

תפקידי המים בגוף

עליכם לכתוב מהם תפקידי המים בגוף.
שימו לב - כל תפקידי המים מתחילים באות **מ'**. תוכלו למצוא רמזים באיורים שלפניכם - נסו לגלות איזה תפקיד של המים מסתתר בציור.



הערה: חלק זה יימסר לילדים רק כרמז לאחר שניסו לפתור את השאלה



מים וגוף האדם

מים הם המשקה הבריא והחשוב ביותר לגוף האדם. המים מהווים כ-55-70% מגוף האדם וכ-85% מהמוח. אצל ילדים, מים מהווים עד 75% מגופם. כלומר, רוב גופנו ורוב המוח שלנו הם מים.
למים תפקידים רבים בגופנו: הם שומרים שהגוף לא יתחמם, כלומר, מווסתים את טמפרטורת הגוף; המים עוזרים בפירוק המזון שאנו אוכלים; המים מובילים חומרי מזון וחמצן לכל אברי גופנו; המים משמנים את המפרקים; המים מגנים על איברי הגוף השונים; המים מסלקים פסולת ורעל מהגוף.