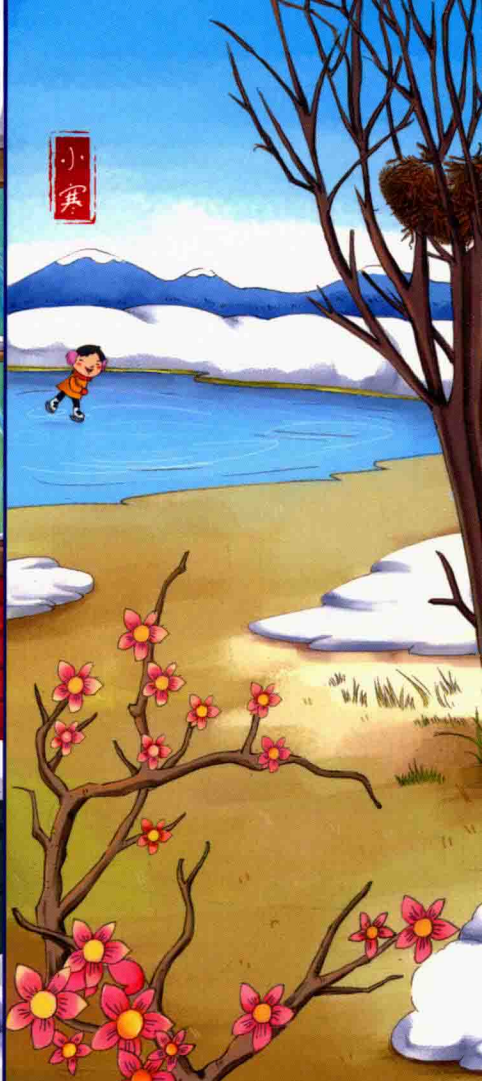




夜

张 冲等 编著

365 四季百科全书

翻开四季 拥抱自然 聆听常识 亲近民俗

堆雪人

北方联合出版传媒(集团)股份有限公司
辽宁少年儿童出版社

大雪



堆
雪人

3 6 5 夜

四季百科全书

365 YE SITI BAIKE QUANSHU DUI XUEREN

张 冲等 编著

北方联合出版传媒（集团）股份有限公司
辽宁少年儿童出版社
沈 阳

© 张 冲等 2016

图书在版编目 (CIP) 数据

365夜四季百科全书.堆雪人 / 张冲等编著. —沈阳: 辽宁少年儿童出版社, 2016.6
ISBN 978-7-5315-6757-8

I. ①3 … II. ①张… III. ①科学知识—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第025111号

出版发行: 北方联合出版传媒 (集团) 股份有限公司
辽宁少年儿童出版社

出版人: 张国际

地址: 沈阳市和平区十一纬路25号 邮编: 110003

发行部电话: 024-23284265 23284261 总编室电话: 024-23284269

E-mail: lnsechs@163.com

<http://www.lnse.com>

承印厂: 辽宁新华印务有限公司

责任编辑: 王 珏

责任校对: 那一文 贺婷莉

封面设计: 豪 美 王 珏

版式设计: 豪 美

责任印制: 吕国刚

幅面尺寸: 210mm × 230mm

印 张: 7 字数: 180千字

出版时间: 2016年6月第1版

印刷时间: 2016年6月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5315-6757-8

定 价: 24.80元

版权所有 侵权必究

古诗中的冬天



秋天匆匆离去，冬天的脚步越来越近。

冬季，是一年四季中的第四个季节。

冬季，虽然没有春季迷人的鸟语花香，没有夏季壮观的电闪雷鸣，没有秋季诱人的丰硕果实，但对于孩子们来说，却是一个充满欢笑的季节：打雪仗，堆雪人，滑雪溜冰……

古往今来，在历代诗人，特别是唐宋诗人笔下，留下无数赞美冬天的诗篇。让我们从古典诗词的百花园里，摘取几朵瑰丽的诗花，看看古诗中的冬天是个什么样子吧！

“荷尽已无擎雨盖，菊残犹有傲霜枝。一年好景君须记，最是橙黄橘绿时。”

