

Ты все время растешь. Даже во сне!
Младенцы превращаются... в малышкой...
потом в подростков... и, наконец, во взрослых



Ногти на руках и ногах постоянно растут



Волосы становятся с каждым днем все длиннее





Чтобы твое тело работало, его нужно поить и кормить здоровой пищей. Я ем много полезной пищи!



Твоему телу необходимо больше фруктов и овощей



Картошка, хлеб, макароны, рис заправляют тебя энергией



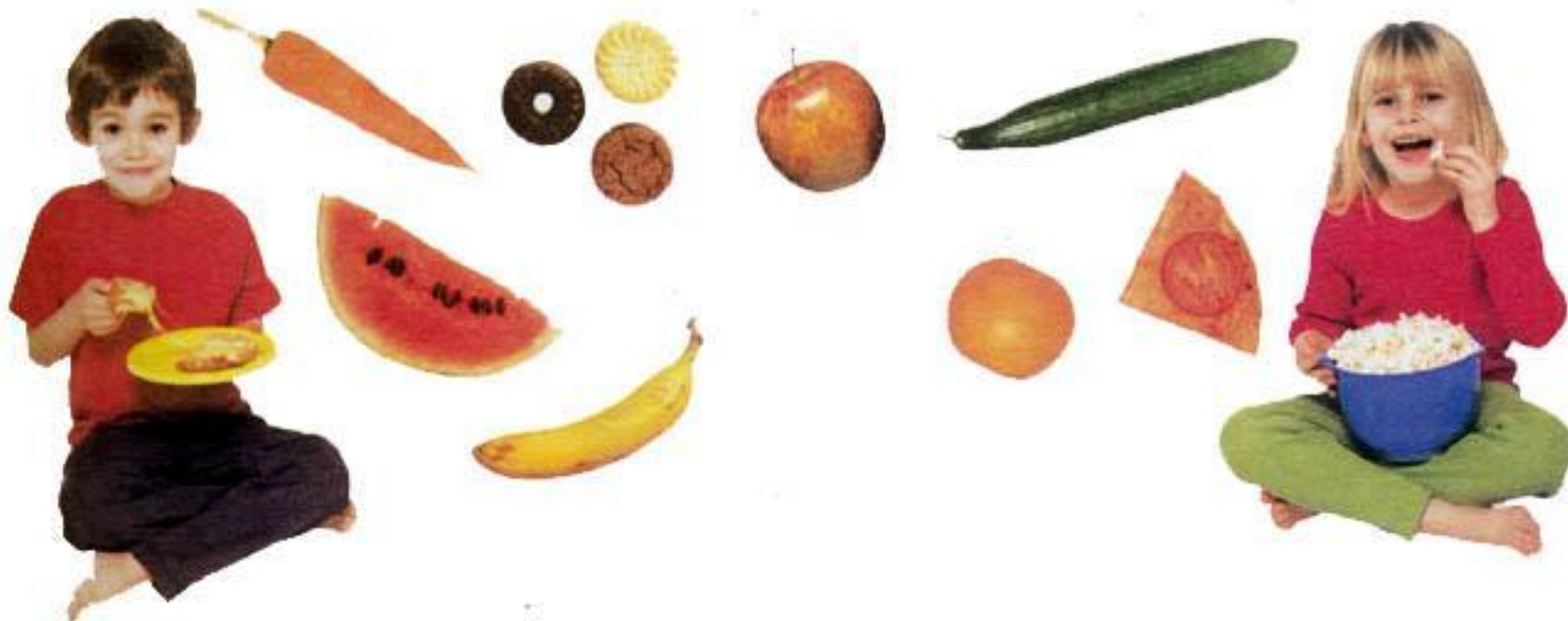
А сладостей не стоит есть много



Во рту у тебя крепкие зубы. Они пережевывают пищу так, что бы можно было ее проглотить. Передние зубы отгрызают и откусывают. Задние зубы пережевывают и перемалывают пищу



