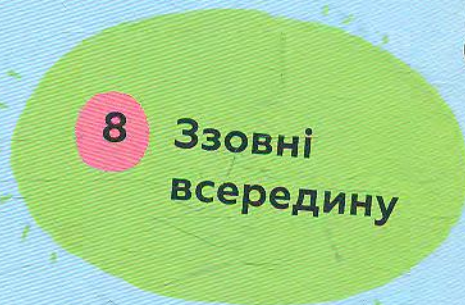


Зміст



6 З голови до п'ят



8 Ззовні всередину

Мозок каже мені, що в мене болить палець!



10 Суперовий скелет

12 Магічні м'язи

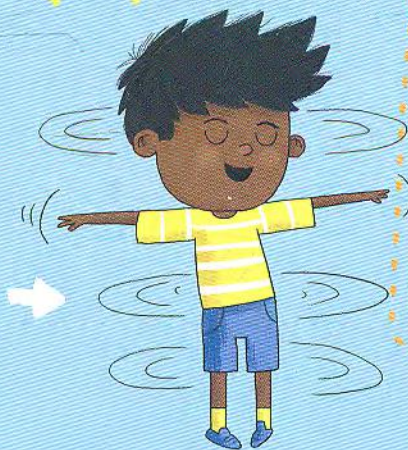
14 У русі



Міцні м'язи та кістки допомагають мені грати!

16 Мега мозок!

18 На нервах



20 Суперові чуття

22 Неймовірні очі!

24 Нашорошені вуха

26 Нюх, смак і дотик

28 **Твоє живе серце**

30 **Кров подорожує**

32 **Дух захоплює!**

34 **Відкрийся!**

36 **Подорож їжі**

38 **Хто виводить відходи**

40 **Миттєві повідомлення**

42 **Звідки беруться діти**

44 **Зростання**

Кахи!
Щось мені не
дуже добре.