（宋·苏轼《冬景》）秋末冬初的时候，荷花凋谢，荷叶枯败，已经看不到荷花那向上撑举着的“雨伞”了；菊花虽然已经枯萎，但还有耐寒的枝条迎着风霜。人们应该记住，一年中景色最美好的时候，正是这橙儿黄、橘子绿的深秋、初冬的时节。





“北风卷地白草折，胡天八月即飞雪。忽如一夜春风来，千树万树梨花开。”（唐·岑参《白雪歌送武判官归京》）冬天的飞雪落在树上，就像一夜春风吹来，千树万树的梨花都开了，多美的景象啊。

“冰雪林中著此身，不同桃李混芳尘。忽然一夜清香发，散作乾坤万里春。”（元·王冕《白梅》）白梅生长在冰天雪地的严冬，傲然开放，不与桃李凡花相混同。忽然一夜花开，芳香便传遍天下。

“雪里已知春信至，寒梅点缀琼枝腻。香脸半开娇旖旎，当庭际，玉人浴出新妆洗。”（宋·李清照《渔家傲·雪里已知春信至》）在冬天这银色的世界里，一树寒梅点缀其间。梅花含苞出绽，娇美可爱，芳气袭人，就像庭院里刚刚出浴，换了新妆的美人。就是从这傲雪而放的梅花，人们才知道了春天就要到来的消息。梅花，它开于冬春之交，被认为是报春之花。

冬天就像一个童话世界，有冬爷爷、雪孩子、冰姑娘……那里有奇妙的节气、变幻的天象、神奇的动物、多彩的植物、神秘的海洋和实用的卫生保健知识。请跟我们一起，去倾听冬天的故事，去探索冬天无穷的奥秘吧！





节气、节日

立冬——冬季的开始	2
“冬至”吃水饺	4
平安夜的来历	6
圣诞老人在人间	8
一元复始话元旦	10
腊八节喝腊八粥	12
“过了大寒，又是一年”	14
冰雪世界的冬奥会	16
学会感恩	18
冰山雪岭乐无穷	20

动物

蚂蚁的越冬粮食	22
鱼虾的冰被子	24
“高原之舟”	26
企鹅“绅士”	28
北极熊耐寒的秘诀	30
“软黄金”	32
叫错了的称呼	34

老鼠吃掉大蛇	36
雪地上的小精灵	38
雪鸮保卫“领土”	40

植物

梅花香自苦寒来	42
其实松树也落叶	44
知访寒梅过野塘	46
给冬小麦压石碾	48
花随人意开	50
百草之王	52
西域奇花	54
耐冬花	56
乌拉草也是宝	58
花“温室”	60

