

微型动物

季节和天气

农畜



航空

什么是科学

衣服

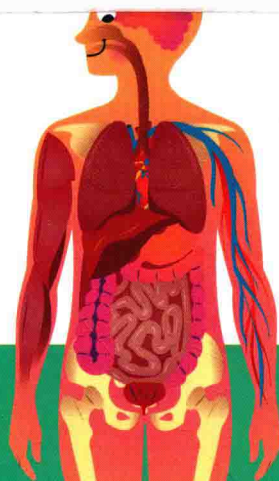


我的第一本

认知世界小百科

指尖上的知识 成长中的财富

成为一名科学家



鸟



雨林



沙漠



中国大百科全书出版社

3~6岁

我的第一本 认知世界小百科

卡萝尔·沃森 著

付海婧 译

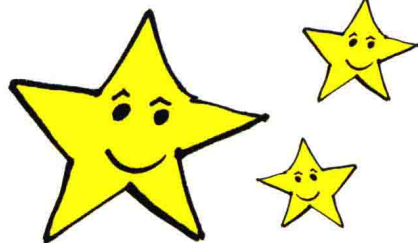


A DORLING KINDERSLEY BOOK



中国大百科全书出版社

Encyclopedia of China Publishing House



Penguin
Random
House

A Dorling Kindersley Book
www.dk.com

Original Title: My First Encyclopedia

Copyright © 1993, 1999, 2013 Dorling Kindersley Limited

北京市版权登记号：图字01-2014-3243

图书在版编目（CIP）数据

DK我的第一本认知世界小百科 / 英国DK公司编；
付海婧译. — 北京：中国大百科全书出版社，2016.9
书名原文：My First Encyclopedia
ISBN 978-7-5000-9958-1

I. ①D… II. ①英… ②付… III. ①科学知识—少儿
读物 IV. ①Z228.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第182498号

译者：付海婧
策划人：武丹
责任编辑：王瑜 吴宁
封面设计：袁欣

DK我的第一本认知世界小百科
中国大百科全书出版社出版发行
(北京阜成门北大街17号 邮编：100037)