46 **Тобі краще?**

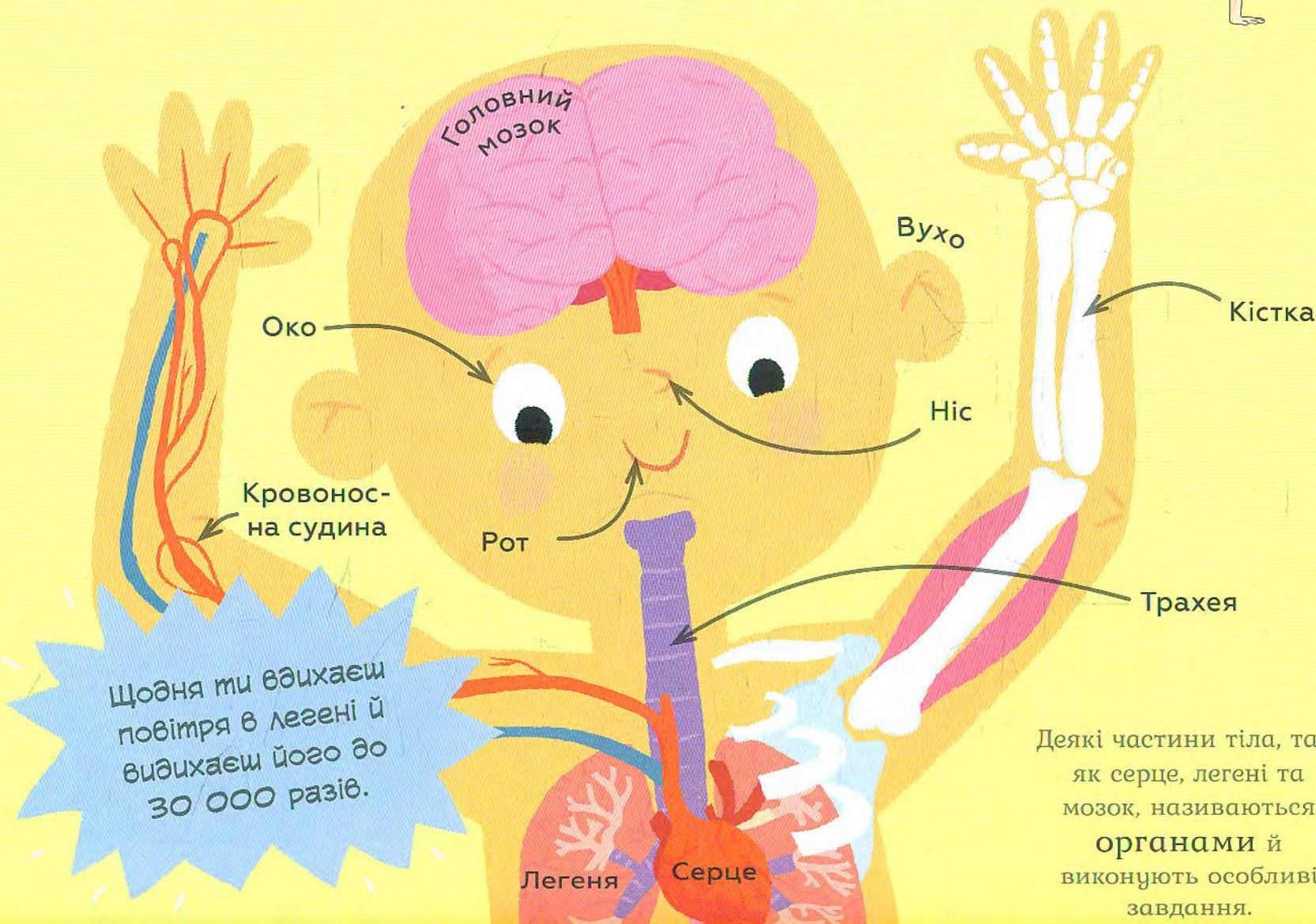
48 **Перевір свою пам'ять**



З голови до п'ят

Людські тіла можуть бути різної форми та розмірів. Але більшість із них складається з одних і тих самих частин, які виконують одну й ту саму роботу.

У тебе всередині багато кісток! Разом вони забезпечують твоєму тілу міцний каркас.



Щодня ти вдихаєш повітря в легені й видихаєш його до 30 000 разів.

Деякі частини тіла, такі як серце, легені та мозок, називаються органами й виконують особливі завдання.

Товстий
кишечник

Тонкий
кишечник

Сечовий
міхур

М'яз

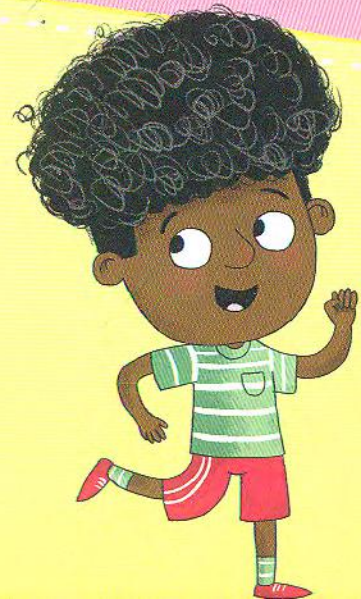
Шкіра

Я МОЖУ...
РОБИТИ ДЕЩО
НЕЙМОВІРНЕ!

- Згадай, які дії ти любиш виконувати найбільше і за допомогою яких частин тіла це робиш.
- Склади повний список неймовірних речей, на які здатне твоє тіло.

Більш ніж половина кісток у тілі припадає на кисті рук і стопи.

Твоя шкіра – це водостійка зовнішня оболонка, що повністю вкриває тіло.



Ззовні всередину

Ти в кожушку навіть тоді, коли на тобі немає одягу! Твоя шкіра — це тонкий, еластичний, водонепроникний покрив, який захищає твоє тіло.

