

早教专家倾力推荐

聪明孩子最爱问的

英子 谢红亮/主编

十万个为什么

幼儿版

身边的
科学

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

早教专家倾力推荐

聪明孩子最爱问的

英子 谢红亮/主编

十万个为什么

幼儿版

身边的科学

安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

身边的科学/英子,谢红亮主编. —合肥:安徽美术出版社,2013.4

(十万个为什么:幼儿版)

ISBN 978-7-5398-4325-4

I. ①身… II. ①英…②谢… 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(2013)第 026289 号



十万个为什么 幼儿版

身边的科学

Shenbian De Kexue

出版人:武忠平

主 编:英 子 谢红亮

策划编辑:张李松

责任编辑:张艳新

责任校对:司开江

责任印制:徐海燕

出版发行:时代出版传媒股份有限公司

安徽美术出版社

(<http://www.ahmscbs.com>)

社 址:合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号

出版传媒广场 14 层(邮编:230071)

印 刷:黄冈市新华印刷有限责任公司

版 次:2013 年 4 月第 1 版

印 次:2013 年 4 月第 1 次印刷

开 本:889mm×1194mm 1/24 印张:2.5

书 号:ISBN 978-7-5398-4325-4

定 价:10.00 元

如发现印装质量问题,请与我社营销部联系调换。

版权所有·侵权必究

本社法律顾问:安徽承义律师事务所孙卫东律师



爱因斯坦是人类历史上最伟大的科学家之一,他的聪明程度一直为世人所惊叹。他有一句名言:兴趣是最好的老师。这或许是他为何如此聪明的一个解释。

通常来说,兴趣一般都源于好奇心,而幼儿阶段恰好是萌生和形成好奇心的最佳时期。这个时期的小孩由于对大自然和人类社会都有太多不明白的地方,所以会具备一种本能的“探究反射”。对于孩子有好奇心,如果父母的态度是轻视、嘲讽甚至压抑,就必然会泯灭其智慧的火花,有碍于他们的茁壮成长。幼儿的天真和单纯会让他们对未知的事物做不出科学的解释,这就需要家长们的耐心开导。

我们编写的这套《十万个为什么》丛书(包括《可爱的动物》《美丽的植物》《身边的科学》《奇妙的自然》《我们的身体》《神奇的太空》六本)就是为家长服务的好帮手。如果您的孩子不喜欢思考,这套制作精美的丛书恰好可以对其进行启迪和引导;如果您的孩子产生的疑惑让您也为难,这套丛书又可以让您“从容面对”,在孩子心中树立一个“上知天文、下知地理”的形象,而这将使您的孩子更有满足感和自信心,从而塑造良好的性格。

编者





操作指南	1
为什么睡觉前不要吃糖果	2
为什么小孩要早睡	4
为什么要脱衣服睡觉	6
为什么睡觉要枕枕头	8
为什么蒙头睡觉不好	10
为什么睡懒觉不好	12
为什么不能喝生水	14
豆浆为什么要烧开了才能喝	16
为什么多喝牛奶有好处	18
为什么不能多吃冷饮	20
为什么要经常喝水	22
为什么不能吃生鸡蛋	24
为什么常吃零食不好	26

为什么要多吃蔬菜.....	28
为什么饭前要洗手.....	30
为什么早餐很重要.....	32
为什么吃东西时要细嚼慢咽.....	34
茶壶盖上的小洞有什么作用.....	36
暖水壶为什么能保温.....	38
为什么要把食物放在冰箱里.....	40
为什么罐头食品能长久保存.....	42
烟为什么会呛人.....	44
为什么空调能吹出凉风.....	46
为什么夏天穿浅颜色衣服比较凉快.....	48
为什么我们要打预防针.....	50
为什么发生触电时不能直接用手去拉人.....	52
油锅起火为什么不能用水扑灭.....	54



精选主题
值得关注

讲解精准
加注拼音

绘画精美
紧扣主题



深入研究
一探究竟

图像天地
加深印象

大千世界
拓展思维

我问你答
巩固知识



温馨提示

学习方法推荐:

