



每样东西都有它的故事

走出营地关注

人类家园

青少年拓展思维训练营

王子木 主编

经典珍藏版

只有一二口鱼塘而已。附近种着菜田，有些人家的小屋，也都像一样扎根在这块土地和植物中。牛儿站一站路，它停的就是主人买回的蔬菜。日子，把乳白即乎儿吐出大朵，把幽暗的下午一点一点地晒熟，使花儿一点一点地晒成古味，把来到黑甜或昏迷的时刻，让这山风。



最精彩的智慧故事

最优美的哲理品文

最精妙的阅读点评

走出营地关注 人类家园

青少年拓展思维训练营

王子木 主编

经典珍藏版

日子一页一页地被翻去，散乱地布满床前，像秋天里的落叶。生命是一棵扎根在大地上的植物。难道从一开始，迎接的就是火灾和枯槁的凋零？日子，把洁白的芽儿拱出土层，把嫩绿的叶子一片一片地张开，把花蒂一株一株地承放出香味，把果实酿成希望的彩色，把丰收的歌颂。

中国戏剧出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年拓展思维训练营/王子木主编. - 北京:中国戏剧出版社,2007.5

ISBN 978-7-104-02590-0

I. 青... II. 王... III. 智力开发-青少年读物 IV. G421-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 063465 号

走出营地关注人类家园

责任编辑 万晓咏

责任出版 冯志强

出版发行 中国戏剧出版社

社 址 北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码 100097

电 话 010-58930221 58930237 58930238
58930239 58930240 58930241 (行发部)

传 真 010-58930242 (发行部)

经 销 全国新华书店

印 刷 北京海德印务有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/32 开

印 张 99

字 数 1520 千字

版 次 2007 年 5 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-104-02590-0

定 价 439.00 元(全 18 册)

版权所有 违者必究

存，最首先的是个人素质要好，这涉及到如谦逊、诚信、务实、宽容等良好品质的培养。

青少年时期正是积累知识与培养素质的关键时期，应该及早认清自己，进行自我设计，有针对性地进行自我训练，全方位塑造自己。这是一个长期并不断实践的过程，需要全社会的共同参与和关注。

个人思维的体现方式不同，但他们成功之路的行囊，却是基本相同的，即正确的自我定位能力、适应能力、创新意识。

这是当今社会对青少年的要求和希望，也是《青少年拓展思维训练营》丛书的主旨，帮助同学们具备更为广阔的视野，更为敏锐的触觉，更为广博的知识。

编者

2007年5月



目 录

亚洲山川	(1)
兴都库什山脉	(1)
托罗斯山	(2)
厄尔布尔士山脉	(2)
扎格罗斯山脉	(3)
斯列金山	(4)
锡霍特山	(4)
朱格朱尔山	(5)
楚科奇山脉	(5)
雅布洛诺夫山	(6)
叶尼塞河	(6)
鄂毕河	(7)
湄公河	(8)
湄南河	(9)
勒拿河	(10)
萨尔温江	(11)
印度河	(11)
布拉马普特拉河	(13)
幼发拉底河	(14)
恒河	(15)
阿姆河	(16)
锡尔河	(16)
伊洛瓦底江	(17)
底格里斯河	(18)
凡湖	(19)

贝加尔湖	(20)
巴尔喀什湖	(21)
咸海	(22)
伊塞克湖	(22)
洞里萨湖	(23)
死海	(23)
欧洲山川	(25)
高加索山脉	(25)
阿尔卑斯山脉	(26)
比利牛斯山脉	(28)
亚平宁山脉	(29)
喀尔巴阡山脉	(30)
迪纳拉山脉	(32)
斯堪的纳维亚山脉	(33)
乌拉尔山脉	(33)
伏尔加河	(34)
多瑙河	(35)
乌拉尔河	(37)
第聂伯河	(38)
顿河	(39)
北德维纳河	(40)
莱茵河	(40)
易北河	(42)
卢瓦尔河	(43)
埃布罗河	(44)
奥得河	(44)
罗讷河	(45)
塞纳河	(47)
维斯图拉河	(48)
威悉河	(49)
波河	(50)