气象、地理

冷在三九	62
没有完全相同的两朵雪花	64
别给雪人盖土	66
潮水般的冷空气	68



下雪不冷融雪冷.....70

琼枝玉叶话雾凇.....72

世界上最冷的地方.....74

“暖城”冰岛.....76

大山深处藏冰洞.....78

“雷打雪”.....80

高山戴着“白礼帽”.....82

地球上最大的冰库.....84

比南极还冷的温度.....86

生活卫生

会燃烧的“冰”.....88

霜打的青菜分外甜.....90

“冻耳朵”.....92

会“咬”人的铁棒.....94

给汽车穿“小鞋”.....96

消失的噪声.....98

寒流怪是“小偷”.....100

喊出来的雪崩.....102

经冬历寒有冬泳.....104

“小雪腌菜，大雪腌肉”.....106

窗玻璃上的冰花.....108

突然晕倒.....110

给自来水管穿“棉袄”.....112

冰鞋的妙用.....114

当心开水炸裂玻璃杯.....116

保护好自己的手.....118

冻结的衣服也会干.....120

冬暖夏凉的井水.....122

雪球越滚越大.....124

古代人的冰窖.....126

诗词

江雪.....128

动手做

包饺子.....130

测试.....132



堆雪人





lì dōng dōng jì de kāi shǐ 立冬——冬季的开始

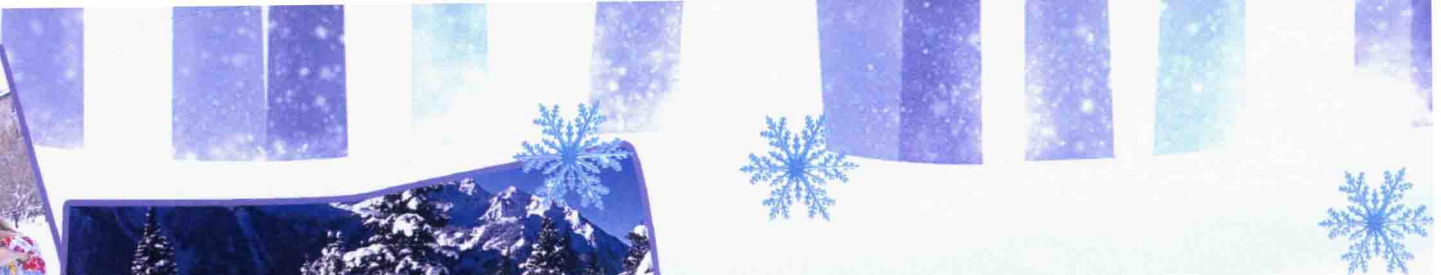
lì dōng shì èr shí sì jié qì zhōng de dì 19 gè jié qì yì bān zài yuè 8 rì zuǒ yòu
立冬，是二十四节气中的第19个节气，一般在11月8日左右。

lì shì kāi shǐ de yì sī rén men cháng bǎ lì dōng zuò wéi dōng jì de kāi shǐ
立，是开始的意思。人们常把立冬作为冬季的开始。

dàn yóu yú wǒ men guó jiā guó tǔ miàn jī dà rú guǒ yǐ lián xù 5 tiān píng jūn qì wēn zài 10℃ yǐ xià
但由于我们国家国土面积大，如果以连续5天平均气温在10℃以下
cái suàn jìn rù dōng jì wéi biāo zhǔn gè dì qíng kuàng jiù bù yí yàng le
才算进入冬季为标准，各地情况就不一样了。

wǒ guó zuì běi bù de mò hé yǐ jí dà xīng ān líng yǐ běi dì qū yuè shàng xún jiù yǐ jìn rù dōng jì
我国最北部的漠河以及大兴安岭以北地区，9月上旬就已进入冬
jì shǒu dū běi jīng yuè xià xún yě yǐ shì yí pài dōng tiān de jǐng xiàng ér cháng jiāng liú yù de dōng jì yào
季；首都北京10月下旬也已是一派冬天的景象；而长江流域的冬季要
dào xiǎo xuě jié qì qián hòu cái zhēn zhèng kāi shǐ
到“小雪”节气前后才真正开始。

lì dōng yǐ hòu běi fāng de lěng kōng qì jù yǒu jiào qiáng de shì lì jīng cháng nán xià xíng chéng dà
立冬以后，北方的冷空气具有较强的势力，经常南下，形成大
fēng jiàng wēn hái bù shí dài lái yǔ xuě tiān qì cóng duō nián de píng jūn zhuàng kuàng kàn yuè shì hán cháo
风、降温，还不时带来雨雪天气。从多年的平均状况看，11月是寒潮