<http://www.ecph.com.cn>

新华书店经销

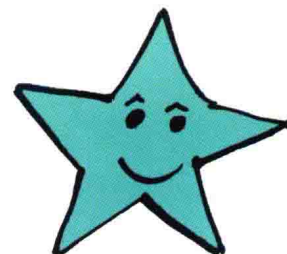
深圳当纳利印刷有限公司印制

开本：700毫米×1000毫米 1/8 印张：10

2016年9月第1版 2016年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5000-9958-1

定价：48.00元



目录

给家长和老师的话

健康的身体

人的身体	8
保持健康	10
食物与饮食	12
农作物种植	14



日常生活

家庭	16
住房和家	18
宠物	20
运动	22
衣服	24
工作	26
城镇和都市	28



科学与技术

什么是科学?	30
成为一名科学家	32
身边的科技	34
伟大的发明	36



充满生机的星球

植物	38
微型动物	40
树木	42
鸟	44
农畜	46
海滨	48
大海深处	50



我们的世界

太空	52
地球	54
季节和天气	56
沙漠	58
草原	60
雨林	62
山脉	64
寒带	66



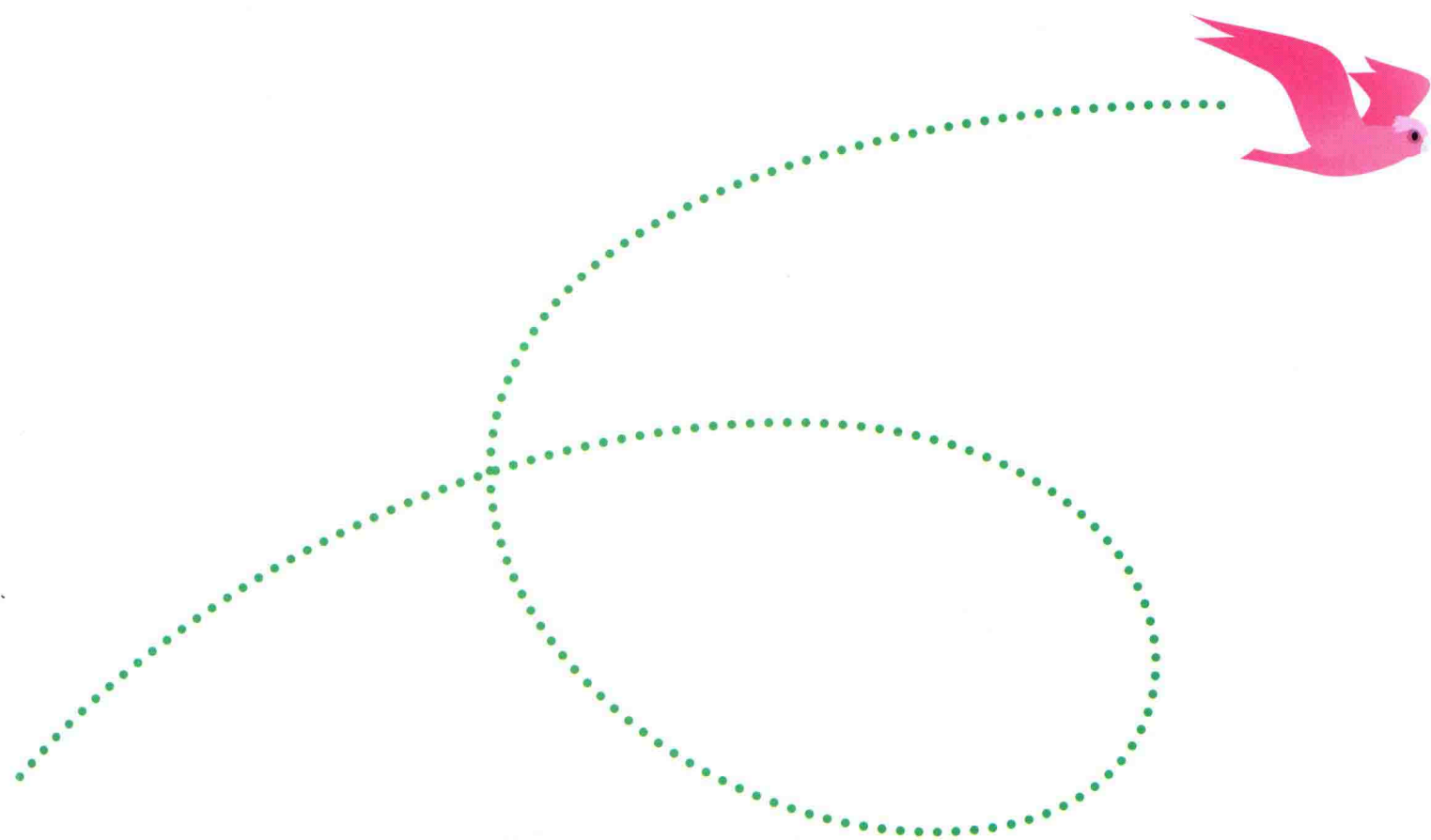
旅行和交通

陆路	68
水路	70
航空	72



索引	74
----	----

我的第一本 认知世界小百科

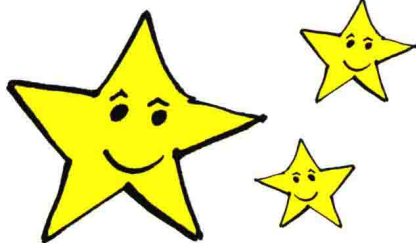


作者 卡萝尔 · 沃森









Penguin
Random
House

A Dorling Kindersley Book
www.dk.com



Original Title: My First Encyclopedia
Copyright © 1993, 1999, 2013 Dorling Kindersley Limited

北京市版权登记号：图字01-2014-3243

图书在版编目（CIP）数据

DK我的第一本认知世界小百科 / 英国DK公司编；
付海婧译. — 北京：中国大百科全书出版社，2016.9
书名原文：My First Encyclopedia
ISBN 978-7-5000-9958-1



I. ①D… II. ①英… ②付… III. ①科学知识—少儿
读物 IV. ①Z228.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第182498号

译者：付海婧
策划人：武丹
责任编辑：王瑜 吴宁
封面设计：袁欣



DK我的第一本认知世界小百科
中国大百科全书出版社出版发行
(北京阜成门北大街17号 邮编：100037)