泰晤士河	(51)
拉多加湖	(53)
奥涅加湖	(54)
维纳恩湖	(54)
楚德—普斯科夫湖	(55)
奥鲁湖	(56)
伊纳里湖	(56)
巴拉顿湖	(56)
日内瓦湖	(58)
博登湖	(59)
斯库台湖	(60)
加尔达湖	(60)
奥赫里德湖	(61)
普雷斯帕湖	(61)
非洲山川	(62)
乞力马扎罗山	(62)
肯尼亚山	(63)
阿特拉斯山	(63)
德拉肯斯堡山	(64)
尼罗河	(65)
刚果河	(67)
尼日尔河	(70)
赞比西河	(71)
奥主治河	(73)
朱巴河	(74)
沃尔特河	(74)
林波波河	(75)
塞内加尔河	(75)
鲁菲吉河	(77)
冈比亚河	(77)
鲁伍马河	(78)



维多利亚湖	(78)
坦噶尼喀湖	(79)
马拉维湖	(80)
乍得湖	(81)
图尔卡纳湖	(81)
姆韦鲁湖	(82)
基奥加湖	(83)
塔纳湖	(83)
蒙博托湖	(84)
基伍湖	(84)
班韦乌鲁湖	(84)
阿瓦萨湖	(85)
北美洲山川	(86)
阿拉斯加山脉	(86)
落基山脉	(86)
喀斯喀特山脉	(87)
内华达山脉	(87)
马更些山脉	(88)
布鲁克斯山脉	(88)
阿巴拉契亚山脉	(89)
密西西比河	(89)
马更些河	(91)
格主兰河	(91)
育空河	(92)
纳尔逊河	(93)
圣劳伦斯河	(93)
阿肯色河	(94)
科罗拉多河	(95)
哥伦比亚河	(95)
俄亥俄河	(96)
哈得孙河	(97)



斯内克河	(97)
苏必利尔湖	(98)
休伦湖	(98)
密执安湖	(99)
大熊湖	(99)
大奴湖	(100)
伊利湖	(100)
安大略湖	(101)
温尼伯湖	(101)
大盐湖	(102)
伍兹湖	(102)
拉丁美洲山川	(103)
马德雷山脉	(103)
东马德雷山脉	(103)
海岸山脉	(104)
南马德雷山脉	(104)
中科迪勒拉山	(104)
西科迪勒拉山脉	(105)
巴塔哥尼亚山脉	(105)
西马德雷山脉	(106)
科迪勒拉山系	(107)
亚马孙河	(107)
马代腊河	(109)
普鲁斯河	(109)
奥里诺科河	(110)
圣弗朗西斯科河	(111)
托坎廷斯河	(113)
巴拉圭河	(113)
内格罗河	(114)
乌拉圭河	(115)
马格达莱纳河	(116)



拉普拉塔河	(116)
马拉开波湖	(117)
帕托斯湖	(118)
的的喀喀湖	(118)
尼加拉瓜湖	(120)
米林湖	(121)
波波湖	(122)
马那瓜湖	(122)
恩里基略湖	(123)
查帕拉湖	(123)
阿根廷湖	(124)
大洋洲山川	(125)
大分水岭	(125)
澳大利亚山脉	(125)
麦克唐奈山脉	(126)
弗林德斯山脉	(126)
达令山脉	(127)
墨累河	(127)
达令河	(128)
弗莱河	(129)
塞皮克河	(129)
弗林德斯河	(129)
默奇森河	(130)
菲茨罗伊河	(130)
怀卡托河	(130)
埃尔湖	(131)



亚洲山川

兴都库什山脉

亚洲中部的高大褶皱山系。绵亘于阿富汗和巴基斯坦之间，绝大部分在阿富汗境内，山脉自东北向西南斜贯阿富汗国土的中部，是阿富汗的“脊梁”，印度河与阿姆河的分水岭。长约1600公里，宽约320公里。平均海拔5000米。主脉分为三段：东段在帕米尔南侧，从卡兰巴尔山口起，沿阿富汗—巴基斯坦边境到陶拉山口止，为整个山系中最高的一段，山势雄伟险峻，有20多座海拔7000米以上的高峰，其中，在巴基斯坦北端的米尔峰海拔7690米，为兴都库什山脉的最高峰；中段从陶拉山口到恰瓦克山口（3548米），在阿富汗境内，略低于东段，有几座海拔6000米以上的山峰；西段山势逐渐降低到1000米以下，变成丘陵。主脉有二：一为巴巴山，作东西走向，主峰沙赫富拉迪山，海拔5143米；另一支脉为哈扎拉加特山，主峰马扎尔山，海拔3788米。兴都库什山为中亚、西亚、南亚沙漠地区中的主要水源区之一，顶部有积雪，中低山坡有牧场，河谷是主要农业区，也是城镇集中之处。河谷之间的山