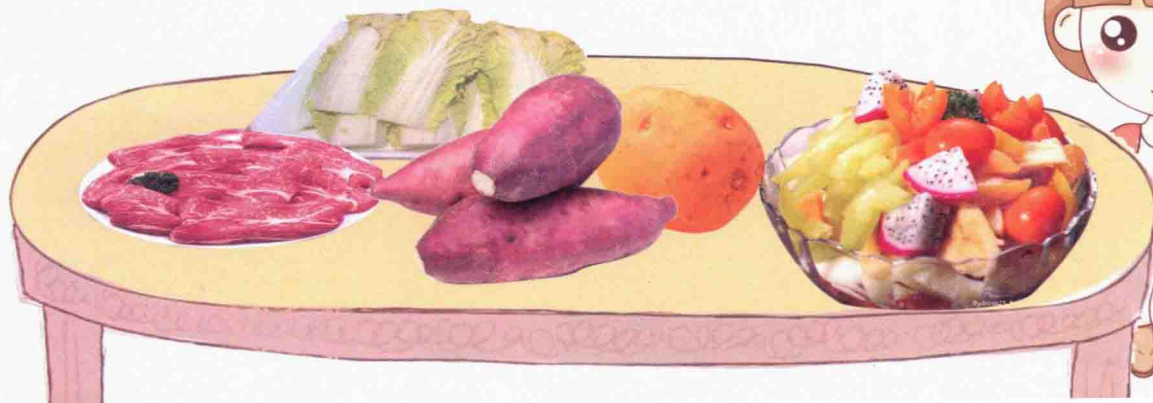


chū xiàn zuì duō de yuè fèn jù liè de jiàng wēn duì
出现最多的月份。剧烈的降温，对
rén men de shēng huó jiàn kāng yǐ jí nóng yè shēng chǎn yǐng
人们的生活、健康以及农业生产影

xiǎng hěn dà suǒ yǐ yào tè bié zhù yì bǎo nuǎn fáng zhǐ gǎn mào shēng bìng
响很大，所以要特别注意保暖，防止感冒生病。

dōng jì chú le yào zhù yì fáng hán bǎo nuǎn wài jiā qiáng duàn liàn tóng yàng bù kě shǎo shì liàng de yùn dòng
冬季除了要注意防寒保暖外，加强锻炼同样不可少。适量的运动
kě zēng qiáng shēn tǐ de dǐ kàng lì yǐ dǐ yù jí bìng de qīn xí dōng tiān hán lěng rén de sì zhī jiǎo wéi
可增强身体的抵抗力，以抵御疾病的侵袭。冬天寒冷，人的四肢较为
jiāng yìng duàn liàn qián yào zuò yì xiē rè shēn huó dòng
僵硬，锻炼前要做一些热身活动。

yǐn shí bǎo jiàn yě hěn zhòng yào sú huà shuō sān jiǔ bǔ yì dōng lái nián wú bìng tòng bǔ chōng
饮食保健也很重要。俗话说“三九补一冬，来年无病痛”。补充
yíng yǎng yīng yǐ zēng jiā rè néng hé wéi shēng sù wéi zhǔ yào duō chī yì diǎn er ròu lèi shuǐ guǒ hé dà bái
营养应以增加热能和维生素为主，要多吃一点儿肉类、水果和大白
cài gān shǔ mǎ líng shǔ děng shí wù
菜、甘薯、马铃薯等食物。

