

Я! ОТЭ





Это твое тело спереди



А это — со спины



У тела много разных частей и у каждой части –  
свое название. Это – две руки.



Это – две ноги. На каждой ноге – пять пальцев.



Это — голова.



Это – круглая попка



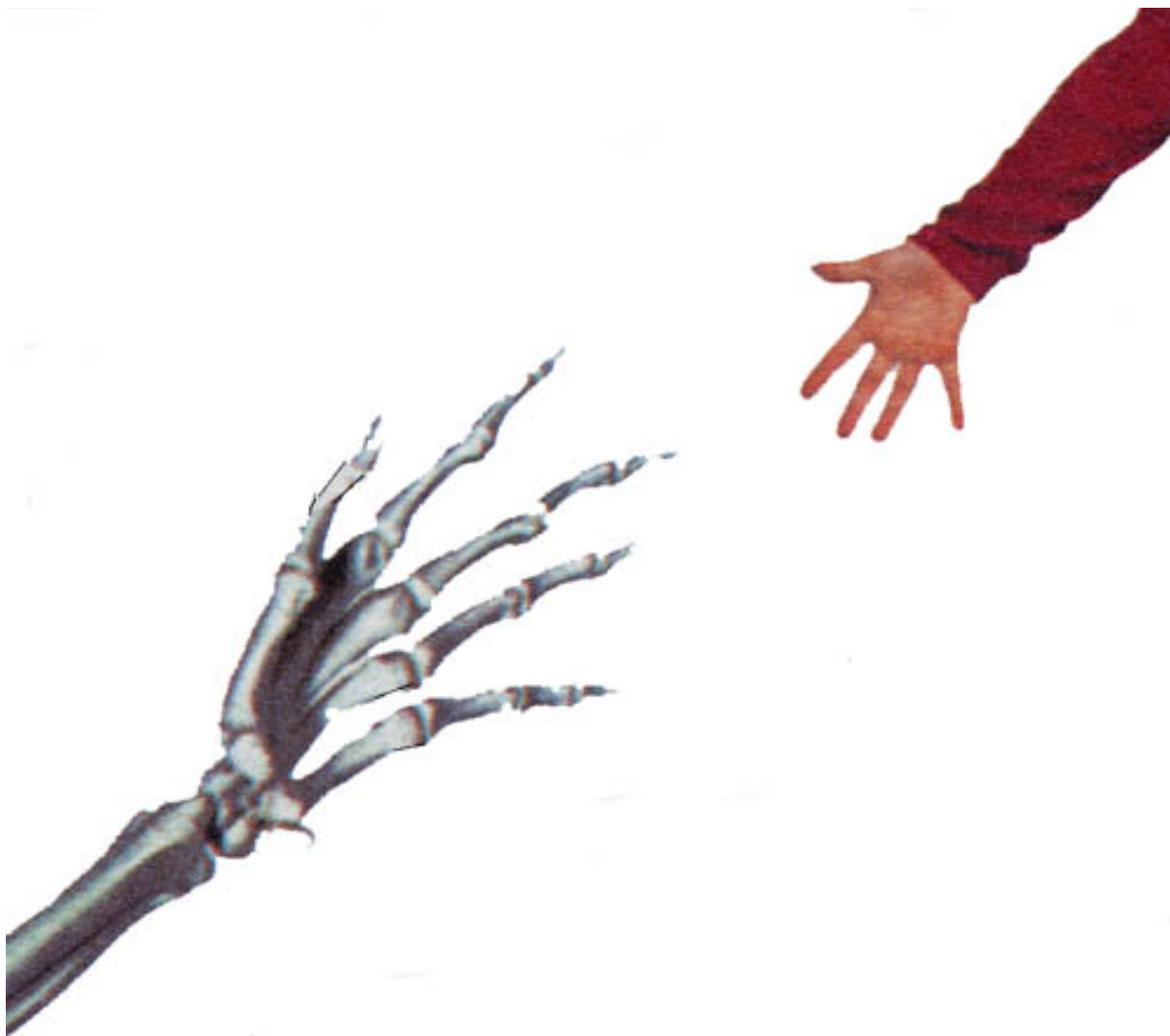
Это – две руки. На каждой руке – пять пальцев







Внутри твоего тела находятся кости. Это – ты изнутри.  
Кости соединяются в скелет



Внутри ладони много маленьких косточек



Когда ты скрещиваешь ноги, твои кости выглядят  
ВОТ ТАК



Когда ты лежишь, кости выглядят так.



Можешь пощупать, какие твердые кости у тебя  
в коленках



Кости внутри тебя соединены так ловко, что ты без труда можешь... чесать макушку,





...сидеть, скрестив ноги и руки,



...открывать рот, чтобы жевать



Под кожей есть мышцы. С их помощью твоё тело способно делать удивительные вещи. Сильные мышцы помогают тебе поднимать тяжести



Гибкие, растягивающиеся мышцы  
позволяют двигаться: бегать,



...крутить обруч



...заниматься гимнастикой



С помощью мышц лица ты можешь соорудить  
надутую рожицу или рыбью мордашку



Вот так выглядят твои легкие. Чувствуешь, как ты дышишь? Когда ты вдыхаешь, в легкие поступает воздух – он необходим для жизни.



