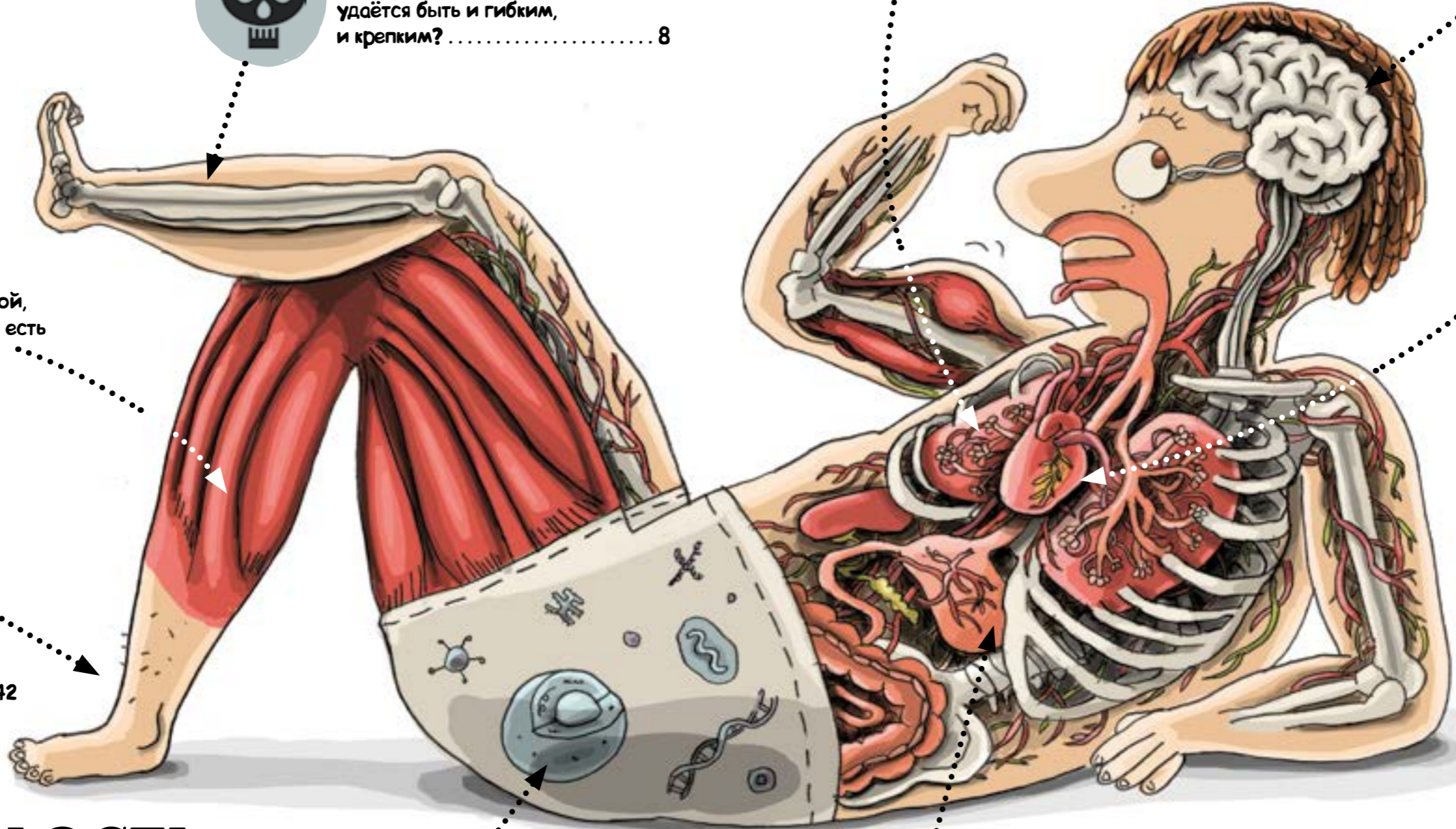


СОДЕРЖАНИЕ

Здесь ты найдешь любую главу из книги.



СКЕЛЕТ



Телу нужен сильный, выносливый и подвижный скелет. Но как ему удаётся быть и гибким, и крепким? 8

МЫШЦЫ

Если сравнить тело с машиной, мышцы — это мотор. Мышцы есть во всём теле, иначе оно бы не работало 16

КОЖА, ВОЛОСЫ И НОГТИ

Кожа, волосы и ногти должны быть ухоженными. Но зачем они ещё нужны? 42



МОЛОДОСТЬ И СТАРОСТЬ

Как человек появляется на свет? Что происходит с телом за всю жизнь? ... 78



КЛЕТКИ И ГЕНЫ

Твоё тело состоит из клеток. Но откуда они берутся? Откуда они знают, что делать? 48



ДЫХАНИЕ И ЛЁГКИЕ

Очень важно дышать. Но почему это так важно? Почему люди всё время дышат? 34



МОЗГ И ОРГАНЫ ЧУВСТВ

Без мозга и органов чувств наше тело было бы бесполезным. Как устроен мозг? 64

КРОВЬ И СЕРДЦЕ

Почему сердце бьётся? 24



ТЕЛО В ПРОШЛОМ 40

ТЕЛО БУДУЩЕГО 88

ЧТО ПОЛЕЗНО ДЛЯ ТЕЛА ... 90



ПУТЬ ЕДЫ

Каждый день ты ешь и пьёшь. Но как пища переваривается? 54



Когда ты видишь такую стрелку, это означает «читай дальше». Ну что, начнём!