





# Содержание

<b>КАК УСТРОЕН ЧЕЛОВЕК</b> .....	7	<b>РАСТИТЕЛЬНЫЙ МИР</b>	
Как мы появляемся на свет? .....	8	<b>ВОКРУГ НАС – ФЛОРА</b> .....	32
Что такое пупок? .....	10	Чем отличаются растения	
Откуда берется аппетит? .....	11	от животных? .....	34
Чем полезно молоко?.....	12	Как устроено растение? .....	35
Почему зубы меняются?.....	13	У всех ли растений есть	
Зачем чистить зубы?.....	14	листья? .....	36
Для чего нужна утренняя		Как распознавать деревья?.....	37
зарядка? .....	15	Почему листья на деревьях	
Почему руки и ноги мерзнут? .....	16	меняют окраску? .....	39
Почему люди болеют?.....	17	Какие бывают леса? .....	40
Что такое простуда и откуда она		Какое растение самое	
берется? .....	18	большое? .....	41
Что такое лекарство? .....	20	Какие бывают цветы? .....	42
Для чего нужны прививки? .....	20	Для чего нужны ботанические	
Что такое аллергия?.....	21	сады? .....	44
Когда я перестану расти?.....	22	Почему крапива жжется? .....	45
Чем важен сон? .....	23		
Почему мы потеем? .....	24	<b>ЖИВОТНЫЙ МИР НАШЕЙ</b>	
Для чего нужны ногти? .....	25	<b>ПЛАНЕТЫ – ФАУНА</b> .....	46
Сколько волос на голове		Почему птицы поют? .....	48
у человека? .....	26	Как птицы летают? .....	49
Как сохранить хорошее зрение? ...	27	Все ли птицы умеют летать? .....	50
Какого цвета бывает кожа? .....	29	Зачем страус прячет голову	
Почему нам то весело,		в песок? .....	51
то грустно?.....	30	Как живут пингвины? .....	52
Почему льются слезы? .....	31	Почему дятел стучит по дереву? ...	54



Могут ли птицы разговаривать? ... 55	Какие животные носят потомство
Какая птичка самая маленькая? ... 56	в сумках?.....82
Зачем павлину такой огромный	Кто такой утконос? .....83
хвост? .....57	Может ли крот видеть? .....83
Почему птицы улетают на зиму? ..58	Что такое нерест? .....84
Для чего нужны скворечники? ....60	Опасны ли медузы?.....85
Как птицы моются? .....61	Как лягушки квакают? .....86
Как индюк реагирует	Чем лягушка отличается
на опасность? .....62	от жабы? .....87
Как вылупливается цыпленок? ....63	Как лягушки появляются
Каких животных называют	на свет? .....87
млекопитающими? ..... 64	Почему насекомые жужжат?.....88
Кого называют бамбуковым	Почему божья коровка так
медведем? .....65	называется? .....89
Почему медведи зимой спят? ....66	Как устроен муравейник?.....90
Зачем медведь сосет лапу? .....67	Как и для чего паук плетет
Почему волки воют? .....68	паутину?.....91
Почему лису называют хитрой?...69	Как пчелы делают мед?.....92
Зачем слону такой длинный	Сколько живут животные? .....93
нос? .....70	<b>НЕЖИВАЯ ПРИРОДА</b> .....94
Можно ли приручить слона?.....71	Что такое погода? .....96
Зачем животным хвост? .....72	Почему меняются времена
Почему ленивца так назвали? ....74	года?.....97
Почему еж весь в иголках?.....75	Откуда берется ветер?.....99
Опасен ли бегемот? .....76	Почему идет дождь?..... 100
Почему зебры полосатые? .....77	Что такое град? ..... 101
Для чего нужны зоопарки? .....78	Что такое лавина? ..... 102
Как ухаживать за домашним	Отчего бывают гром
котенком? .....79	и молния? ..... 103
У какого животного самая	Почему на небе появляется
длинная шея?.....80	радуга? ..... 104
Зачем носорогу рог? .....81	