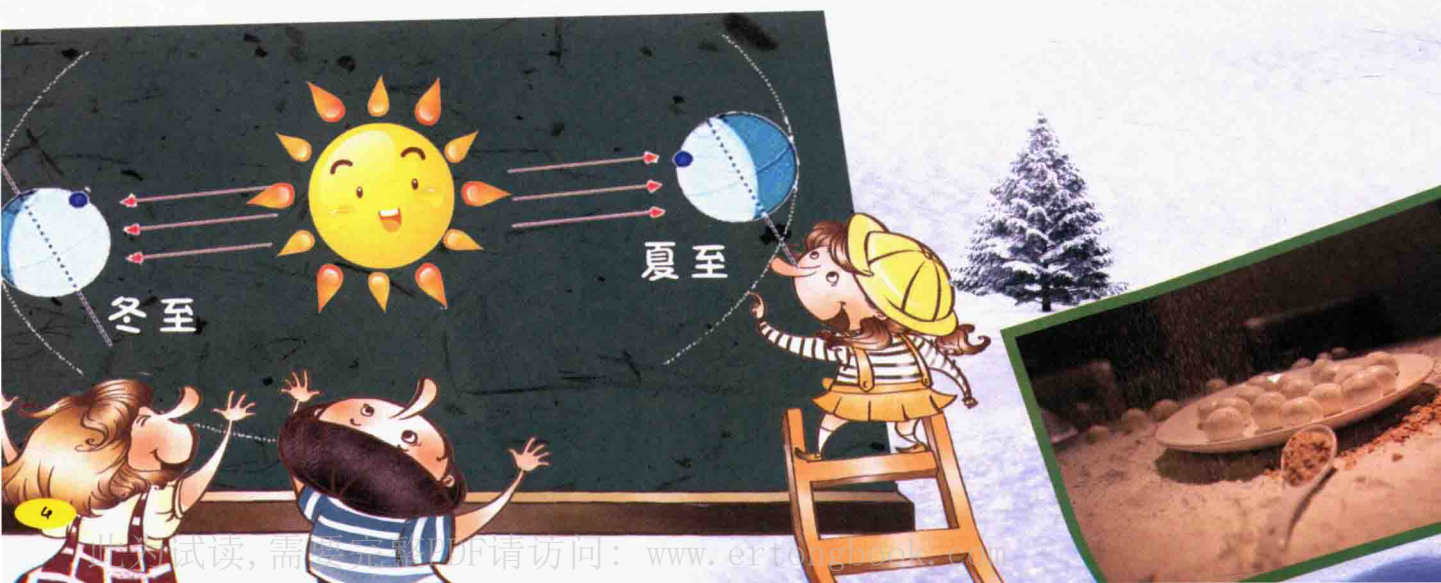


dōng zhì chī shuǐ jiǎo “冬至”吃水饺

dōng zhì shì sì jì biàn huà zhōng yí gè zuì zhòng yào de zhuǎn zhé diǎn zài běi bàn qiú zhè yì tiān rì zhào zuì duǎn yè mù zuì cháng guò le dōng zhì tài yáng zhí shè diǎn zhú jiàn xiàng běi yí dòng běi bàn qiú bái tiān zhú jiàn biàn cháng yè jiān zhú jiàn biàn duǎn
冬至，是四季变化中一个最重要的转折点。在北半球，这一天日照最短，夜幕最长。过了冬至，太阳直射点逐渐向北移动，北半球白天逐渐变长，夜间逐渐变短。

dōng zhì dài biǎo le yòu yí gè xún huán de kāi shǐ shì dà jí zhī rì hàn cháo chēng dōng zhì wéi “dōng jié” wèi le qīng zhù zhè ge zhòng yào de shí jiān jié diǎn guān fǔ yào jǔ xíng “hè dōng” yí shì táng sòng shí qī dōng zhì shì jì tiān sì zǔ de rì zi yīn ér yǒu le “dōng zhì dà rú nián” de shuō fǎ
冬至代表了又一个循环的开始，是大吉之日。汉朝称冬至为“冬节”，为了庆祝这个重要的时间节点，官府要举行“贺冬”仪式。唐、宋时期，冬至是祭天祀祖的日子，因而有了“冬至大如年”的说法。

dōng zhì zhè yì tiān běi fāng yǒu chī jiǎo zi de xí sú yǒu “dōng zhì bù duān jiǎo zi wǎn dòng diào ěr duo méi rén guǎn” de shuō fǎ jù shuō jiǎo zi de chū xiàn jiù hé dōng zhì zhè ge jié qì yǒu guān gǔ dài
冬至这一天，北方有吃饺子的习俗，有“冬至不端饺子碗，冻掉耳朵没人管”的说法。据说饺子的出现，就和冬至这个节气有关。古代



