

# СОДЕРЖАНИЕ

ПОЗНАКОМЬСЯ С ПТИЧКОЙ  
И ПЧЁЛКОЙ

Ты знаешь, что я читаю?

8-9

1

ЗАИНТЕРЕСОВАНЫ? СМУЩЕНЫ?  
ОЗАДАЧЕНЫ?

Откуда на самом деле берутся  
дети?

10-11

2

ЯЙЦЕКЛЕТКА + СПЕРМАТОЗОИД =  
РЕБЁНОК

Репродукция

12-13

3

РАЗНЫЕ И ОДИНАКОВЫЕ

Мужчины и женщины

14-15

4

ВЗРОСЛЕНИЕ

Младенцы, дети, подростки,  
взрослые

16-17

5

ЧТО ВНУТРИ? ЧТО СНАРУЖИ?

Женщины

18-19

6

ЧТО ВНУТРИ?  
ЧТО СНАРУЖИ?

Мужчины

20-21

7

ПУТЕШЕСТВИЕ ЯЙЦЕКЛЕТКИ  
Чем занимаются яйцеклетки?

22-25

8

ПУТЕШЕСТВИЕ СПЕРМАТОЗОИДА

Чем занимается сперматозоид?

26-29

9

ЧТО ТАКОЕ СЕКС?

От занятия любовью  
до зачатия ребёнка

30-33

10

ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ?

Разные виды любви

34-37

11

БОЛЬШАЯ ГОНКА

Встреча сперматозоида  
с яйцеклеткой

38-43



12

**ТЁПЛАЯ И УЮТНАЯ МАТКА**

Беременность

44-49

13

**СВЕЖАЯ ЕДА! СВЕЖИЙ ВОЗДУХ!**

Рост и поддержание здоровья

50-53

14

**УДАРЫ, ПИНКИ, ИКОТА**

И ОТРЫЖКА

Растущий плод

54-57

15

**ДВОЙНЯШКИ И НЕ ТОЛЬКО**

Двойняшки, тройняшки, четверняшки,  
пятерняшки

58-59

16

**ВЫХОДИ, ВЫХОДИ,**

**ГДЕ БЫ ТЫ НИ БЫЛ!**

Роды

60-65

17

**ЧТО ДЕЛАЕТ ТЕБЯ ТОБОЙ?**

Хромосомы, гены и кое-что ещё

66-67



18

**СТАНОВИМСЯ СЕМЬЁЙ**

После рождения или усыновления  
ребёнка

68-71

19

**ТВОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ**

Нормальные и ненормальные  
прикосновения

72-75

20

**ПОГОВОРИМ ОБ ЭТОМ**

ВИЧ и СТИД

76-77

21

**СТАРШИЕ И МЛАДШИЕ**

Отношение к детям, игры  
с ребёнком

78-79

22

**ДАВАЙТЕ ПРАЗДНОВАТЬ!**

С днём рождения!

С днём усыновления!

80-81

**ЭТО ТАК УДИВИТЕЛЬНО!**

Продолжаем разговор!

82

**АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ**

85-86



# ПОЗНАКОМЬСЯ С ПТИЧКОЙ И ПЧЁЛКОЙ

Ты знаешь, что я читаю?





Родители  
ловят детей!  
В этом и за-  
ключается их  
обязанность.

Не думаешь же ты,  
что родители ловят  
ребёнка, будто мяч?  
Я думаю, что нет!



Что ты точно  
знаешь о том,  
откуда берутся дети  
или как они  
зарождаются?



Я точно  
знаю, что все  
твои теории  
неправильны!



Может, аист  
бросает младенца  
с неба и он  
приземляется прямо  
в мамин живот?



Не-е-ет!  
Детей приносят  
не аисты! Всем  
это известно!



На самом деле  
я прочитал, что у папы  
внутри есть семена -  
сперматозоиды. У мамы  
внутри - яйца, то есть  
яйцеклетки.

И..?

Однажды одно  
из семян про-  
растает в одном  
из яиц.

Затем семя объединяется  
с яйцом, и их союз  
начинает превращаться  
в ребёнка.



Что  
за глупости!  
Я не верю  
ни единому  
слову!



Это правда,  
я выяснял.



А как  
ты думаешь,  
откуда берутся  
дети?



Откуда ребёнок берётся,  
как он зарождается, даже  
как он рождается - всё это  
большая загадка...