Что такое солнечный зайчик? ....	105
Почему падает снег? .....	106
Отчего снег скрипит под ногами? .....	107
Сколько звезд на небе? .....	108
Как появляется роса? .....	109
Почему бывает день и ночь? ....	110
Как появляются реки? .....	111
Что такое пустыня? .....	112
Чем различаются луг и поле? ....	114
Как моря получили свои имена? .....	115
Как появились горы? .....	116
Какой океан самый большой? ...	117
Что такое остров? .....	117
<b>В МИРЕ ЛЮДЕЙ</b> .....	118
А какая она, наша Земля? .....	120
Что такое страна? .....	122
Есть ли такой материк, на котором нет стран? .....	123
Кто где живет? .....	124
Почему мы не говорим на одном языке? .....	126
Почему в разных странах разные деньги? .....	127

Какое государство самое маленькое? .....	129
Каковы они — семь чудес света? .....	130
Какие бывают праздники? .....	134
Какие бывают профессии? .....	137
Как работает почта? .....	140
Для чего нужны светофоры? ....	141
Что такое музыка? .....	142
<b>ДЕВОЧКАМ О ДЕВИЧЬЕМ</b> ....	144
Зачем прокалывать уши? .....	146
Для чего красят ногти? .....	147
Что такое макияж? .....	148
Как пользоваться духами? .....	149
Как правильно загорать? .....	150
Как ухаживать за волосами? ....	151
Кого называют неряхой? .....	153
Как поддерживать чистоту в доме? .....	155
Почему пылесос так называется? .....	157
Для чего на кухне фартук? .....	158
Почему горячий утюг гладит, а холодный — нет? .....	158
Для чего нам нужно мыло? .....	159







# Как устроен человек





# Как мы появляемся на свет?

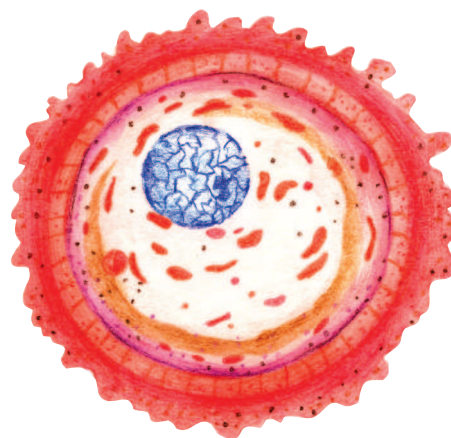
Это трудно себе представить, но человек начинается с крошечной клетки, которую невозможно увидеть невооруженным глазом. Она образуется при слиянии маминой и папиной зародышевых клеток и поначалу напоминает маленькую точку.

Материнская зародышевая клетка называется яйцеклеткой, а отцовская — сперматозоидом. С момента их соединения и начинается новая жизнь, которая



Сперматозоид

Яйцеклетка



**Отцовская клетка — сперматозоид, а материнская — яйцеклетка. Именно благодаря тому, что они встретились, ты и появилась на свет.**



поначалу надежно спрятана в животе у мамы, в специальном месте, которое называется маткой.





**В матке маленький человек растет и достаточно быстро прибавляет в весе.**

Девять месяцев беременности необходимо для того, чтобы маленькая клетка превратилась в младенца. За это время в организме мамы маленький человек быстро растет. К моменту своего рождения он в среднем весит около 3—4 килограмм, а рост его — примерно 50 сантиметров. Мама кормит малыша своим молоком и специальными питательными смесями. За год ребенок вырастает, начинает ходить, а затем — и говорить.



Узнать, сколько ожидать детей, мальчик это будет или девочка и как они развиваются внутри материнского организма, сегодня достаточно просто. Для этого у врачей есть специальные приборы, которые с помощью датчиков, прикладываемых к животу мамы, могут показать на мониторе тайную жизнь младенца.