zhù míng yī xué jiā zhāng zhòng jǐng céng jīng zài cháng shā zuò
著名医学家张仲景，曾经在长沙做

guān nián jì dà le tā gào lǎo huán xiāng dāng shí
官。年纪大了，他告老还乡。当时，

zhèng shì dà xuě fēn fēi de hán dōng yí lù shàng tā
正是大雪纷飞的寒冬。一路上，他

kàn dào xǔ duō lǎo bǎi xìng de ěr duo dōu dòng làn le jiù
看到许多老百姓的耳朵都冻烂了，就

xiǎng yòng zì jǐ de yī shù bāng bang tā men tā jiào tú dì
想用自己的医术帮帮他们。他叫徒弟

mén dā qǐ yī péng jiāng yáng ròu là jiāo hé yì xiē qū
们搭起医棚，将羊肉、辣椒和一些驱

hán de yào cái hùn hé qǐ lái zhēng zhǔ zuò chéng xiàn zài
寒的药材混合起来蒸煮，做成馅；再

yòng miàn pí bāo niē chéng ěr duo de yàng zi fàng dào guō li
用面皮包捏成耳朵的样子，放到锅里

zhǔ shú gěi xiāng qīn men chī xiāng qīn men chī le hòu
煮熟，给乡亲们吃。乡亲们吃了后，

dòng làn de ěr duo jiù bèi zhì hǎo le hòu lái
冻烂的耳朵就被治好了。后来，

měi féng dōng zhì zhè yì tiān rén men jiù mó fǎng
每逢冬至这一天，人们就模仿

zhāng zhòng jǐng zuò zhè zhǒng ěr duo xíng zhuàng de jiǎo
张仲景做这种耳朵形状的饺

zi chī jiǔ ér jiǔ zhī jiù chéng le yì zhǒng xí
子吃。久而久之，就成了一种习

sú ér nán fāng rén zài dōng zhì chī de dà duō shì tián
俗。而南方人在冬至，吃的大多是甜

tián ruǎn ruǎn de tāng yuán nián gāo yù yì quán jiā tuán tuán
甜软软的汤圆、年糕，寓意全家团团

yuán yuán
圆圆。





píng ān yè de lái lì 平安夜的来历

píng ān yè zhǐ 12 yuè 24 rì zhè tiān wǎn shàng shì shèng dàn jié de qián yí
平安夜指12月24日这天晚上，是圣诞节的前一
yè yòu chēng shèng dàn yè shèng dàn jié shì xī fāng guó jiā yì nián zhōng zuì zhòng yào de
夜，又称圣诞夜。圣诞节是西方国家一年中最重要的
jié rì
节日。

shèng dàn yè yào chàng shèng dàn gē zhè shì yí gè gǔ lǎo
圣诞夜要唱圣诞歌，这是一个古老
de chuántǒng zuì yǒu míng de shèng dàn gē shì yí shǒu jiào 'píng ān
的传统。最有名的圣诞歌是一首叫《平安
yè de gē qǔ hòu lái rén men jiù bǎ shèng dàn yè jiào zuò
夜》的歌曲，后来，人们就把圣诞夜叫作
píng ān yè le
“平安夜”了。

píng ān yè qián xī qiān qiān wàn wàn de ōu měi rén huì fēng
平安夜前夕，千千万万的欧美人会风



chén pú pú de gǎn huí jiā zhōng tuán jù。 píng ān yè dāng tiān, quán jiā rén jù zài yì
尘仆仆地赶回家中团聚。平安夜当天，全家人聚在一起，
qǐ gòng jìn fēng shèng de wǎn cān rán hòu wéi zuò zài xióng xióng rán shāo de huǒ lú páng
共进丰盛的晚餐，然后围坐在熊熊燃烧的火炉旁，
tán qín chàng gē gòng xù tiān lún zhī lè huò zhě jǔ bàn yí gè bié kāi shēng miàn de huà zhuāng
弹琴唱歌，共叙天伦之乐；或者举办一个别开生面的化装
wǔ huì tōng xiāo dá dàn de qīng zhù shèng dàn yè chéng le yí gè xìng fú xiáng hé kuáng huān de píng ān
舞会，通宵达旦地庆祝。圣诞夜成了一个幸福、祥和、狂欢的平安
yè tuán yuán yè shèng dàn yè fù mǔ huì qiāo qiāo de bǎ gěi hái zǐ men zhǔn bèi de lǐ wù fàng zài cháng tǒng
夜、团圆夜。圣诞夜，父母会悄悄地把给孩子们准备的礼物放在长筒
wà lǐ hái huì zhuāng bàn chéng shèng dàn lǎo rén xiàng hái zǐ men pài sòng lǐ wù
袜里，还会装扮成圣诞老人向孩子们派送礼物。