<http://www.ecph.com.cn>

新华书店经销

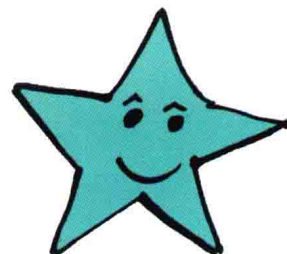
深圳当纳利印刷有限公司印制

开本：700毫米×1000毫米 1/8 印张：10

2016年9月第1版 2016年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5000-9958-1

定价：48.00元



我的第一本 认知世界小百科

卡萝尔·沃森 著

付海婧 译



A DORLING KINDERSLEY BOOK



中国大百科全书出版社

Encyclopedia of China Publishing House

目录

给家长和老师的话

健康的身体

人的身体	8
保持健康	10
食物与饮食	12
农作物种植	14



日常生活

家庭	16
住房和家	18
宠物	20
运动	22
衣服	24
工作	26
城镇和都市	28



科学与技术

什么是科学?	30
成为一名科学家	32
身边的科技	34
伟大的发明	36



充满生机的星球

植物	38
微型动物	40
树木	42
鸟	44
农畜	46
海滨	48
大海深处	50



我们的世界

太空	52
地球	54
季节和天气	56
沙漠	58
草原	60
雨林	62
山脉	64
寒带	66



旅行和交通

陆路	68
水路	70
航空	72



索引	74
----	----

给家长和老师的话

《DK 我的第一本认知世界小百科》是一本为学龄前儿童和刚刚踏入小学的学生编撰的入门参考图书。本书文字简单，包含醒目的图解和精美的照片，它不仅提供了实用而富有创意的信息，也将会是一本孩子们喜欢反复阅读的图书。虽然作为孩子的第一本百科全书，它不可能面面俱到，但是书中特别设计了很多有趣的问答，这些问题很可能是年幼的孩子在认识世界的过程中会逐渐提出来的。

第一本知识性图书

《DK 我的第一本认知世界小百科》从开发孩子的好奇心和兴趣的角度进行编排。它包含了孩子们的部分日常生活，比如去医院看病和健康饮食，也拓展到探索广阔的世界，比如科学、季节和天气、宇宙等。

观赏图片

这本百科全书采用非常漂亮的照片来描绘孩子们看到的周边事物，详细的插图展示了事物的来龙去脉，系列照片揭示了在自然界或人类社会中一些事物的发展过程。当和比较年幼的孩子分享这本书时，你可以大声地读出书中的文字，还可以借助照片或插图与孩子们展开讨论。同时你需要提醒他们，并不是所有的图片都是按比例显示的。



大声朗读

许多家长都会为孩子大声朗读故事，但很少人会给他们大声朗读知识类图书，结果初学的孩子常常对这类图书的写作风格和行文结构都不熟悉。其实，这恰恰是学习阅读的一个关键步骤。当年纪大一些的孩子开始独立阅读时，可以挑选简明易懂的文章阅读。



获取信息

《DK 我的第一本认知世界小百科》是为帮助孩子从知识性图书中获取更多复杂信息而设计的预备图书。书后按拼音排列的索引，让确定不同主题信息的位置变得简单。你也可以鼓励他们利用索引进行交叉信息学习。



