

## Вопросы юным знатокам

- \*1. Может ли человек прожить без неживой природы? Почему?
- \*2. К каким системам органов относят лёгкие, сердце, желудок?



А. А. Дорохов. «Про тебя самого».

## КОЖА ЧЕЛОВЕКА



**Вспомните**, какие внутренние органы человека вы знаете. Какой орган покрывает тело человека? с. 102

Тело человека покрыто кожей. Это наш самый большой орган. Толще всего (2 миллиметра) кожа на стопах. А тоньше всего — на веках.

Кожа человека постоянно обновляется. Её верхний слой отмирает и отшелушивается, вместо него образуется новый. Полное обновление кожи у взрослого человека происходит за 26—30 дней.

За цвет нашей кожи отвечает особое вещество — меланин. Чем больше его вырабатывается, тем кожа человека темнее.





**Исследуйте** свою кожу и **ответьте** на вопросы.

1. Рассмотрите и потрогайте кожу на руке. Какого она цвета? Какая на ощупь? 2. Оттяните кожу двумя пальцами и отпустите её. Эластична ли она? 3. Прижмите кончик пальца к зеркалу или стеклу. Что осталось на поверхности? 4. Рассмотрите кожу через лупу. Найдите тоненькие волоски и маленькие отверстия — поры.



**Подумайте**, почему кожа не мешает нашим движениям.

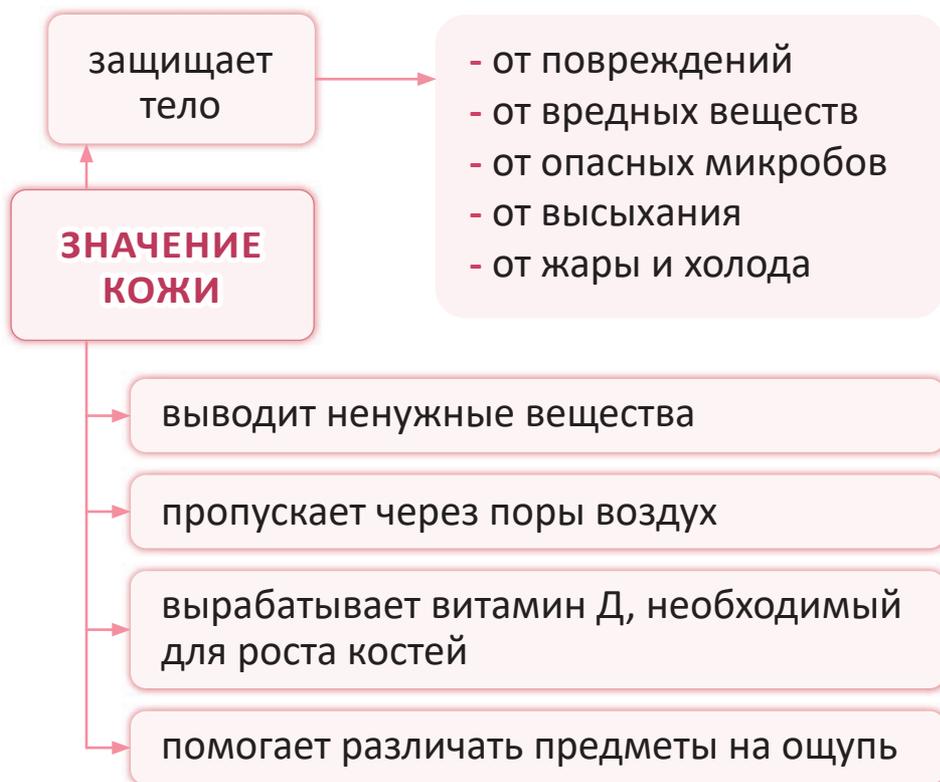
Кожа мягкая, гладкая, эластичная. Поэтому она не мешает движениям человека.

Через одни поры на коже выделяется жир (кожное сало), а через другие — пот. Жир смягчает кожу, придаёт ей эластичность, не пропускает в неё воду. Пот испаряется и охлаждает тело. С потом из организма выводятся вредные вещества.



**Рассмотрите** рисунки. Какое значение имеет кожа для человека? **Изучите** схему. Что нового вы узнали?





**Определите** на ощупь с закрытыми глазами предмет, который даст вам сосед по парте. А сможете ли вы сделать это в перчатках?



Кожа — орган, который выполняет функцию осязания. Она особенно чувствительна на кончиках пальцев и стопах ног. Прикасаясь к предметам, мы можем определять их форму и размер. Осязание помогает отличать холодное от горячего, мягкое от твёрдого, гладкое от шершавого.



**Докажите**, что важно заботиться о чистоте кожи. Что нового вы узнали из текста на с. 106?

Когда жир, пот, пыль скапливаются на коже, они закрывают поры. Грязная кожа плохо дышит, на ней поселяются опасные микробы. Они вызывают неприятный запах, разные заболевания. Чистая кожа выделяет защитные вещества, и микробы на ней гибнут. Во время мытья она массируется, становится красивой и эластичной. Заботьтесь о чистоте своей кожи и берегите её от повреждений.

**?** **Расскажите**, как вы заботитесь о своей коже. Какие средства гигиены используете?



Не забывайте умываться утром и вечером перед сном. Чаще мойте руки. Не реже 1—2 раз в неделю мойте всё тело с мылом и мочалкой.

### Проверьте себя

1. Согласны ли вы со словами: «Без кожи тело жить не может»? Объясните почему.
2. Почему нужно заботиться о чистоте кожи?
3. Как надо ухаживать за кожей?

## Вопросы юным знатокам

- \*1. Почему к незнакомым предметам человек притрагивается кончиками пальцев?
- \*2. Почему даже крохотная ранка опасна для здоровья человека?



Чем удивительна кожа человека?

## ОПОРА ТЕЛА И ДВИЖЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА

**Вспомните**, какие системы органов человека вы знаете. **Рассмотрите** схему. Из чего состоит опорно-двигательная система человека? **с.102**

### ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Скелет

Мышцы