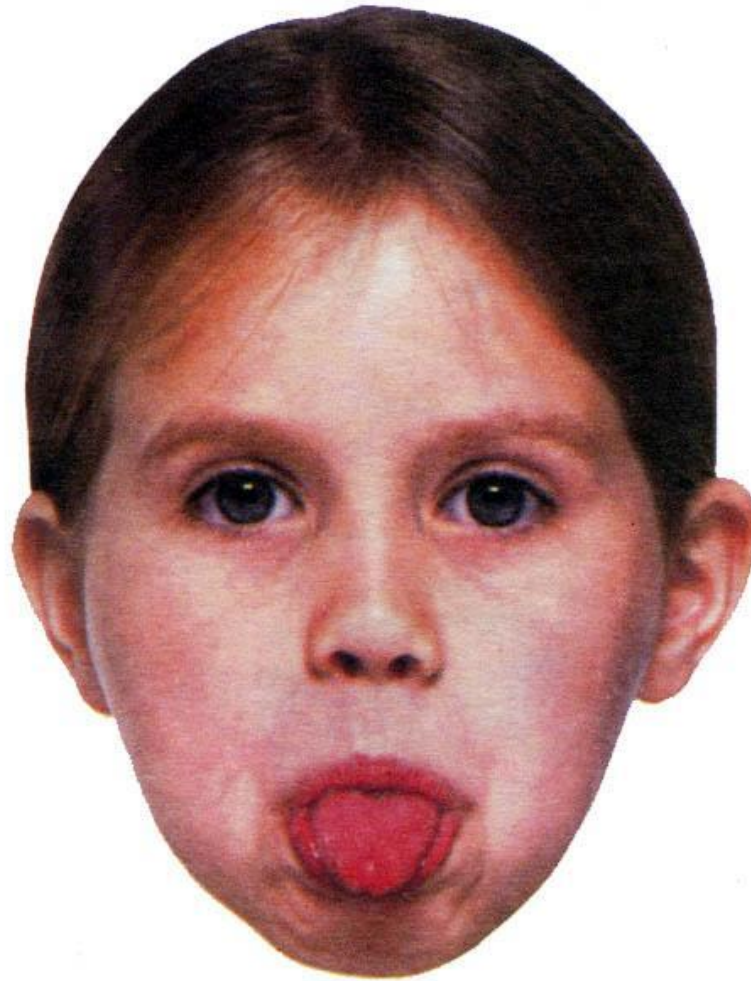
У младенцев во рту всего несколько зубов.
Поэтому они могут есть только мягкую пищу



Ты можешь есть любой из этих продуктов

Не забывай чистить зубы – тогда они будут
красивыми и здоровыми





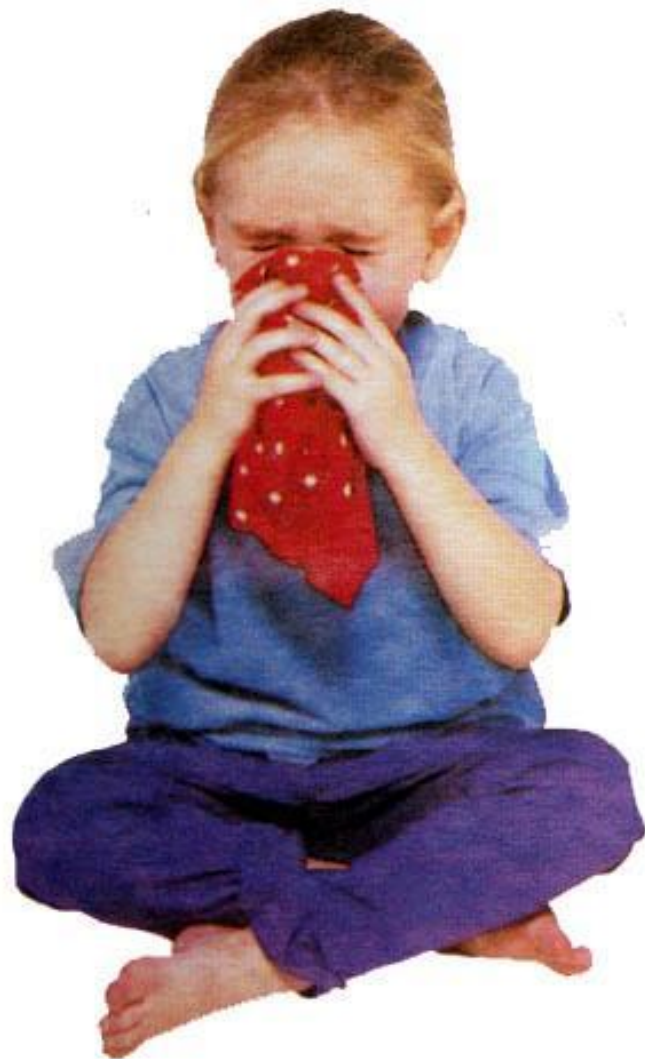
Твой язык – это мышца, которая может чувствовать вкус еды. На языке есть маленькие пупырышки, которые называются вкусовыми сосочками. Вкусовые сосочки определяют, хороша ли еда для тебя.

