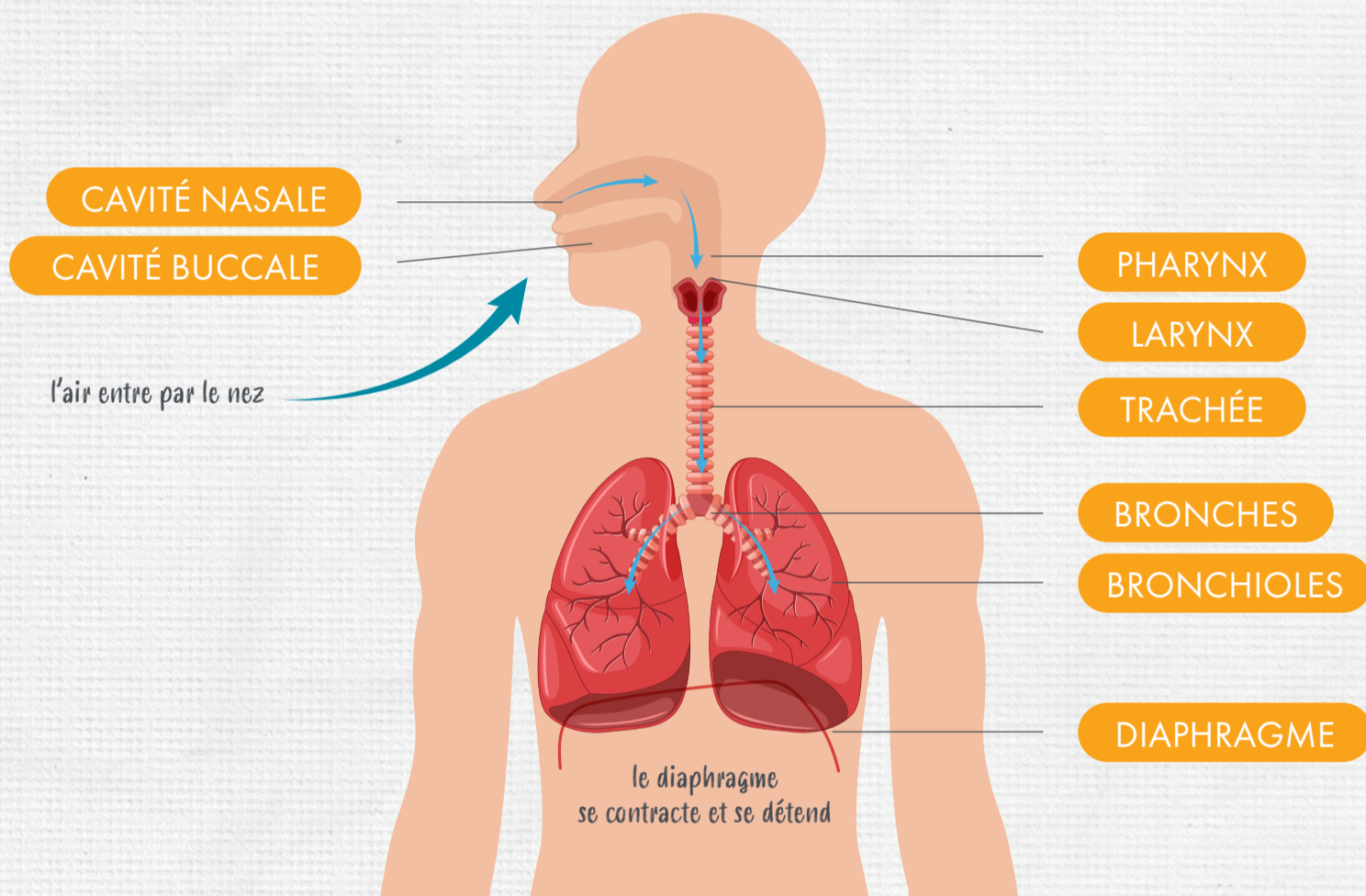


# ANATOMIE

## DE LA *respiration* !



### L'appareil respiratoire



La fonction de la respiration est d'apporter de l'oxygène à tes cellules et à te débarrasser des déchets et des excès de dioxyde de carbone.

On prend en moyenne **12 à 20 respirations par minute.**

Lorsque tu inspires, l'air entre par le nez, la gorge et ensuite les poumons. Les poumons et la cage thoracique gonflent dans toutes les directions, le diaphragme se contracte et s'aplatit.

Lorsque tu expires, le diaphragme se détend pour remonter, les poumons et la cage thoracique se rétractent et l'air est expulsé en passant par la gorge puis les narines.