陪伴成长的书

在与孩子分享这本书时，你将引领他们进入一个令人兴奋的世界，这里的信息与知识将使他们终身受益。

语言顾问
伊丽莎白·古达克

人的身体

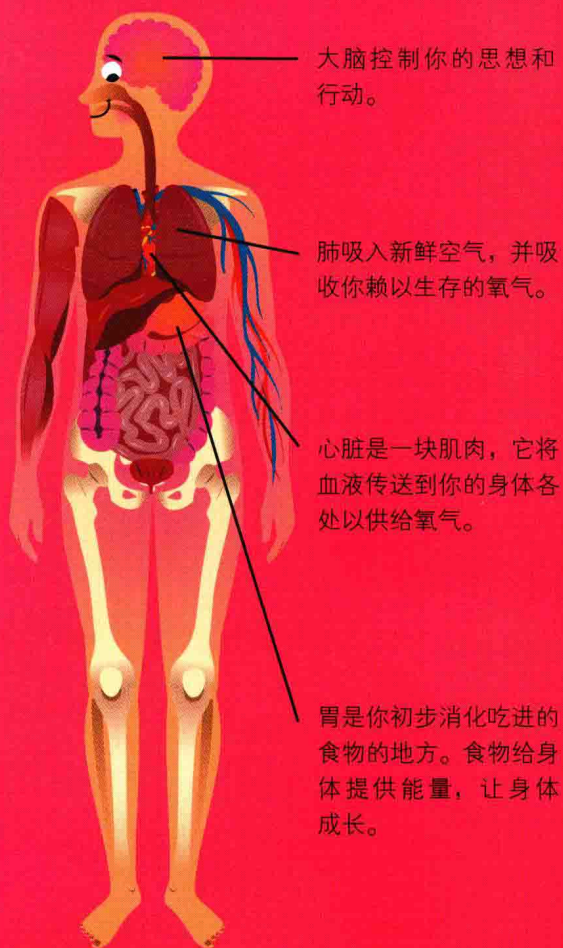
人类的身体由不同部分组成，每一部分都有特殊的功能。身体所有部分一起工作，你才能够呼吸、运动、生存并且长大。

肌肉

肌肉附于你的骨骼之上、皮肤之下。有了肌肉，你才能够提起和搬运物品。

身体里

你身体里的柔软的部分叫做器官，每个器官都有不同分工。



皮肤

人的身体被一层皮肤包裹着。皮肤保护着人的身体内部，并阻止细菌侵入。

我的身体多奇妙！

骨骼

关节连接着骨骼，因此人们可以弯曲身体和运动。



你知道吗？

人类的骨架由206块骨骼组成，骨骼支撑着身体柔软的部分。



视觉



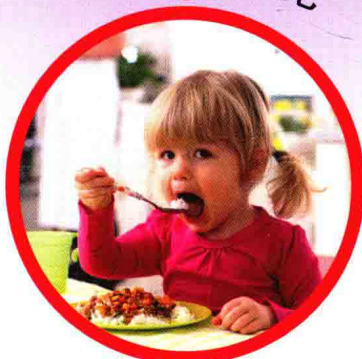
你用眼睛看。眼睛就像摄像机一样，把图像传输至大脑。一些人需要佩戴眼镜才能让自己看清楚。