Твой язык может свернуться трубочкой,
дотронуться до носа, лизнуть подбородок





Нос говорит нам, что как пахнет. Это называется чувством обоняния. Маленькие волоски в носу помогают тебе чувствовать запах



Во время простуды нос у тебя заложен и ты не чувствуешь запахи

Кожей ты чувствуешь предметы, которых ты касаешься.
Это – чувство осязания. Шерстка у кролика мягкая
и гладкая.





А каковы на ощупь эти предметы?
Шелковая ткань...



...МЕХОВОЙ МИШКА



...колючий ананас

Некоторые места на нашем теле боятся щекотки.
Где тебе щекотно?



Холодное и горячее ты отличаешь руками или
губами и языком.





Уши помогают тебе слышать все, что происходит
вокруг. Это называется слухом.



Что я слышу? Самолет летит...





...тихонько тикает мой будильник





...машина промчалась мимо





...ГОЛОДНЫЙ КОТЕНОК МЯУКАЕТ



Глазами ты видишь все вокруг. Это называется зрением. Посмотри в зеркало. Какого цвета у тебя глаза? Серые? Карие? Голубые? Или пара прекрасных зеленых глаз?





Бывает, что люди носят очки. Очки
помогают лучше видеть.



Всеми действиями тела управляет мозг. Он работает даже во время сна. Мозг находится внутри головы. Ты не можешь его увидеть.



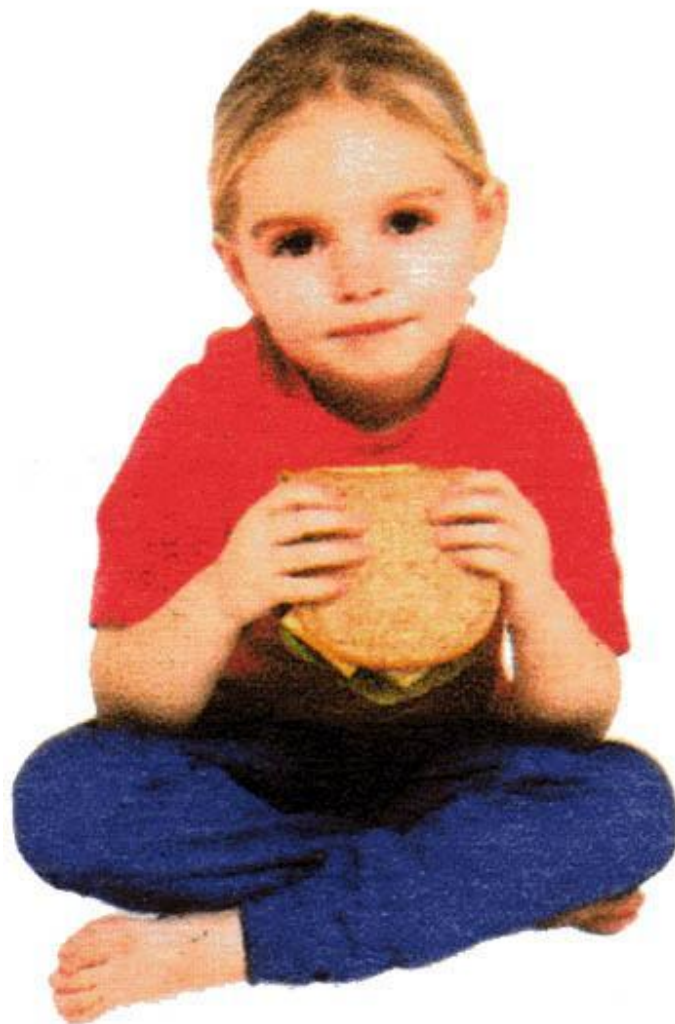
Твой мозг умеет думать.
Он помогает тебе строить
модели,



...СКЛАДЫВАТЬ ГОЛОВЛОМКИ,



...ЧИТАТЬ



Мозг необходим тебе даже для самых простых действий:
кушать...

...СМЕЯТЬСЯ





Что бы быть здоровым,
нужно вовремя
ложиться спать,



...есть здоровую пищу,

...и конечно заниматься
спортом. Будь здоров!

