



بدن ما



زیر پوست ما
چه خبر است؟



انتشارات پرتقال

بدن ما: زیر پوست ما چه خبر است؟

نویسنده: متیو اولدهم

تصویرگر: تونی نیل

مترجم: شروین جوانبخت

ویراستار: سهیلا نظری

طراح جلد نسخه‌ی فارسی: زربناز عزیزمحمدی

آماده‌سازی و صفحه‌آرایی: مینا فیضی - سعیده برزگرزاده

مشاور فنی چاپ: حسن مستقیمی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۴-۸۲۳-۴

نوبت چاپ: دوم - ۱۴۰۳

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: ایماژ

قیمت: ۶۹۰۰۰ تومان



سرشناسه: اولدهم، متیو / Oldham, Matthew / عنوان و نام پدیدآور: بدن ما: زیر پوست ما چه خبر است؟ / نویسنده: متیو اولدهم؛
تصویرگر: تونی نیل؛ مترجم: شروین جوانبخت. / مشخصات نشر: تهران: نشر پرتقال، ۱۴۰۳. / مشخصات ظاهری: ۲۴ ص: مصور (رنگی).
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۴-۸۲۳-۴ / وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا / یادداشت: عنوان اصلی: The Human Body Book (Usborne Book and Jigsaw), 2020 / موضوع: بدن انسان / موضوع: Body, human / موضوع: انسان -- فیزیولوژی / موضوع: Human physiology / موضوع: شخصیت‌های کارتون /
موضوع: Comic strip character / شناسه‌ی افزوده: نیل، تونی، تصویرگر / Neal, Tony / شناسه‌ی افزوده: جوانبخت، شروین، ۱۳۶۹، مترجم
رده‌بندی دیویی: ۶۱۲ / شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۷۳۵۵۱ / ۹۶۹۰۷۵۵

بدن همه‌ی ما

همه‌ی ما باهم فرق داریم. آدم‌ها شکل‌ها و اندازه‌های مختلفی دارند، استعداد‌های متفاوتی دارند و هرکدام از یک کار متفاوت خوششان می‌آید.



بدن همه‌ی ما برای اینکه
به کارش ادامه بدهد به
سه چیز نیاز دارد.

با اینکه همه باهم فرق
دارند، اما بعضی از
ویژگی‌هایشان مثل
هم است.

غذا...

آب...

و هوا!

سلول‌ها



هر سلول کار متفاوتی انجام
می‌دهد، اما همه باهم
همکاری می‌کنند تا ما
زنده بمانیم.

آنچه بدن همه‌ی ما را ساخته،
یکسان است؛ در واقع بدن
همه‌ی ما از ذره‌های ریزه‌میزه‌ای
به نام سلول ساخته شده است.



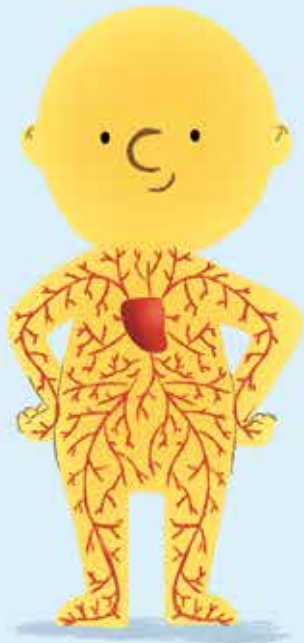
اعضای بدن

بدن از بخش‌های مختلفی تشکیل شده که هرکدام وظیفه‌ای دارند.
آن‌ها این‌طوری کنار هم قرار گرفته‌اند:

بیرون بدن را یک لایه پوست پوشانده است.



زیر پوست لایه‌ی ضحیمی از ماهیچه کشیده شده است که کمک‌تان می‌کند حرکت کنید.