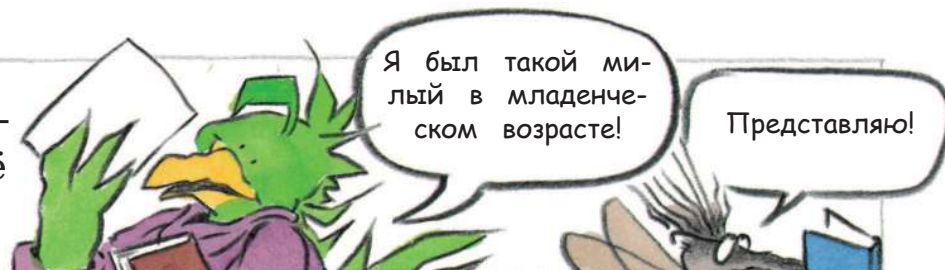
И я не хочу  
её разгадывать!

1

# ЗАИНТЕРЕСОВАНЫ? СМУЩЕНЫ? ОЗАДАЧЕНЫ?

Откуда на самом деле берутся дети?

Ты когда-нибудь видел фотографии, на которых ты ещё совсем маленький?



Ты когда-нибудь интересовался, откуда берутся дети и как они зарождаются или откуда взялся ты?



Все бабушки, дедушки, родители, родные и двоюродные сёстры и братья, тёти, дяди, друзья, учителя, пожарные, библиотекари, гимнасты, космонавты, стоматологи, учёные, повара, медсёстры, продавцы, врачи, водители автобусов, лётчики, полицейские, хоккеисты, мэры городов и рок-звёзды, все люди, живущие на земле, когда-то были младенцами. Появление на свет малыша – это волшебство! Большинство детей, но не все, хотят узнать, откуда на самом деле они берутся.



Возможно, тебе кажется, что ты точно знаешь, откуда берутся дети. Даже если твои родители говорили с тобой об этом или вы обсуждали эту тему с друзьями, у тебя могли остаться некоторые вопросы, и это абсолютно нормально. Чтобы найти ответы на эти вопросы, стоит побеседовать с родителями, врачом, медсестрой или учителем. Если тебе хочется поискать информацию онлайн (то есть в Интернете), попроси кого-нибудь из взрослых найти тебе безопасный детский сайт, где ты сможешь найти ответы на свои вопросы и почитать о том, что тебя интересует, например о работе и росте организма или о рождении детей.



Иногда вопросы, мысли и чувства, связанные с появлением детей, могут показаться тебе слишком личными. Возможно, тебе сложно и неловко задавать взрослым вопросы. Чувствовать любопытство, смущение или замешательство при этом абсолютно нормально. Также абсолютно нормально иметь множество вопросов о появлении детей на свет.

С древнейших времён люди всех возрастов хотели узнать, откуда берутся дети. Однако зачатие ребёнка – вещь непростая, поэтому информация о появлении детей на свет покажется тебе интересной и даже забавной, сколько бы лет тебе ни было.



# ЯЙЦЕКЛЕТКА + СПЕРМАТОЗОИД = РЕБЁНОК

## Репродукция

Когда в природе зарождается новое животное или растение, учёные называют это репродукцией. Репродукция означает воспроизведение живыми существами себе подобных.



Благодаря репродукции растения и животные размножаются.



Один из фактов о зарождении ребёнка довольно прост: чтобы получился малыш, сперматозоид и яйцеклетка должны объединиться.

Это разве просто?

ЯЙЦЕКЛЕТКА + СПЕРМАТОЗОИД = ребёнок!  
Это простая задачка!

Сперматозоид и яйцеклетка являются клетками. На самом деле все растения и животные, в том числе человек, состоят из множества миллионов клеток.

Здесь говорится: «Существуют клетки мозга, клетки кожи, клетки костей, клетки мышц, яйцеклетки, сперматозоиды и множество других видов клеток». Вот это удивительно!

Здесь говорится: «Человеческое тело состоит примерно из 200 типов клеток». Вот это наука!

Хм-м-м...  
«Яйцеклетка - одна из самых больших клеток человеческого тела».