hòu lái píng ān yè zhè ge xí sú jiàn jiàn liú chuán dào zhōng guó yí zhǒng jiào zuò píng ān guǒ de
后来，平安夜这个习俗渐渐流传到中国，一种叫作“平安果”的
lǐ wù yě kāi shǐ zài rén men shǒu zhōng qiǎo rán chuán dì
礼物，也开始在人们手中悄然传递。

píng ān guǒ shì yòng yí gè gè sè zé xiān yàn yàng zi hǎo kàn de píng guǒ bāo zhuāng chéng de
“平安果”是用一个个色泽鲜艳、样子好看的苹果包装成的，
duō wéi hóng shé guǒ qīng shé guǒ dāng rán yě yǒu bǎ guó chǎn de hóng fù shì píng guǒ dǎ ban yí xià zuò chéng
多为红蛇果、青蛇果。当然也有把国产的红富士苹果打扮一下，做成
píng ān guǒ de zhī suǒ yǐ bǎ píng guǒ dāng chéng píng ān guǒ shì qǔ le píng guǒ
“平安果”的。之所以把“苹果”当成“平安果”，是取了“苹果”
de xié yīn píng ān guǒ xiàng zhēng zhe píng ān xiáng hé
的谐音。“平安果”象征着平安、祥和。



shèng dàn lǎo rén zài rén jiān 圣诞节老人在人间

měi nián de yuè rì shì xī fāng guó jiā de shèng dàn jié shèng dàn jié běn shēn shì yí gè zōng
每年的12月25日，是西方国家的圣诞节。圣诞节本身是一个宗
jiào jié rì hòu lái màn màn chéng wéi ōu měi guó jiā de gōng gòng jià rì yǒu diǎn er xiàng wǒ men guó jiā de chūn
教节日。后来慢慢成为欧美国家的公共假日，有点儿像我们国家的春
jié shì quán jiā tuán yuán de rì zi jìn nián lái zhè yí jié rì zài yà zhōu guó jiā yě liú xíng qǐ lái
节，是全家团圆的日子。近年来，这一节日在亚洲国家也流行起来。

shèng dàn jié de chuán shuō zhōng yǒu yí gè zuì huó yuè de rén wù jiù shì shèng dàn lǎo rén tā tóu dài
圣诞节的传说 中有一个最活跃的人物，就是圣诞老人。他头戴
bái biān hóng mào shēn chuān hóng sè yī kù juǎn qū de bái hú zi xiāo sǎ de chuí guà dào xiōng qián nóng mì de
白边红帽，身穿红色衣裤，卷曲的白胡子潇洒地垂挂到胸前，浓密的
bái méi mao jī hū zhē gài le yī shuāng yǎn jīng chuán shuō zài yè shēn rén jìng de píng ān yè lǐ shèng dàn
白眉毛几乎遮盖了一双眼睛。传说，在夜深人静的平安夜里，圣诞
lǎo rén zǒng shì kuài huó de chéng zhe xùn lù lā de xuě qiāo cóng tiān ér jiàng tā cóng yān cōng lǐ pá jìn wū nèi
老人总是快活地乘着驯鹿拉的雪橇从天而降。他从烟囱里爬进屋内，
liú xià gěi hái zǐ men de lǐ wù tóng shí yě chī diào hái zǐ men wèi tā zhǔn bèi de shí wù
留下给孩子们礼物，同时也吃掉孩子们为他准备的食物。