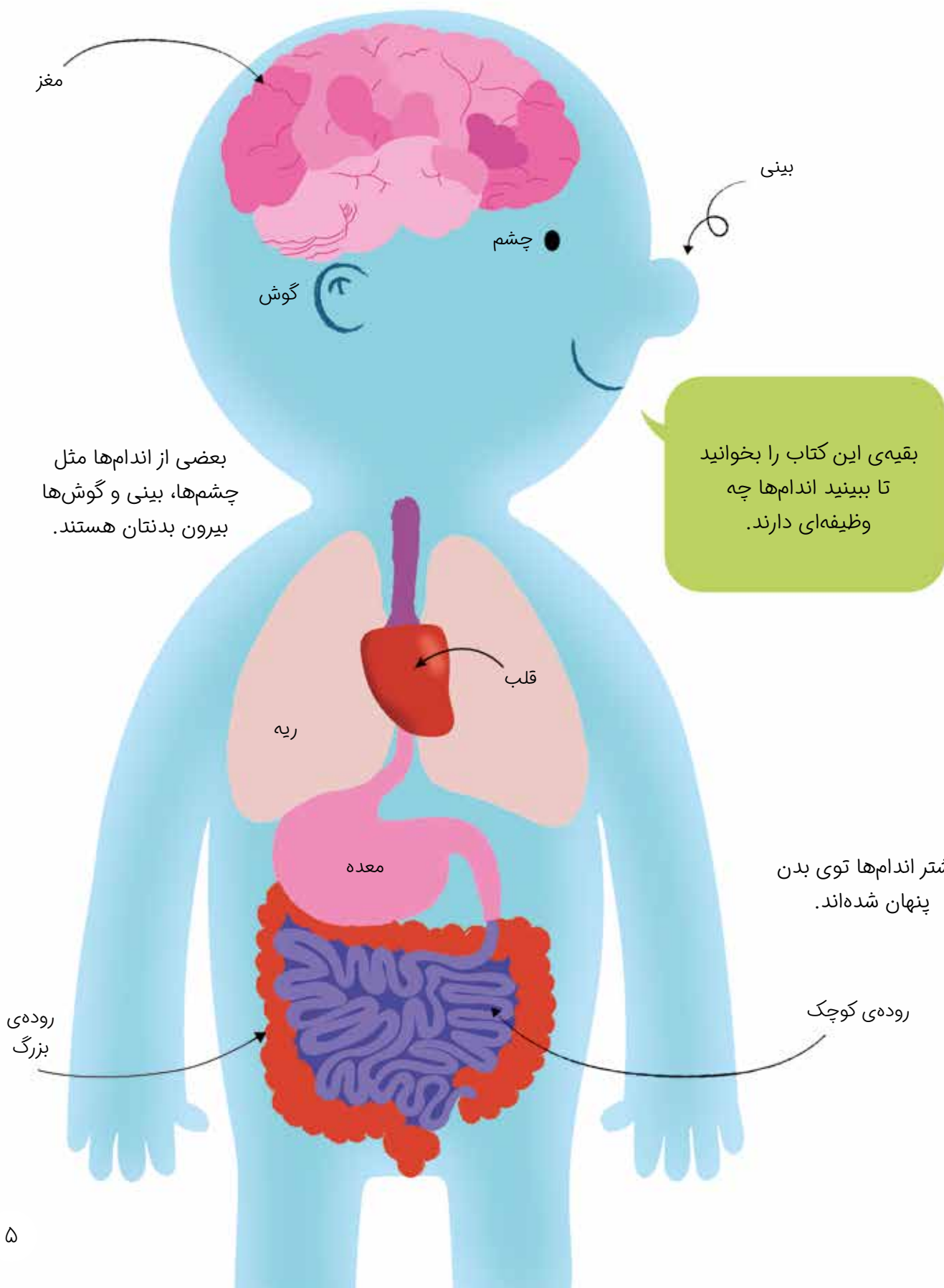


شبکه‌ای از رگ‌های خونی هم دارید؛ لوله‌هایی که خون را به همی اعضای بدن می‌رسانند.



