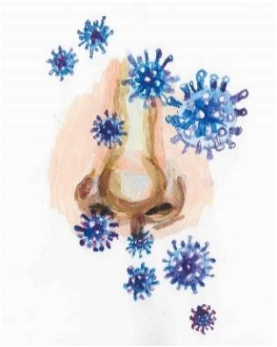
_____

_____



_____

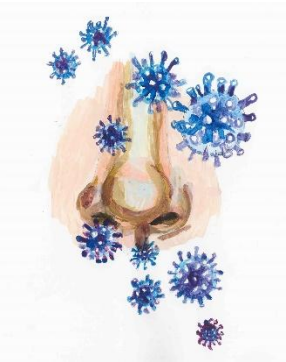
_____



Uzzīmē!

Uzzīmē attēlus, kas paskaidro dotos vārdus un frāzes!

gļotas	deguns	organisms
mikrobi	simtiem mazu matiņu	plaušas
mute	šķaudīt	saaukstējies cilvēks



Lielais mikrobs iekaro pasauli

Uzraksti virsrakstam atbilstošu stāstu, izmantojot vārdu krājuma vārdus! Uzraksti vismaz 10 teikumus!

Atrodi jauno vārdu!

Kas nepieciešams?

1. Indeksa kartītes;
2. Melns filcis (flomāsters);
3. Līmlente.

Kas jādara?

1. Skolotājs uz indeksa kartītēm uzraksta pamata un paplašinātā vārdu saraksta vārdus.
2. Kartītes pielīmē pie tāfeles.

Kā lietot?

1. Skolēnus sadala divās komandās.
2. Skolotājs raksturo vārda nozīmi, un kāds skolēns no katras komandas skrien pie tāfeles un cenšas pirmais paņemt kartīti ar pareizo vārdu.
3. Spēle turpinās, katras komandas skolēniem pēc kārtas skrienot pie tāfeles.
4. Spēlē, līdz kartītes beigušās.

DEGUNS
latviešu tautas apdziedāšanās dziesmās

Deguns bieži minēts kāzu godu apdziedāšanās dziesmās. K. Barona Latvju Dainu sadalījumā pie kāzu dziesmām ir nodaļa, kurā ievietotas dziesmas, kad "Viesus apdzied pēc auguma, t. i., atrod katram ko labu vai ļaunu piezīmēt par viņa miesas stāvu, izskatu, locekļu un augumu īpašībām utt."
Apdziedāšanās bija ļoti svarīga kāzu godu sastāvdaļa, kad gan jaunais pāris, gan visi kāzu viesi tika apdziedāti, tos it kā izsmejot vai nopeļot. Ar apdziedāšanu patiesībā vēlēja labu veselību, auglību un dzīves izdošanos, mudinot uz čaklumu un darbiem.
Bieži tika apdziedātas dažādas cilvēka auguma un sejas īpatnības, deguns tiek bieži minēts kā līks vai garš, liels vai kā tāds, kas citādi izceļas.

Ai, ai, Ansiņ,
Tavu gaļu degunu!
Pats sēd aiz galda,
Deguns namā,
Deguns namā
Cepešus groza.
/Nīca/

Mūsu māte bēdājāsi,
Kur kāršoti slaucenīti;
Madītei līks deguns,
Tur būs laba pakāršana.
/Lielvārde/

Staļļa puiši bēdājās,
Kur kāršot iemauktiņus:
Anniņai stāvs deguns,
Tur kārsim iemauktiņus.
/Birzgale/

Mūsu meitas bēdājās,
Kur būs kārt slauktuvītes:
Dāvidam līks deguns,
Tur kārsim slauktuvītes.
/Lubāna/

Es šķitu vadzīti
Pie viņas sienas:
Tas ta Jēkaba
Lielais deguns.
/Veczvārde/

Skaties, puisi, neskaties,
Es pie tevis gan neiešu:
Tavi mati kā žagari,
Tavs deguns kā āmurs.
/Dignāja/

Mūsu māte bēdājās,
Kur būs ņemt desu iesmu:
Skroderam garš deguns,
Tur būs labs desu iesmis.
/Cesvaine/