suí zhe lǚ yóu yè de fā zhǎn zài ōu měi tè bié shì ōu zhōu jī hū měi gè
随着旅游业的发展，在欧美，特别是欧洲，几乎每个



guó jiā dōu yǒu zì jǐ de shèng dàn lǎo rén zhī xiāng wèi le zhēng duó shèng dàn lǎo rén de
国家都有自己的圣诞老人之乡。为了争夺圣诞老人的
dàn shēng dì nián zhè xiē guó jiā hái dào lián hé guó dǎ qǐ le guān si
诞生地，1995年，这些国家还到联合国打起了“官司”。
zuì hòu fēn lán rú yuàn yǐ cháng chéng le shèng dàn lǎo rén de jiā xiāng
最后芬兰如愿以偿，成了圣诞老人的家乡。

rú jīn chuán shuō zhōng de shèng dàn jīng líng yǐ lái dào rén jiān fēn lán yǐ
如今，传说中的圣诞精灵已来到人间，芬兰以
gōng tuī gōng xuǎn de xíng shì tiāo xuǎn xíng xiàng dà shǐ gōng tuī gōng xuǎn shèng dàn lǎo rén de
公推公选的形式挑选形象大使。公推公选圣诞老人的
tiáo jiàn jì yán gé yòu tòu míng shēn gāo yào zài mǐ yǐ shàng wài mào cí xiáng
条件既严格又透明：身高要在1.85米以上，外貌慈祥
kě qīn bó xué duō cái qǐ mǎ yào huì wǔ zhǒng guó jì tōng yòng yǔ yán měi
可亲，博学多才，起码要会五种国际通用语言。每
cì hái xiàn dìng míng é zhǐ lù yòng gè rén jié rì lì zài quán shì de
次还限定名额，只录用15个人，节日里在全市的
zhǐ dìng dì diǎn lún liú péi dà jiā zuò gè zhǒng yóu xì
指定地点轮流陪大家做各种游戏。





yì yuán fù shǐ huà yuán dàn 一元复始话元旦

yuán dàn zhè ge cí zài wǒ guó zǎo jiù yǒu le. “yuán”, zhǐ kāi shǐ, shì dì yī de yì sī;
元旦这个词在我国早就有了。“元”，指开始，是第一的意思；

“dàn”, shì gè xiàng xíng zì, shàng miàn de “rì” dài biǎo tài yáng, xià miàn de “yī” dài biǎo dì
“旦”，是个象形字，上面的“日”代表太阳，下面的“一”代表地
píng xiàn. “dàn” jiù shì zhǐ tài yáng cóng dì píng xiàn shàng rǎn rǎn shēng qǐ, xiàng zhēng yì tiān de kāi shǐ.
平线。“旦”就是指太阳从地平线上冉冉升起，象征一天的开始。

rén men bǎ “yuán” hé “dàn” liǎng gè zì jié hé qǐ lái, jiù yǐn shēn wéi xīn nián kāi shǐ de dì yī tiān.
人们把“元”和“旦”两个字结合起来，就引申为新年开始的第一天。

gǔ shí hou, wǒ guó shǐ yòng de shì nóng lì, suǒ yǐ xīn nián de dì yī tiān——yuán dàn, jiù shì zhǐ
古时候，我国使用的是农历，所以新年的第一天——元旦，就是指
xiàn zài de chūn jié. nóng lì (yīn lì) shì yǐ yuè liang yuán quē yí cì de shí jiān wéi yí gè yuè wèi le
现在的春节。农历（阴历）是以月亮圆缺一次的时间为一个月。为了
suàn qǐ lái fāng biàn, dà yuè dìng wéi 30 tiān, xiǎo yuè 29 tiān, yì nián 12 gè yuè zhōng, dà xiǎo yuè dà
算起来方便，大月定为30天，小月29天，一年12个月中，大小月大