Твои легкие расширяются, как этот мешок, когда ты вдыхаешь и сдуваются, когда ты выдыхаешь.

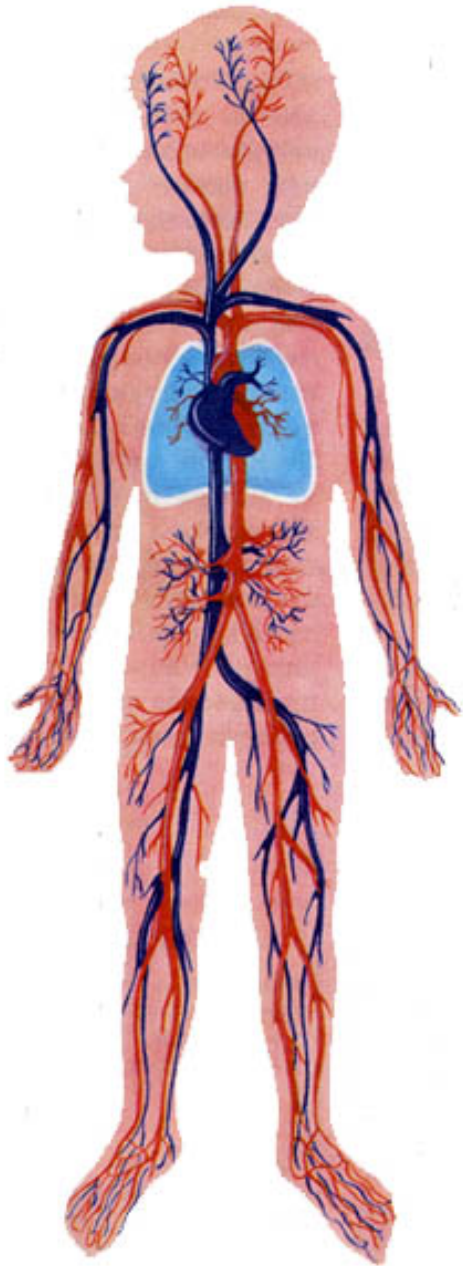




Сердце – это мышца, которая гоняет кровь по всему телу. Примерно так выглядит твое сердце.



Послушай, как бьется сердце. Тук-тук, тук-тук...



Кровь внутри тебя бежит по специальным  
трубочкам – артериям и венам





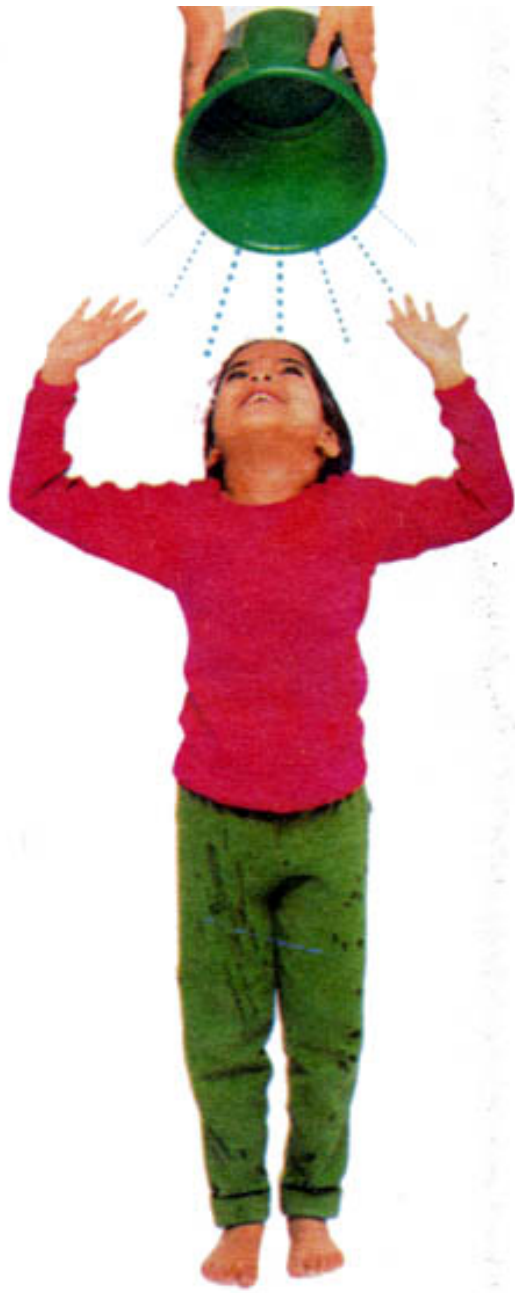
Положи палец на запястье – и ты почувствуешь,  
как кровь бежит по венам



Сверху твоё тело покрыто кожей. Кожа защищает тело и скрывает внутренние органы. Ты покрываешься мурашками, когда тебе холодно

Когда тебе жарко, ты потеешь —  
это охлаждает тело





Кожа – водонепроницаемая!

Кожа у тебя мягкая и эластичная





Твоя кожа покрыта крошечными волосками.  
Они помогают сохранять тепло