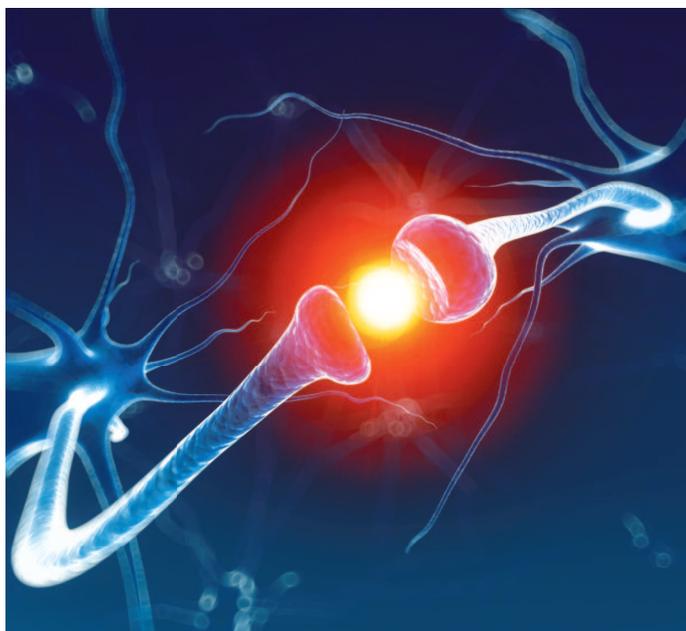




Сабрина Рахлей

ЧЕЛОВЕК

ВЗГЛЯД ВНУТРЬ



#эксмодетство
Москва
2021

Поможет тебе ориентироваться в книге.

Что есть что?

4

Чудо-тело

- ▶ 4 Идеальное взаимодействие
- ▶ 6 Чудеса жизни
- ▶ 8 Структурная единица жизнедеятельности

Отмеченные страницы тебя особенно заинтересуют!

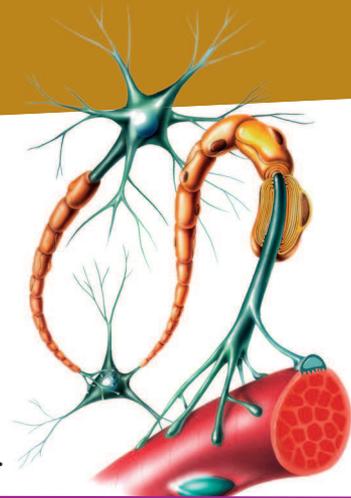
Стр. 15

Твоё ухо — часть сложного органа слуха. Шум и громкие звуки могут привести к болезням и глухоте.



Стр. 12

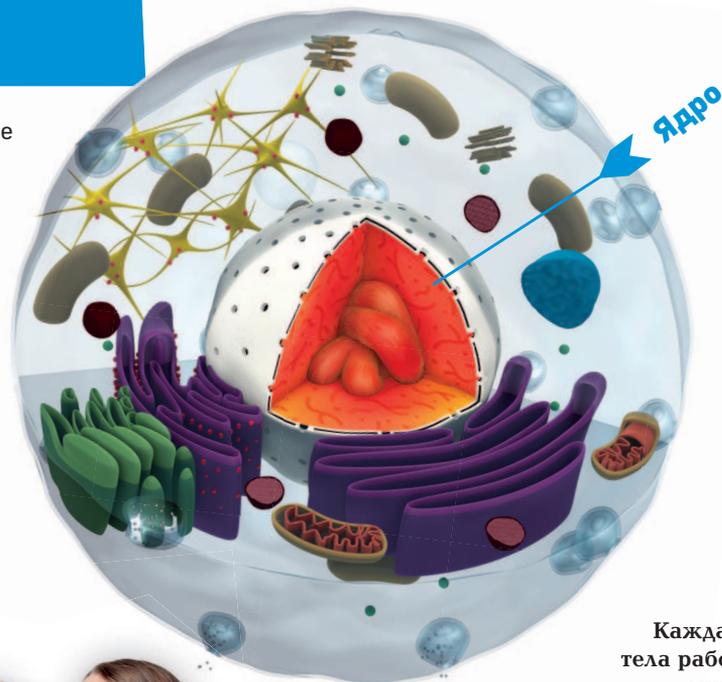
Нервные клетки с длинными отростками являются посредниками между мозгом и частями тела.