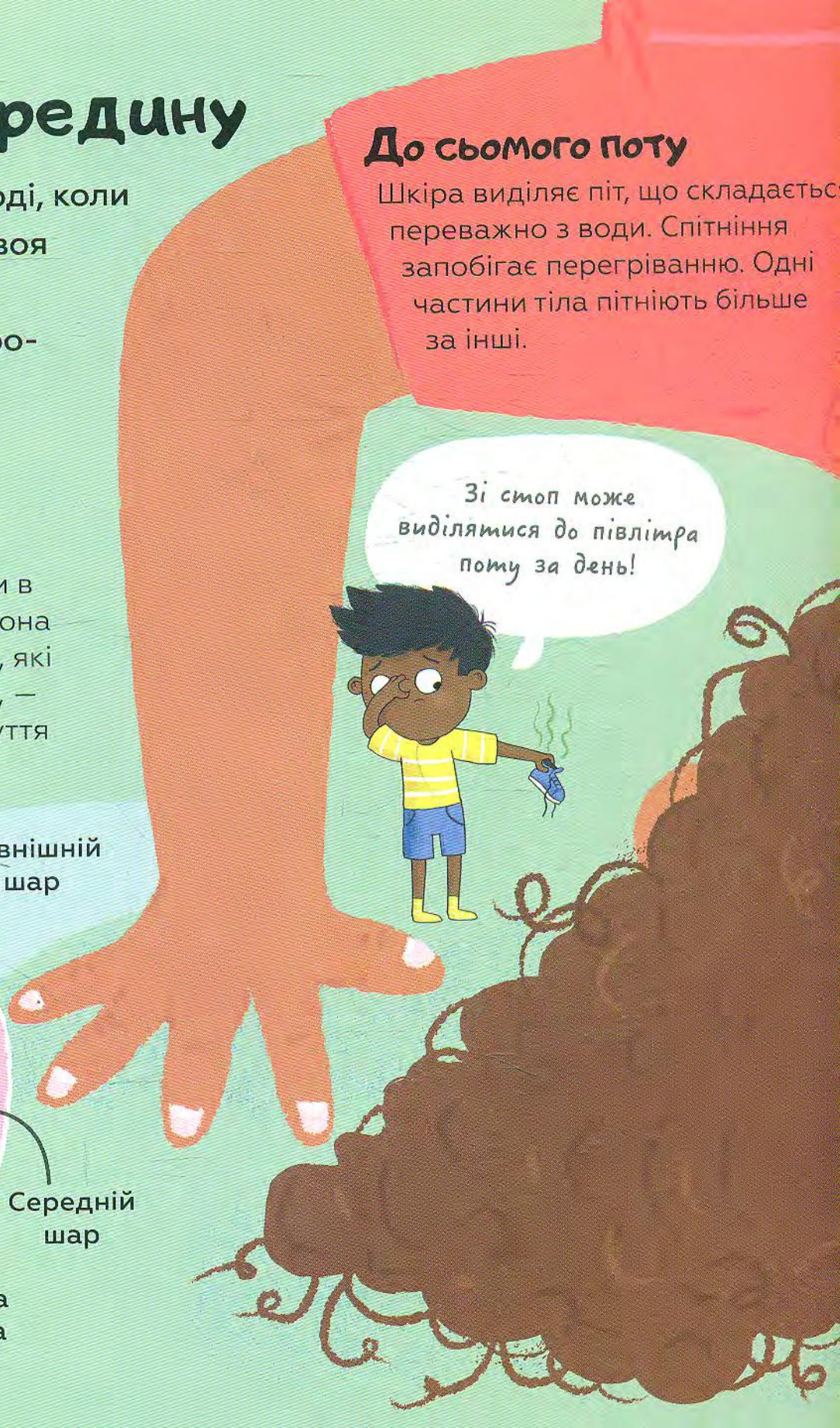
Зовнішній захист

Шкіра не дає проникнути в організм мікробам. Ще вона містить особливі клітини, які називають рецепторами, — вони забезпечують відчуття дотику.

До сьомого поту

Шкіра виділяє піт, що складається переважно з води. Спітніння запобігає перегріванню. Одні частини тіла пітніють більше за інші.

Зі стоп може виділятися до півлітра поту за день!



Палючі промені сонця можуть зашкодити шкірі. Тому потрібно користуватися сонцезахисними засобами.

Оце волосся!

На голові в тебе близько 100 000 волосин. Ще багато мільйонів їх виростає зі шкіри в інших місцях.

Волосина виростає із трубочки, що називається фолікулом

Корінь волосини

Волосини можуть бути прямими, хвилястими чи кучерявими

Я МОЖУ... ЗАЛИШАТИ ВІДБИТКИ ПАЛЬЦІВ

Притисни кінчик пальця до штемпельної подушечки, а тоді — до не надуті повітряної кульки. Вимий пальці й зачекай хвилину, поки кулька висихатиме. Надми її, щоб оглянути слід свого пальця. Чи є на ньому петлі та завитки?

Просто нігті

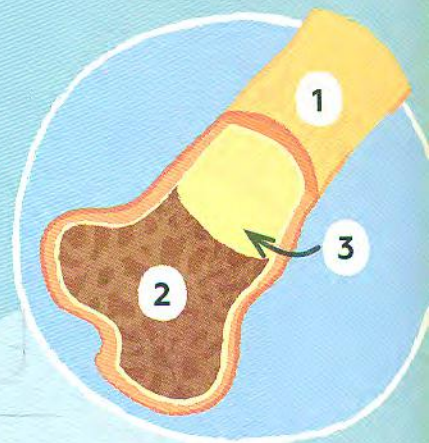
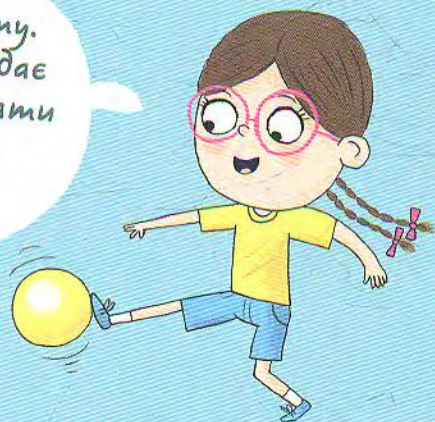
Нігті захищають кінчики твоїх пальців. Вони складаються з тих самих речовин, що й волосся.

Нігті на пальцях рук виростають приблизно на сантиметр кожних три місяці.

Суперовий скелет

Твій скелет складається із понад 200 кісток. Він підтримує тіло, допомагає рухатися, захищає особливо вразливі його частини, наприклад мозок, і росте разом із тобою.

Різні суглоби виконують різну роботу. Колінний суглоб відповідає за те, щоб ти міг згинати та випрямляти ногу. Він називається блокоподібним.



Усередині кістки

Зовнішня поверхня кістки (1) тверда і жорстка. Всередині (2) кістка схожа на стільник, у ній багато крихтих дірочок, тож вона міцна, проте легка. Всередині причаївся драглистий кістковий мозок (3).

Таз

Ворушись

Суглоб — це місце, де зустрічаються дві або більше кісток. Є багато різновидів суглобів, і всі вони допомагають виконувати різні рухи.

Фаланги



Малогомілкова кістка

Великогомілкова кістка

Колінна чашечка

Стегнова кістка

Найдовша кістка у твоєму тілі — стегнова.