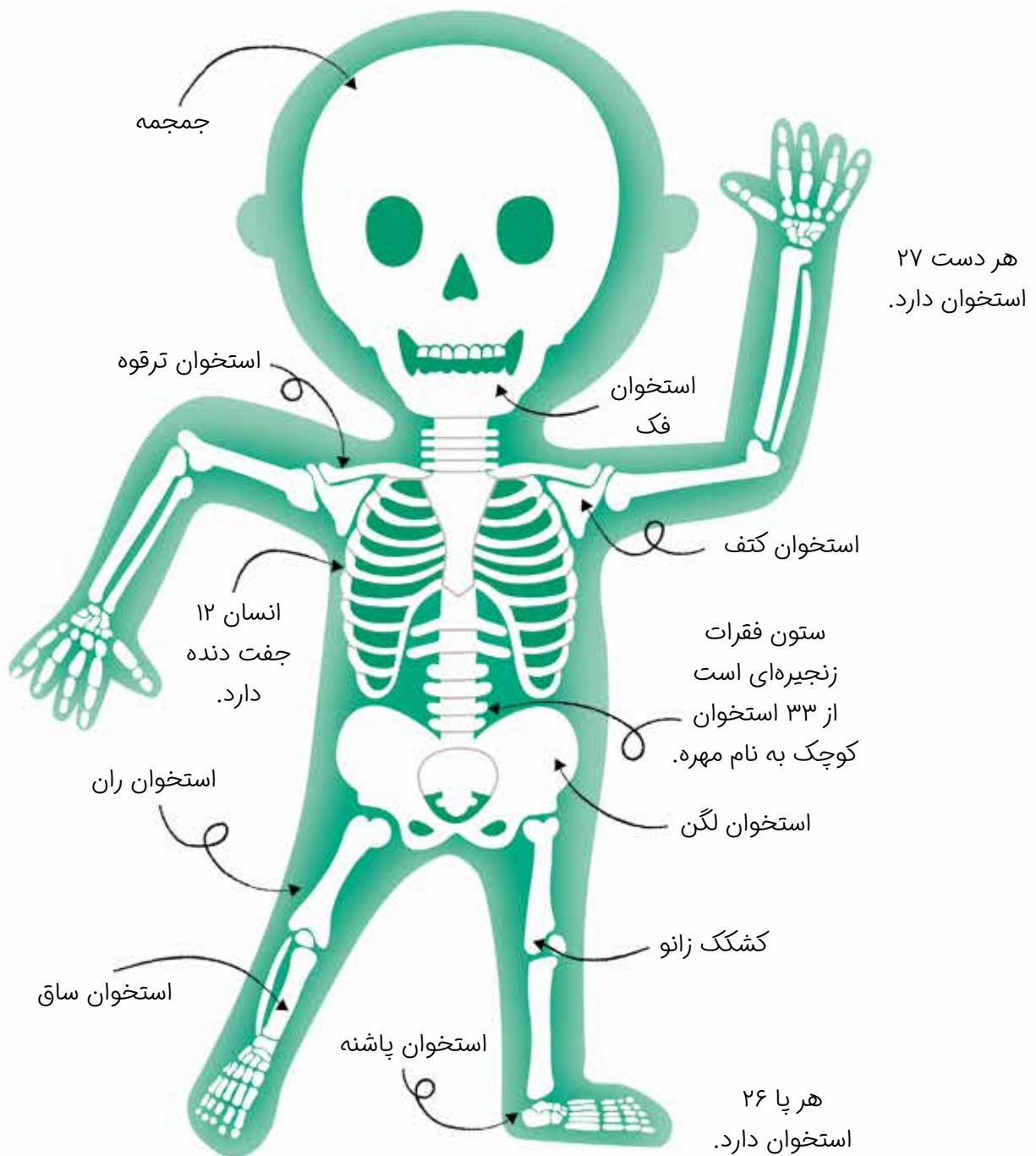
زیر ماهیچه‌ها، مجموعه‌ای از استخوان‌های محکم شما را سرپا نگه می‌دارد. اسکلت بدن شما اینجاست.