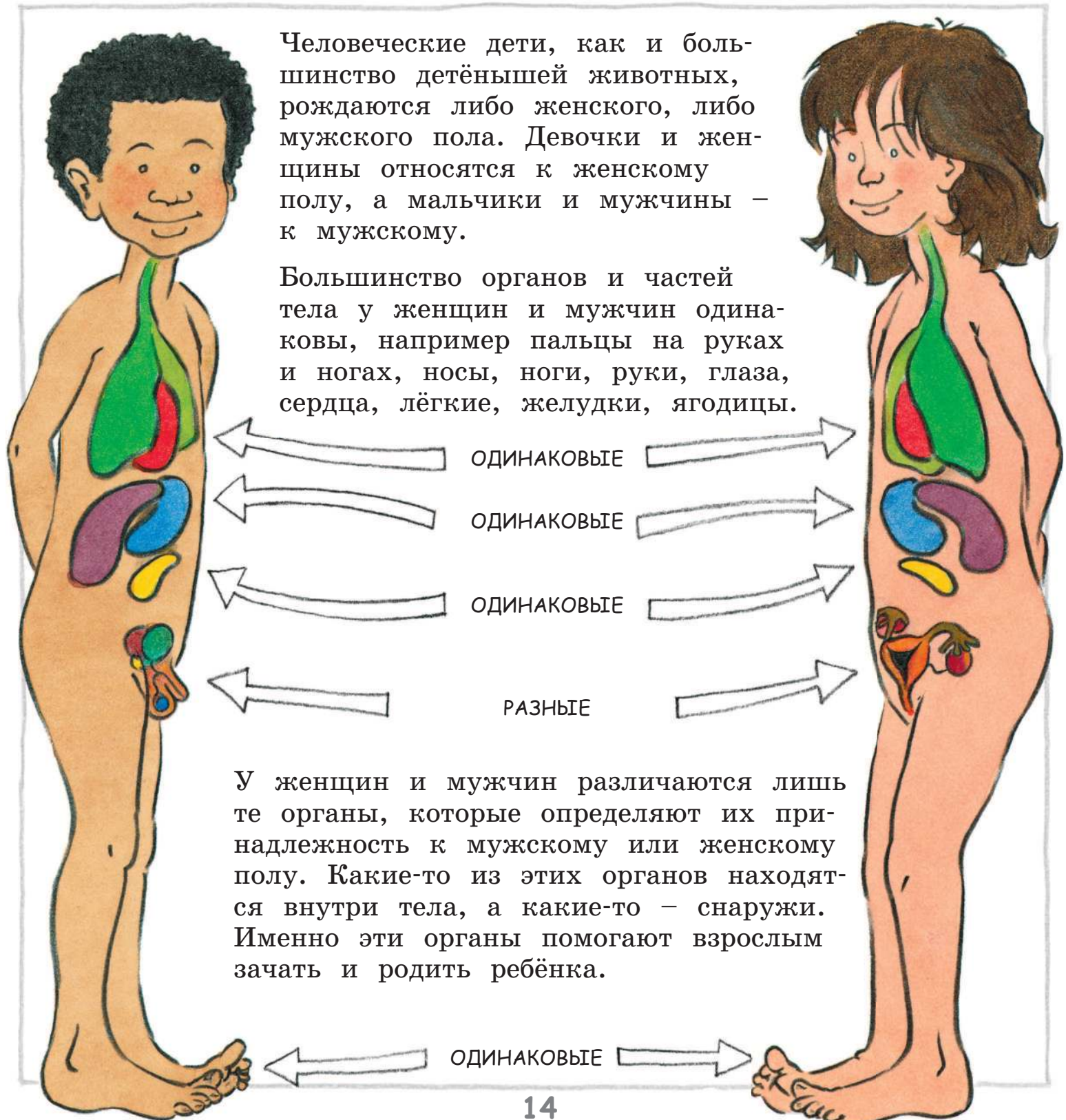
А ты знал, что сперматозоид - одна из самых маленьких клеток в теле человека?

Сперматозоид и яйцеклетка - это клетки, которые участвуют в создании ребёнка. У многих животных, но не у всех, клетки будущего ребёнка начинают активно делиться после слияния сперматозоида с яйцеклеткой. Так у людей и получают дети.



# РАЗНЫЕ И ОДИНАКОВЫЕ

## Мужчины и женщины



Для зачатия ребёнка нужна мужская сперма. Сперма вырабатывается в особых мужских органах, которые называются яичками. Когда мальчик вырастает, его яички начинают производить невероятное количество сперматозоидов: от 100 000 000 до 300 000 000 в день.



Для зачатия ребёнка нужна и женская яйцеклетка. Яйцеклетки находятся внутри особых женских органов, которые называются яичниками. Когда девочка рождается, в её яичниках есть уже все яйцеклетки (от 1 000 000 до 2 000 000), которые понадобятся ей в будущем, чтобы зачать ребёнка.