10

Что тобой управляет

- ▶ 10 Мозг — командный центр
- ▶ 12 Испорченный телефон



Стр. 8

Каждая клетка тела работает как мини-завод.

14

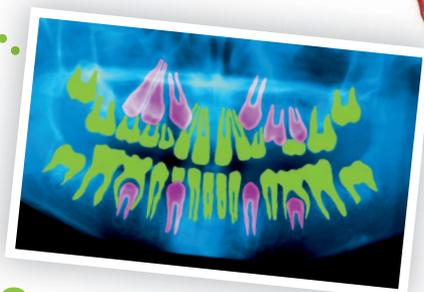
Наши органы чувств

- ▶ 14 Врата в мир
- ▶ 16 То, что пахнет, имеет вкус
- ▶ 18 Честный разговор: глаз, нос и друзья

20

Жизненно важные системы

- 20 Вдох! Выдох!
- 22 Ритмичный насос
- ▶ 24 Курьеры и полицейские
- 26 Еда и питье
- 28 Открой рот!
- 30 Уборщики
- ▶ 32 Атака микробов
- 34 Естественная защитная оболочка



Стр.

28

Поразительно, но факт: постоянные зубы находятся в твоей челюсти с самого рождения.

36

Опора и поддержка

- ▶ 36 Скелет
- 38 Работа в команде
- 40 Сила и движение



Скелет — это каркас человека. Суставы и мышцы соединяют кости.

Стр.

22

Твое сердце всегда работает. Оно — мотор твоего тела, снабжающий каждую клетку кислородом и питательными веществами через кровоток.



Стр.

46

Как зарождается новая жизнь.



42

Развитие и размножение

- 42 Небольшая разница
- ▶ 44 Жизненная программа
- 46 Как возникает новая жизнь

Стр.
36

48

Словарь

Здесь ты найдёшь краткие объяснения наиболее важных терминов!



Dirk Новицки сосредоточенно ждёт выхода. Его тело хорошо подготовлено благодаря многолетним регулярным тренировкам. Он приучился восстанавливаться даже за время короткого перерыва.

Идеальное взаимодействие

Когда баскетболист Dirk Новицки подпрыгивает, чтобы бросить мяч в корзину, его тело работает на полную мощность. Меньше секунды требуется мозгу спортсмена, чтобы подготовить весь организм к этому моменту: сердце бьётся быстрее, перекачивая по сосудам больше крови. Мышцы и сухожилия ждут команды к прыжку, гормоны вызывают прилив сил в организме, так же как участники

группы поддержки улучшают настроение болельщиков. Мы видим лоснящееся от пота тело, сосредоточенное выражение лица. Мы ощущаем целеустремлённость и готовность к молниеносным движениям. Все части нашего тела работают слаженнее и чётче, чем любая машина, которую могут изобрести люди. И делают они это не только перед решающим броском в баскетболе, а круглосуточно — всю жизнь.

Дирк: 2,13 м

Трудная работа для организма

Организм спортсмена реагирует на команды мозга за доли секунды. По нервным волокнам информация немедленно достигает всех частей тела. Выделяются определённые гормоны, которые подготавливают все органы и мышцы к прыжку. Сердце бьётся быстрее, кровь доставляет больше кислорода к мышцам. Все мышцы тела готовятся к прыжку — каждая из них необходима для этого действия. Для костей, суставов, сухожилий и связок возвращение Дирка Новицки на пол после прыжка означает трудную работу — они должны смягчить нагрузку при приземлении.

Дирк Новицки

Профессиональный баскетболист

Родился

19 июня 1978 года в Вюрцбурге.

Рост: 2,13 метра

Размер обуви: 50

Путь к профессионализму

Уже в третьем классе Дирк был выше всех своих одноклассников, а вскоре и превзошёл по росту большинство учителей. Его увлекала не столько школа, сколько спорт: сначала он играл в теннис, затем в баскетбол, много тренировался и в 20 лет стал самым успешным баскетболистом Германии. Новицки играл так хорошо, что в 1998 г. руководство американской команды «Даллас Маверикс» обратило на него внимание и пригласило его к себе. С тех пор он играл за эту команду и завершил карьеру в 2019 г.

1



2



3



Соперник Дирка Новицки пытается перехватить у него мяч.



Франц: 1,3 м

Францу восемь лет, и его рост уже около 1,3 метра. Однако он вряд ли будет таким же высоким, как Дирк Новицки, который в детстве был выше всех.