اندام‌ها بخش مهمی از بدن هستند که
هرکدام وظیفه‌ای دارند.



استخوان‌های محکم

همه توی بدنشان صدها استخوان دارند. استخوان‌ها سخت و محکم هستند و وقتی کنار هم قرار می‌گیرند، اسکلت را می‌سازند.





آدم‌ها بدنشان را از محل اتصال دو استخوان تکان می‌دهند که به آن مفصل می‌گویند.
جهت حرکت مفصل‌ها باهم فرق می‌کند.



استخوان‌های شکسته در گچ به هم جوش می‌خورند.

پزشک دور آن را با قاب محکمی به نام گچ می‌بندد تا در جای خودش ثابت شود.

استخوان‌ها قوی‌اند، اما گاهی می‌شکنند.



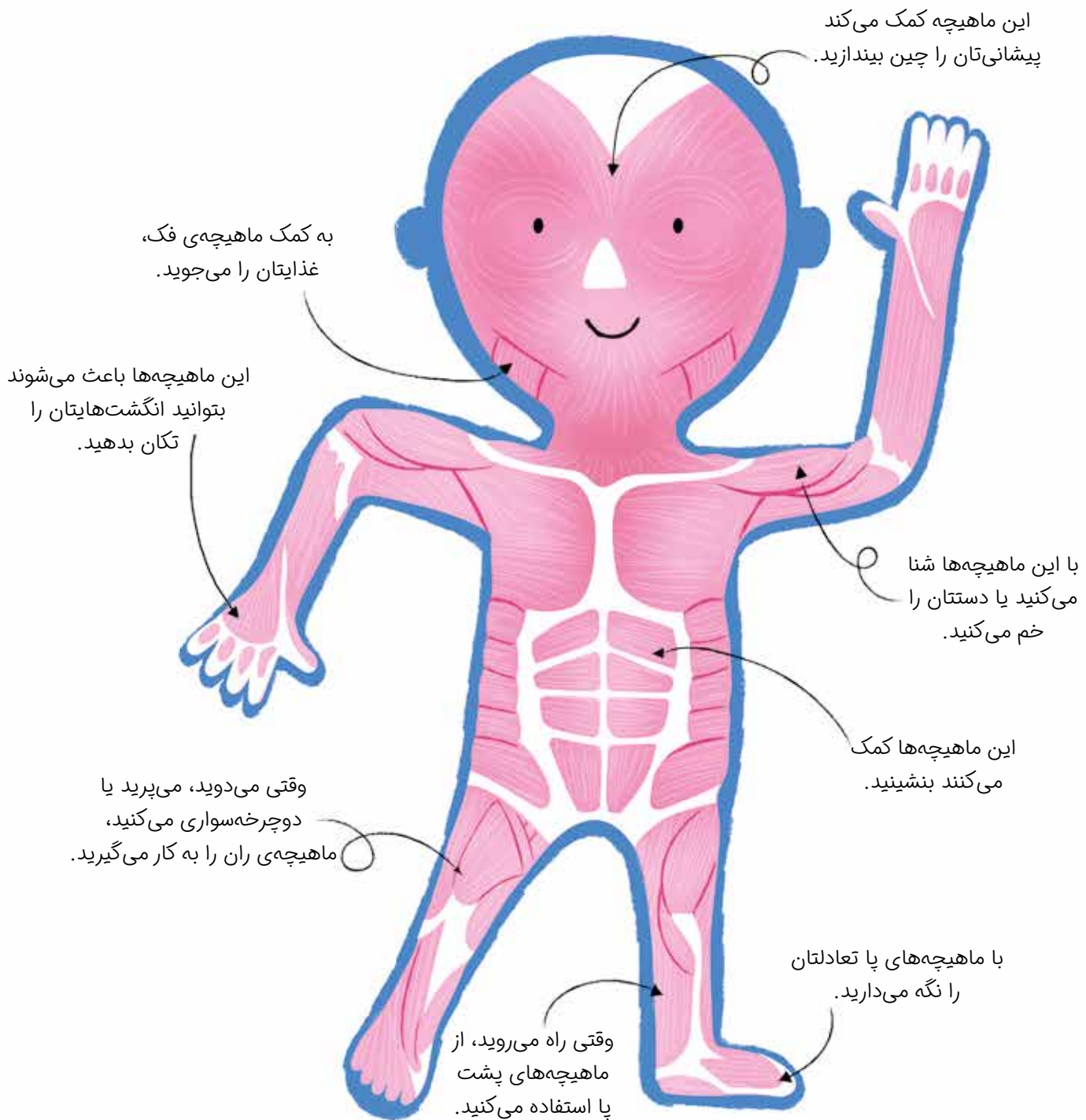
وقتی ورزش می‌کنید، پوشش ایمنی را فراموش نکنید.