Каждый мальчик рождается с органами, которые потом будут вырабатывать миллионы сперматозоидов, а все девочки появляются на свет с миллионами яйцеклеток в яичниках. Но они не смогут зачать ребёнка, пока не станут взрослыми, то есть не достигнут половой зрелости.



# ВЗРОСЛЕНИЕ

## Младенцы, дети, подростки, взрослые

Ты растёшь с самого младенчества. Период полового созревания – это время, когда тело девочки становится телом женщины, а тело мальчика – телом мужчины.

Наверняка ты уже видел ребят, которые вступили в период полового созревания. Возможно, ты замечал, что тело старшего брата или сестры начинает меняться и всё сильнее напоминать тело взрослого человека.

В этот период тела мальчиков и девочек претерпевают большие изменения, но эти изменения происходят не все сразу. У большинства детей тело активно меняется на протяжении нескольких лет.

Так как для зачатия ребёнка нужны сперматозоиды и яйцеклетка, мужчина и женщина могут зачать малыша только после начала полового созревания. Однако лучше всего подождать ещё несколько лет, пока они не станут по-настоящему взрослыми. Это связано с тем, что каждому маленькому ребёнку требуется осознанная любовь и забота.



### ЧТО ПРОИСХОДИТ ВО ВРЕМЯ ПОЛОВОГО СОЗРЕВАНИЯ?

- Мальчики и девочки набирают вес и становятся выше.
- У мальчиков и девочек растут волосы подмышками, на руках и ногах.
- Мальчики и девочки больше потеют.
- У некоторых мальчиков и девочек появляются прыщики на лице, груди и спине.
- У мальчиков голос становится ниже.
- У девочек расширяются бедра и начинает расти грудь.
- У девочек вырастают волосы вокруг вульвы (область нежной кожи между ног).
- У мальчиков вырастают волосы над верхней губой, на груди и у основания пениса.
- У девочек яичники начинают выводить яйцеклетки.
- У мальчиков яички начинают выработку сперматозоидов.

То есть сначала ты младенец, потом ребёнок, потом подросток, и только потом ты становишься взрослым. Расти придётся долго!



Мне нравится быть ребёнком. Я бы хотел им остаться. А ты?

## РАСТЁШЬ, РАСТЁШЬ И ВЫРАСТАЕШЬ!

У девочек половое созревание начинается в возрасте 8-15 лет, то есть когда они находятся в старшем детском или подростковом возрасте.



младенчество



младший  
детский  
возраст



старший  
детский  
возраст



подростковый  
возраст



зрелость



старость

У мальчиков половое созревание начинается в возрасте 9-15 лет, то есть когда они находятся в старшем детском или подростковом возрасте.