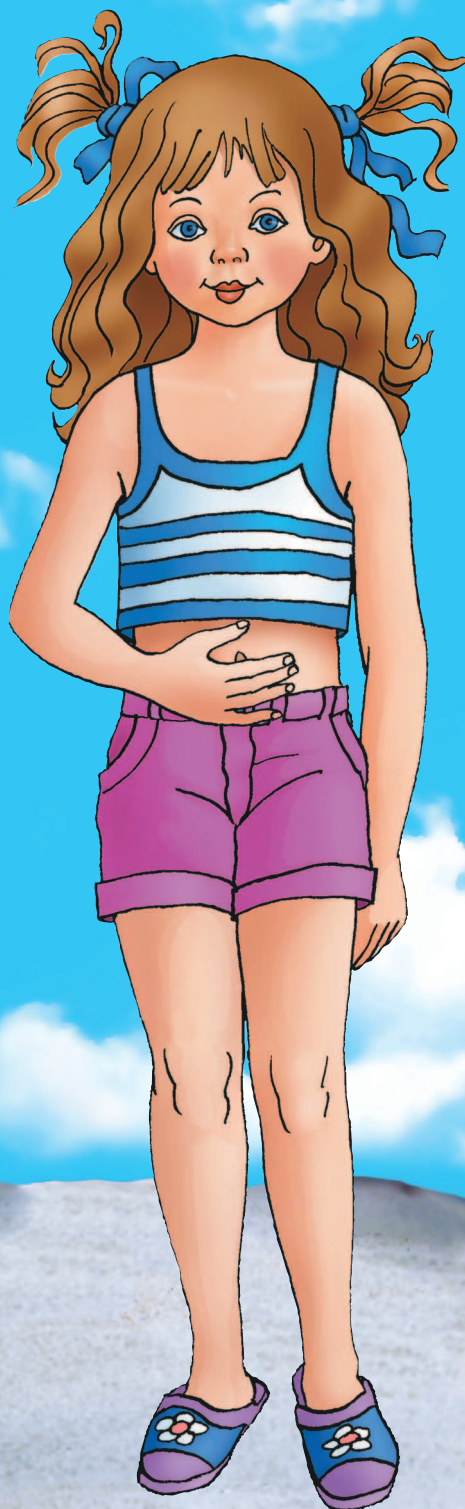
**Иногда в семье рождаются сразу два ребенка, а еще реже — три или четыре. Это близнецы. Как правило, они так похожи друг на друга, что различить их могут только родители, другим же людям порой трудно понять, где кто.**







# Что такое пупок?



Пока ребенок живет и развивается в животе у матери, его называют плодом. Для его питания существует специальный орган, который называется плацентой. Она поставляет питательные вещества через пуповину. Место, где пуповина прикреплялась, есть на животе у всех людей — это пупок. Когда ребенок рождается, то врач обрезает и перевязывает пуповину. Взгляни на свой пупок — видишь, он похож на маленький узелок.





# Откуда берется аппетит?

Для здоровой и активной жизни каждому человеку нужно очень много энергии. Когда ты играешь во дворе с подругами, бегаешь, прыгаешь, плаваешь в озере, катаешься на коньках, твои силы и энергия расходуются и ты чувствуешь, что очень голодна. Человек понимает, что хочет есть, когда в его организме не хватает питательных ве-



**Аппетит — это сильное ощущение того, что тебе хочется есть. Он помогает лучшему усвоению пищи, вкусная еда с приятным запахом его усиливает.**



ществ. А именно эти вещества и дают нам жизненно необходимую энергию.

**Фрукты и овощи очень богаты полезными веществами. Ешь их каждый день, и ты всегда будешь здорова.**





# Чем полезно молоко?



Молоко — очень полезный продукт. Первое, что ты попробовала в своей жизни, — материнское молоко. Оно подарило тебе здоровье на всю жизнь. Но, как известно, здоровье необходимо поддерживать, и молоко здесь — самый лучший помощник.