口为交通线上的关口，矿产资源有金、铜、铅、石油等。

托罗斯山

西方又称之为“套鲁斯山”。绵亘在土耳其南部。长约 1200 公里，分东、中、西段。西段耸峙于安塔利亚湾北侧，宽 75 ~ 150 公里，高峰海拔 2000 多米。山间有贝谢希尔湖、埃里迪尔湖等湖泊，称为土耳其湖区；中段为山脉主体，起自梅尔辛湾西岸，到塞伊汉河上游止，宽约 50 公里，有 3000 米以上的高峰，北侧的埃尔济亚斯山，海拔 3916 米，为中段的最高峰；东段最长，约为全长的 2/3，向东北延伸到大阿勒山为止。高峻的托罗斯山成为土耳其境内交通上的一大障碍。卡萨里与安达纳之间有通过托罗斯山唯一的铁路线。矿产资源丰富，有铬、铜、铅、锌、银、铁、砷、褐煤等多种矿藏。海拔 2500 米以下的山坡有松、杉、橡，杜松等林木分布。

厄尔布尔士山脉

伊朗高原北缘的年轻褶皱山脉。从伊朗—前苏联边境开始，大部分沿里海南岸伸展，呈弧形走向，绵延 900 余公里，平均宽 24 ~ 120 公里，海拔约 3000 米。该山系形成于第二纪中新世至第四纪更新世（2100 万 -



250 万年前), 大部分属褶皱山体, 中段南北两翼有大量的逆断层。山势雄伟, 有伊朗两座最高山峰德马万德峰 (5604 米, 伊朗最高峰) 和阿拉姆峰 (4824 米)。西部从伊朗—前苏联边境到萨菲德河谷的一段又称塔利什山。在纵向谷地中有一些重要城镇。厄尔布尔士山脉南北坡气候迥异, 北坡多雨 (年降雨量 1000 毫米以上), 地面切割严重, 为森林分布区; 南坡干燥 (年降雨量 280 ~ 500 毫米), 植物属旱生草原型。整个山区天然林面积达 324 万公顷。水资源最为重要, 山地河川上建有一系列水坝, 向德黑兰供水和为萨菲德河三角洲供灌溉用水。居民多分布在北坡里海沿岸和南坡的绿洲上, 从事农业。有 6 条公路穿过山地。从德黑兰向北横越山地到里海沙阿港的铁路最为重要。

扎格罗斯山脉

伊朗高原西南部的褶皱山脉。起自亚美尼亚山结, 由西北向东南延伸, 迄波斯湾霍尔木兹海峡附近。全长 2000 公里, 宽 400 ~ 600 公里, 海拔一般在 2000 米以上。绝大部分位于伊朗西南部, 几占伊朗国土面积的一半; 一小部分在伊拉克、土耳其东境。山脉可分为三部分。北段位于加兹温—哈马丹—克尔曼沙赫—线西北, 由一系列台地与陷落盆地组成, 最高峰萨瓦兰山, 海拔 4821 米。从加兹温—哈马丹—克尔曼沙赫—线到霍尔木兹海峡的主体部分, 由一系列西北—东南走向的山脉组



成。最高峰为海拔 4547 米的扎尔德山。扎格罗斯山一称专指此主体部分。第三部分在主体部分以东，与之平行，称为库赫鲁德山，有海拔 4000 米以上的高峰。扎格罗斯山脉中的众多山间盆地为重要的农牧业与工业中心，有许多重要城市。在南部山间盆地中的设拉子，是伊朗的古老城市，古波斯文化中心。山区也是伊朗少数民族的主要分布区。山侧富藏石油。

斯列金山

俄罗斯亚洲东部勘察加半岛上的主要山脉。又名扎帕德山。北东—南西走向，沿半岛中西部延伸 1200 公里。大部分山峰海拔 1500 ~ 2500 米。其中，许多山峰系死火山。最高峰伊恰活火山，海拔 3621 米，在海拔 3000 米处有炽热气体的喷出孔。山体主要由结晶片岩、片麻岩和火山岩组成。有冰斗、冰川谷等古冰川地形。现代冰川面积达 866 平方公里。山坡有岳桦、偃松，赤杨等森林，山谷为高山草甸，高山为山地苔原，是堪察加河发源之地。

