

# BEGRIPPENLIJST

- Adrenaline** hormoon dat in je bijniere wordt gemaakt. Adrenaline zorgt er voor dat je in situaties van grote spanning snel en krachtig kunt handelen.
- Bewust** je weet wat je doet, je hebt er over nagedacht.
- Centraal zenuwstelsel** hersenen + ruggenmerg.
- Cholesterol** een stof in je lichaam waar je veel energie van krijgt.
- Concentratie** gerichte aandacht.
- Endorfine** pijnverlagende stof die in je hersenen wordt gemaakt.
- Genen** eigenschappen die je bij je geboorte meekrijgt van je ouders.
- Groepsdruk** invloeden van een groep (vrienden) op je gedachten en misschien ook wel op wat je doet.
- Hersenen** orgaan in je hoofd dat je lichaam stuurt en waarmee je denkt en voelt.
- Hormoon** stof die de werking van een orgaan regelt.
- Inschatten** vooraf bedenken.
- Lever** orgaan in het lichaam dat je bloed schoonmaakt.
- Luchtwegen** de pijpen die naar je longen lopen.
- Onbewust** zonder na te denken.
- Reflex** een vaste, snelle onbewuste reactie op een prikkel. Bijvoorbeeld: je hand terugtrekken als je iets heets voelt.
- Risicovol** in een risicovolle situatie is de kans op een ongeluk groot.
- Ruggenmerg** de hoofdweg van je zenuwstelsel. Dikke bundel zenuwen die door je ruggengraat loopt.
- Spijvertering** het proces waarbij je lichaam de nuttige stoffen uit je eten haalt.
- Split second** fractie van een seconde; een heel klein moment. In een split second beoordeel je een situatie en beslis je wat je moet doen.
- Zenuwen** lange dunne draden die door je hele lichaam lopen. Ze brengen informatie van en naar je hersenen.
- Zenuwstelsel** Centraal zenuwstelsel + zenuwen. Het zenuwstelsel verwerkt impulsen afkomstig van zintuigen. Ook regelt het zenuwstelsel de werking van spieren en klieren.
- Zintuigen** Delen van je lichaam die signalen van buiten kunnen doorgeven aan je hersenen. Dankzij je zintuigen kan je voelen (huid), horen (oor), zien (oog), proeven (tong) en ruiken (neus).
- Zweetklier** in dit orgaan wordt zweet gemaakt. Je hebt er veel van in je lichaam.

**SPLIT  
THERISK**