با بازی کردن در بیرون از خانه هم می‌توانید استخوان‌هایتان را قوی نگه دارید.

این غذاها استخوان‌ها را قوی‌تر می‌کنند.

قدرت ماهیچه‌ها

ماهیچه‌ها قوی و کشسانی هستند. آدم‌ها به کمک آن‌ها حرکت می‌کنند.

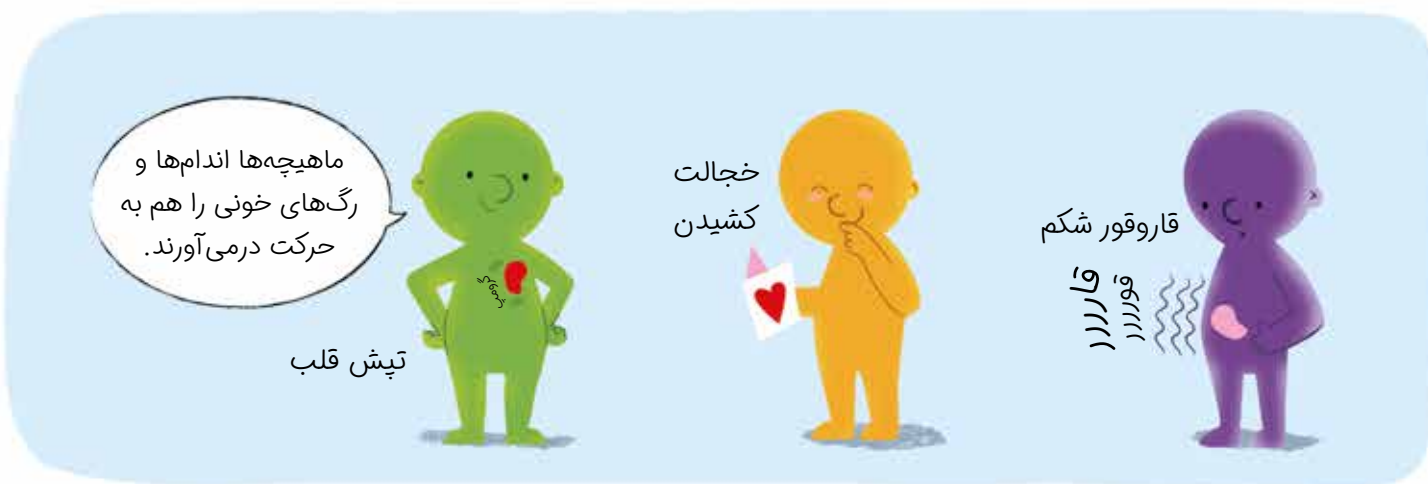




هر بار بدنتان را تکان می‌دهید، ماهیچه‌هایتان را به کار می‌اندازید.



هرچه بیشتر ماهیچه‌ها را به کار بگیرید، قوی‌تر می‌شوند.



بعضی از ماهیچه‌ها خودشان بدون دخالت شما تکان می‌خورند. شما انتخاب نمی‌کنید که از این ماهیچه‌ها استفاده کنید، اما می‌توانید حرکتشان را احساس کنید.