嗅觉



你用鼻子闻。鼻子上的神经把信息传输至大脑，大脑会告诉你闻到的是什么。

味觉



舌头帮助你品尝。舌头上布满了味蕾，味蕾会告诉你食物是甜的还是酸的，是咸的还是苦的。

咽喉中的声带让你发出声音，嘴巴和舌头让声音组成词汇，所以你可以与人交谈。

双胞胎

人与人看上去都有细微的差别。即使是同卵双胞胎，也没有完全一模一样的脸。

感觉

感觉

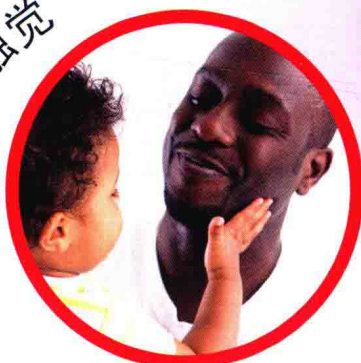
我们有5种主要的感觉，这些感觉帮助大脑收集外部世界的信息。

听觉



你用耳朵听。耳朵收集空气中的声音，并将信息传输至你的大脑，然后大脑告诉你这些声音是什么意思。

触觉



当你摸到东西时，皮肤上的神经把信息传输到大脑。大脑会告诉你这样东西是软的还是硬的，是粗糙的还是光滑的，是热的还是冷的。

说话



成长

从生下来的那一刻起，我们的身体就在不断发生着变化。人类一般在20岁左右身体就不再长高了，但是在那之后，我们的身体仍然在不断变化。



保持健康

要保持健康和强壮，我们需要认真照顾自己的身体，注意个人卫生、饮食得当、运动健身，并且保证充足的睡眠。
为了健康，你都做了什么呢？

睡眠

睡眠让我们的身体和大脑得到休息。儿童比成人需要更多睡眠。



你知道吗？

手指甲生长的速度是脚指甲的两倍。在手指甲中，拇指指甲生长的速度是最慢的，中指指甲生长的速度是最快的。

饮食

每天喝水并且吃大量蔬菜、水果是非常重要的。



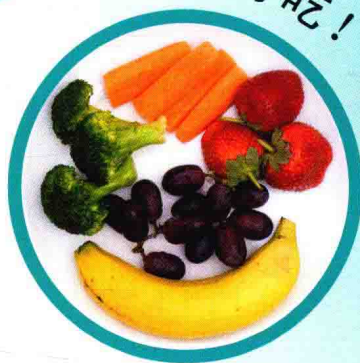
锻炼

体育锻炼让我们的肌肉更有力量。经常锻炼可以保持身体健康、强壮。



头发

- 头发需要经常清洗。梳头可以使头发更加柔韧而有光泽。



真好吃！



刷！刷！



牙齿

当孩子六七岁的时候，他们的乳牙就会脱落，然后长出新的牙齿。每天早晚刷牙，不吃太多甜食，可以让你的牙齿长久坚固。

看牙医

牙齿和牙龈非常重要，因此我们要经常去牙科医院进行检查。牙科医生会找出牙齿的问题，比如牙齿上的小洞，然后解决这些问题。

保持个人卫生

每天至少洗一次澡，这样可以保持身体健康。

急救

如果你在突发事件中受伤，大人通常会立刻采取行动以防伤口感染，这就叫做急救。伤口可以先用温水和消毒剂清洗，然后敷上药膏让它保持清洁。



看医生



体检

体检时，医生会检查你身体的重要部位是否健康，比如眼睛、耳朵、心脏和肺等。医生也许还会给你一些有助于保持身体健康的建议。



看病

如果你感觉不适，医生会使用特殊的仪器，比如听诊器或体温计，来为你检查身体。医生会检查出你的身体出了什么问题，如果需要的话，还会给你开一些药。



打针

有时我们需要打针，以避免感染某些疾病，或者在生病时让自己快点好起来。这个小女孩在打针后得到了一张奖励她勇敢的贴纸。

食物与饮食

食物给我们提供能量，让我们身体强健并且成长。我们以动物和植物为食，并把它们制成各种各样的食品。一些食物可以直接生吃，而另一些食物只有经过烹饪后才会更加美味。

食物类型

这里展示了均衡饮食的5大类主要食物，并粗略地标示出摄入它们的适当比例。每天均衡饮食是非常重要的，不过你也不必每顿饭都严格按照这个比例吃。

国际美食



刺身

在日本，刺身是一道非常受欢迎的菜。制作刺身最常用的材料是新鲜的生肉或生鱼片。



咖喱

咖喱在印度很受欢迎，它是用特殊香料烹饪的肉类或者蔬菜，通常配米饭一起吃。



比萨饼

这种来自意大利的食物用面饼做底，上面覆盖番茄酱和奶酪。

淀粉

马铃薯、面包、米饭和意大利面都是淀粉类食物。这些食物为我们提供能量。

面包是一种受到普遍欢迎的食物。

很多人每天的主食都是米饭。



脂肪和糖

黄油和熏肉等食物中的脂肪为我们提供成长所需的能量，但是我们也注意适量食用，因为摄入过多的脂肪对我们的身体是有害的。

肉类有很多种烹制方法，可以油炸、烧、煮，还可以用烤箱或烤肉架烤。

蛋白质

奶酪、肉、鸡蛋、坚果和鱼给我们提供成长所必需的蛋白质。大部分的鱼和肉食用前都需要烹饪。素食者指的是那些不吃肉的人。



纤维

水果和蔬菜中含有大量的纤维。它们能帮助身体运送吃进的食物。

番茄逐渐成为烹饪很多食物的重要食材，它可以增加食物的颜色、汁水和香味。

你可以用榨汁机把蔬菜榨成蔬菜汁。试着为自己做一杯吧！哪几种蔬菜混合起来味道最好呢？

很多国家都产奶酪，不过不同地区的奶酪，味道和质地不尽相同。

你知道吗？

在不同国家，人们食用乳制品的总量不尽相同。在一些地方，人们根本不吃乳制品，因为食用乳制品会让他们感觉不舒服。

乳制品

像牛奶、奶酪和酸奶等乳制品中含有钙，钙能使我们的骨骼保持强健。

饮品

我们每天都需要喝水。果汁是一种可口的饮品，在寒冷的天气，喝一大杯热牛奶也很美味。



水果富含维生素，它是一种对身体有益的副食。