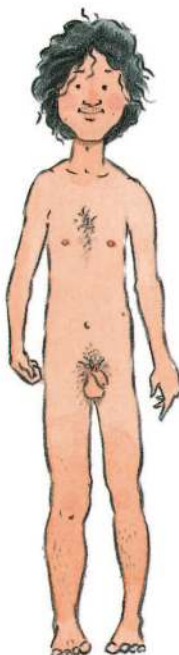
младенчество



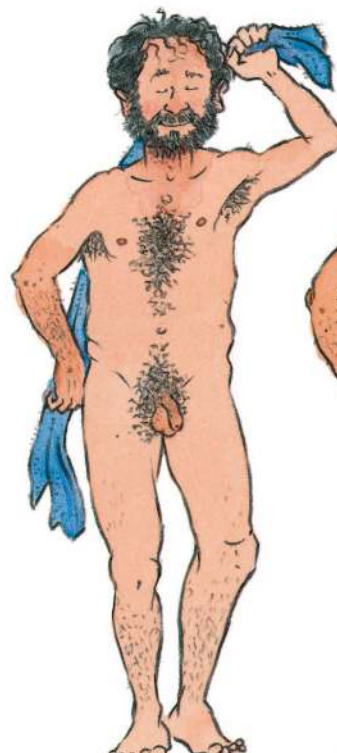
младший  
детский  
возраст



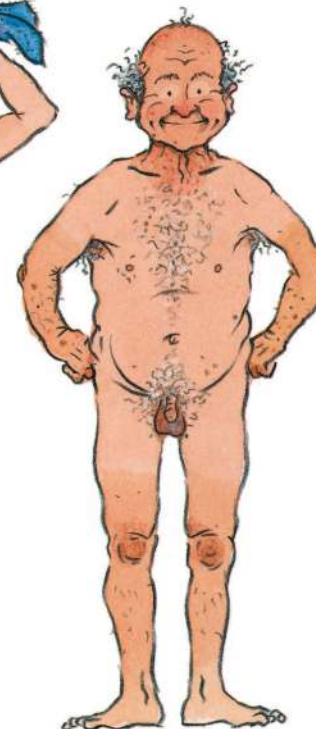
старший  
детский  
возраст



подростковый  
возраст



зрелость



старость

# ЧТО ВНУТРИ? ЧТО СНАРУЖИ?

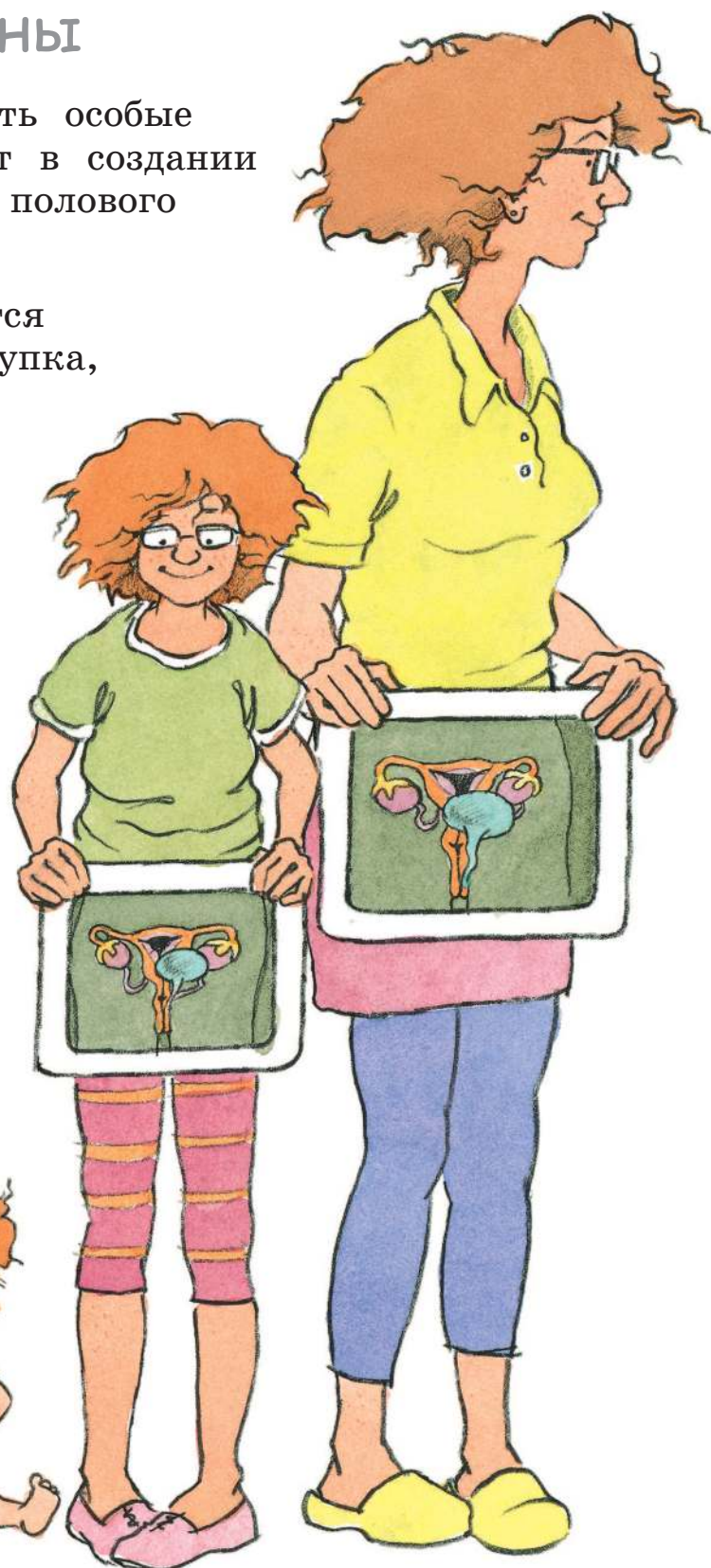
## Женщины

У всех девочек, девушек и женщин есть особые женские органы. Именно они участвуют в создании ребёнка, но это невозможно до начала полового созревания.