锡霍特山

又称希霍特—阿林山脉。中国满族语意为“牲畜稀少的地方”，又称老爷岭。位于俄罗斯远东区南部，阿穆尔河（黑龙江）、乌苏里江河谷与日本海及鞑靼海峡



之间。西南自大彼得湾海岸东北至阿穆尔河（黑龙江）下游右岸，绵延 1200 公里，宽 200 ~ 250 公里。山势以中山地形为主，海拔一般为 800 ~ 1000 米。最高峰托尔多基—亚尼山，海拔 2077 米，北部有古代冰川遗迹。大部由泥质页岩及砂岩组成。山坡多森林，北部为针叶林，南部为混交林，以云杉、冷杉、银松等为主要树种。矿藏有煤、锡铅、锌、金等。原属中国。1860 年俄国于锡霍特山脉中部的东坡建立了锡霍特自然保护区，面积 347052 万公顷。区内有雪松—阔叶林，暗针叶泰加林，有虎，黑熊，斑羚、马鹿、鸳鸯、镰翅鸡等。1978 年始建为生物圈自然保护区。

朱格朱尔山

鄂霍次克海西北岸山脉，位于俄罗斯远东哈巴罗夫斯克边疆区北部。北东—南西走向。绵亘 700 公里。大部分海拔高度为 800 ~ 1200 米，最高峰托普科山海拔 1906 米、西南部山体由片麻岩和花岗岩组成；东北部以石灰岩、页岩为主。山地大部分覆盖森林，山顶为山地苔原。为阿尔丹河文流马亚河及注入鄂霍茨克海的乌利亚河、乌腊克河发源地。矿藏有金等。

楚科奇山脉

俄罗斯亚洲东北部山脉。位于白令海峡和东西伯利



亚海恰翁湾之间。呈北西—南东走向。西起恰翁湾，东迄楚科奇半岛，长约 450 公里。山势西高东低，西部海拔多在 1000 米以上。最高峰佩格特麦利山海拔 1843 米。楚科奇山地为阿姆古埃马河、帕利亚瓦姆河及阿纳德尔—别拉雅河的发源地。北坡主要由砂岩、页岩及花岗岩组成，南坡以火山沉积物为主。山坡为山地苔原带，顶部属北极荒漠带。矿藏有锡、汞、煤等。

雅布洛诺夫山

俄罗斯外贝加尔地区山脉，位于赤塔州境，北东—南西走向，长约 650 公里，宽 20 ~ 120 公里，海拔高度大多在 1000 ~ 1500 米，最高峰 1702 米。山体主要由花岗岩、结晶片岩和砂岩组成。海拔 1200 ~ 1400 米以下的山坡覆盖着以落叶松，云杉、雪松为主要成分的森林，山顶为山地苔原带。南段是太平洋水系与北冰洋水系的分水岭。山地中有褐煤等矿藏。

叶尼塞河

亚洲北部河流。由源自东萨彦岭的大叶尼塞河（比伊赫姆河）和源自唐努山脉的小叶尼塞河（卡赫姆河）在克孜勒市附近汇合而成，汇合点以下长 3487 公里。自大叶尼塞河源算起，全长 5870 公里（以小叶尼塞河为河源全长 4102 公里），为俄罗斯第一大河，世界第五



大河。流域面积 258 万平方公里。自南面北流经图瓦盆地（此处称上叶尼塞河或乌卢格赫姆河），然后穿越西萨彦岭山系和米努辛斯克盆地，再沿西西伯利亚和东西伯利亚交界处北流，注入北冰洋喀拉海的叶尼塞湾。上游谷深流急，多险滩；中游除局部河段外，大部河谷展宽，水流减缓；下游河谷宽阔，水流平缓。又为前苏联水量最大的河流，河口处年平均流量为 1.98 万立方米/秒。全年径流量 624 立方公里。冰川补给，夏季水量大。主要支流有：安加拉河、石泉通古斯卡河（中通古斯卡河）、下通古斯卡河。干流均可通航，海轮自河口可上溯 700 公里至伊加尔卡市，但结冰期长，上游航期约半年，河口段仅 4 个月。叶尼塞河沿岸先后建设了克拉斯诺亚尔斯克和萨彦—舒申斯克水电站。有渔业（主要在下游）。叶尼塞河沿岸城市有：米努辛斯克、克拉斯诺亚尔斯克、叶尼塞斯克、伊加尔卡、杜金卡等。流域内有煤、金及有色金属。

鄂毕河

亚洲北部河流。位于俄罗斯西西伯利亚。由源于阿尔泰山脉的比亚河与卡通河在比斯克市附近汇合而成。汇合点以下长约 3650 公里。自额尔齐斯河源算起，全长 5410 公里。为前苏联第二大河，世界第七大河。流域面积 299 万平方公里。自东南向西北纵贯西西伯利亚，注入北冰洋喀拉海的鄂毕湾。上游河谷深切，多急