**Из молока делают много вкусных и полезных продуктов: сыр, масло, йогурт, кефир, творог и, конечно, мороженое.**



**Молоком с медом лечатся во время простуды.**

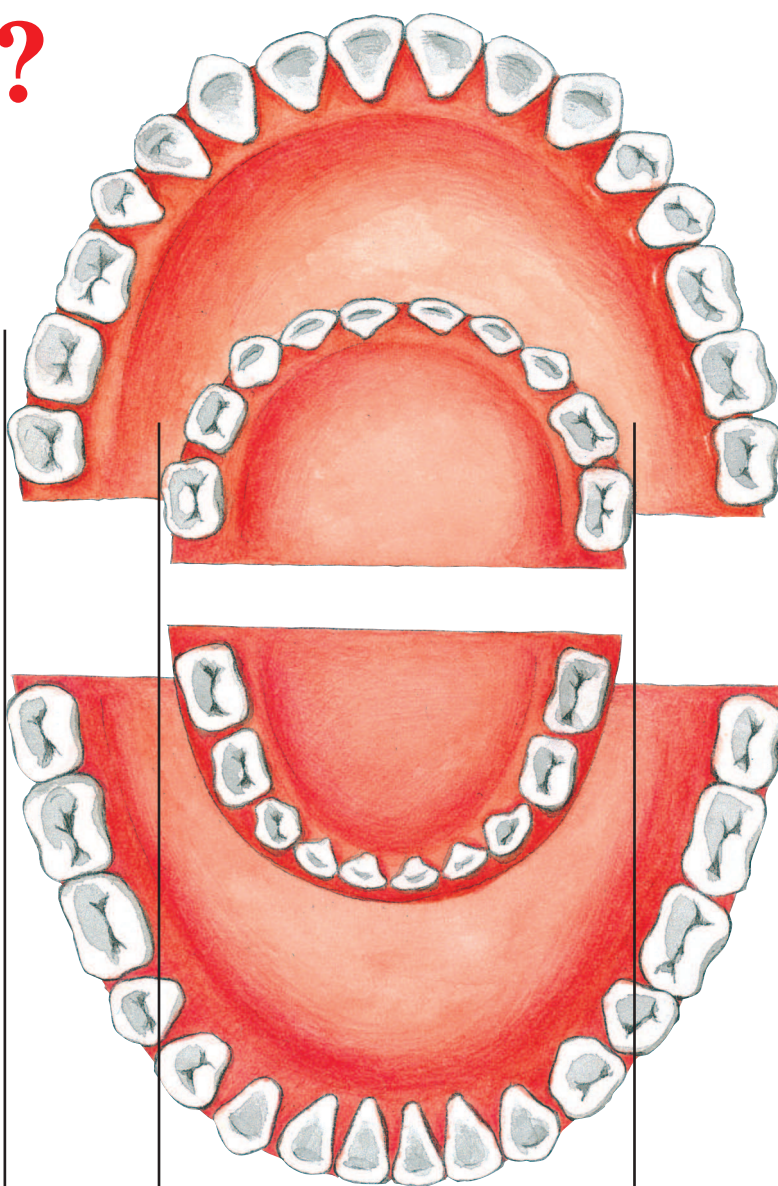




# Почему зубы меняются?

У всех людей меняются зубы: сначала появляются детские (молочные), а потом — взрослые (постоянные). Примерно в полгода у малыша появляется первый зуб, за ним по очереди растут и остальные. Всего у детей 20 молочных зубов. Они сохраняются примерно до семи лет, а потом начинают выпадать. На месте старых зубов начинают расти новые, постоянные, которые более широкие, чем молочные, и более крепкие.

**Постоянные зубы надо беречь, ухаживать за ними — ведь новые больше не вырастут.**



Молочные зубы

Коренные зубы



# Зачем чистить зубы?

Чтобы иметь здоровые и крепкие зубы, важно их чистить дважды в день: утром, сразу после завтрака, и вечером, перед сном. Начинать это лучше всего щеткой с не очень жесткой щетиной. Выдави на щетку немного зубной пасты и приступай к чистке передних зубов. После этого начинай чистить жевательную (верхнюю) поверхность

**У каждого в семье должна быть своя зубная щетка, которой никто кроме хозяина пользоваться не будет. Менять зубную щетку желательно раз в два месяца.**



зубов, а лишь потом — внутреннюю и внешнюю их стороны. В конце обязательно почисти язык, ведь именно на нем живет много вредных микробов.

**Чистить зубы надо не менее двух-трех минут, тогда они наверняка будут крепкими, здоровыми и красивыми.**







# Для чего нужна утренняя зарядка?



Зарядка очень полезна для твоего здоровья: она помогает проснуться утром, дарит хорошее настроение и бодрость на целый день.

Любые занятия спортом укрепляют мышцы, кости и помогают тебе не заболеть зимой.



Продолжительность зарядки в зависимости от возраста — от 10 до 30 минут.

Утреннюю зарядку лучше всего проводить при открытых форточках, под веселую музыку.

Можно придать упражнениям сказочную окраску: например, почувствуй себя обезьянкой или косолапым медвежонком.