**ВНУТРЕННИЕ** женские органы находятся у девочек, девушек и женщин ниже пупка, под желудком и кишечником.

**НАРУЖНЫЕ** женские половые органы располагаются у девочек, девушек и женщин между ног.

Женская грудь тоже находится **СНАРУЖИ**. Грудь увеличивается в размерах после начала полового созревания. Когда у женщины рождается ребёнок, её грудь начинает вырабатывать молоко для кормления младенца.



## ЧТО НАХОДИТСЯ ВНУТРИ?

Внутри двух **ЯИЧНИКОВ** у женщин находятся яйцеклетки. У маленьких девочек размер яичников размером с виноградину. Во время полового созревания яичники увеличиваются и достигают размеров крупной клубники.

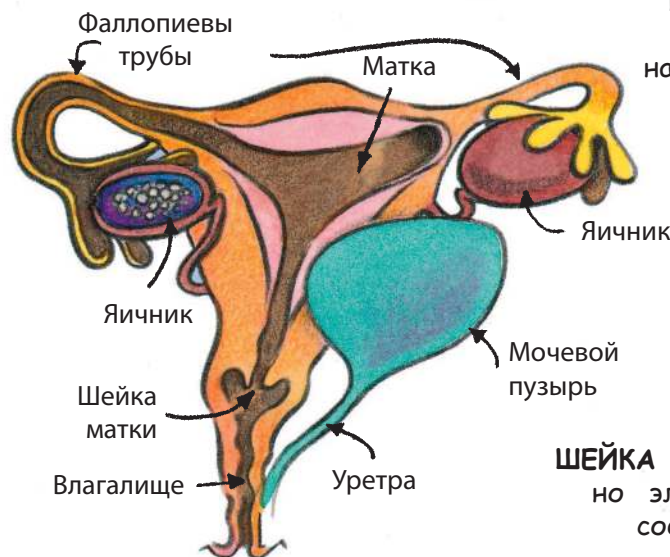


Яичники

**ФАЛЛОПИЕВЫ ТРУБЫ** - это две тонкие трубки, чьи наружные концы у основания яичников по форме напоминают цветы. Каждая труба примерно соответствует диаметру трубочки для напитков. Каждая труба соединена с маткой.



Фаллопиевы трубы



**МАТКА** состоит из сильных и эластичных мышц. По размеру она похожа на маленькую перевернутую грушу.



Матка

**ШЕЙКА МАТКИ** - маленькое, но эластичное отверстие, соединяющее матку с влагалищем.

**ВЛАГАЛИЩЕ** - это узкая, но эластичная мышечная трубка, которая идет от матки до маленького отверстия между ног у женщины.

**УРЕТРА** - узкая трубочка, идущая от мочевого пузыря к ещё одному отверстию между ног женщины. Уретра и мочевой пузырь есть как у женщин, так и у мужчин.

## ЧТО НАХОДИТСЯ СНАРУЖИ?

Область нежной кожи между ног женщины называется **ВУЛЬВОЙ**.

Внутри вульвы есть две складки мягкой кожи, которые называются **ПОЛОВЫМИ ГУБАМИ**. Половые губы прикрывают и защищают внутренние части вульвы.

**КЛИТОР** - маленький кожный бугорок размером с горошину, который находится между передними участками половых губ.

Внутри половых губ расположены два отверстия: **ОТВЕРСТИЕ УРЕТРЫ** и **ОТВЕРСТИЕ ВЛАГАЛИЩА**.



ВУЛЬВА

**ОТВЕРСТИЕ ВЛАГАЛИЩА** расположено за отверстием уретры. Дети рождаются, проходя через влагалище.

За половыми губами есть ещё одно маленькое отверстие - **АНУС**. Каловые массы, также известные как какашки, выходят из женского тела через анус. Анус есть и у женщин, и у мужчин.

**ОТВЕРСТИЕ УРЕТРЫ** находится за клитором. Через него моча выводится из женского тела.

# ЧТО ВНУТРИ? ЧТО СНАРУЖИ?

## Мужчины

У всех мальчиков, юношей и мужчин есть мужские половые органы. Именно они участвуют в создании ребёнка, но это невозможно до начала полового созревания.

**ВНУТРЕННИЕ** половые органы мальчиков, юношей и мужчин находятся ниже пупка, под желудком и кишечником.

**НАРУЖНЫЕ** половые органы мальчиков, юношей и мужчин расположены между ног.