➡ **探索·发现** 幼儿充满了好奇,家长应结合生活中一些奇特现象,引导幼儿去探索与发现问题。对于不爱探索的幼儿,家长可以结合本书,先提出一些常见问题(本书已精选主题),激发幼儿的好奇心,然后引导幼儿去发现问题。

➡ **思考·补充** 幼儿提出问题后,家长应鼓励幼儿自己去开动脑筋,思考问题,找到答案,家长可以适当给予提示。幼儿经过一番思考后,自己在书中找出正确的解释(讲解精准并加注拼音)或者家长解释现象。了解到问题的主要原因后,家长可以就现有问题补充相关的知识(即“大千世界”版块),让幼儿拓展思维,加以补充。

➡ **回答·表扬** 幼儿了解问题的原因后,家长可以提相关的问题,让幼儿回答几个小问题(即“我问你答”版块),巩固幼儿所学的知识。孩子在探索问题时,如果找出了问题的答案或者找到与问题相关的因素,家长要及时给予赞扬,这样能激发幼儿积极思考、学习知识的兴趣。

➡ **积累·巩固** 知识的积累是一个长期的过程,家长要慢慢引导,对于生活中的各方面,家长可以根据幼儿的见识,结合本套丛书,慢慢启迪和引导孩子,让您陪着孩子一起遨游科学的殿堂。



为什么睡觉前不要吃糖果

主角：糖果 关键词：残渣 细菌 腐蚀

xiǎo hái shuì qián chī táng guǒ qí cán zhā jiù tíng liú zài yá fèng zhōng huò
小孩睡前吃糖果，其残渣就停留在牙缝中或

sāi zài yá chǐ de fā yù gōu nèi chī wán jiù shuì xià yá fèng jí yá gōu
塞在牙齿的发育沟内，吃完就睡下，牙缝及牙沟

shàng de shí wù jiù zhú jiàn fā jiào biàn suān xì jūn róng yì shēng zhǎng fán zhí
上的食物就逐渐发酵变酸，细菌容易生长繁殖。

shí jiān yì cháng yá chǐ biǎo miàn jiù huì zhú jiàn shòu dào fǔ shí
时间一长，牙齿表面就会逐渐受到腐蚀。



糖是人体所必需的一种营养素,经人体吸收之后马上转化为碳水化合物,以供人体能量。它主要分为单糖和双糖。单糖——葡萄糖,分子式为 $C_6H_{12}O_6$ 单分子链,人体可以直接吸收再转化为人体之所需。双糖——食用糖,如白糖、红糖及食物中转化的糖。分子式为 $C_{12}H_{22}O_{11}$,人体不能直接吸收,须经胰蛋白酶转化为单糖再被人体吸收。



五颜六色的糖果

我问你答

- 睡觉 _____ 不要吃糖果。
A. 前 B. 后
- 糖是人体所 _____ 的一种营养素。
A. 不要 B. 必需
- _____ 人体可以直接吸收并转化。
A. 双糖 B. 多糖 C. 单糖

当人入睡以后,胃肠活动比清醒时减缓,因此,睡前进食会增加胃肠的负担,日久就会发生功能紊乱,导致疾病。早晨起来还会出现口苦、咽干、肚子发胀、不思饮食的现象。如果晚上不吃东西睡不着,可以喝一点牛奶,几块饼干,或者适当地吃一些水果。

为什么小孩要早睡

主角: 小孩 关键词: 睡眠 新陈代谢 精力

xiǎo hái zài bái tiān de shí hòu shēn tǐ xiāo hào bǐ jiào dà
小孩在白天的时候身体消耗比较大，
zhè ge nián líng zhèng shì zhǎng shēn tǐ de shí hòu suǒ yǐ wǎn shàng
这个年龄正是长身体的时候，所以晚上
bì xū yào yǒu chōng zú de shuì mián ràng dà nǎo hé shēn tǐ gè qì
必须要有充足的睡眠，让大脑和身体各器
guān hǎo hǎo xiū xi cù jìn xīn chén dài xiè zhè yàng xiǎo hái dì
官好好休息，促进新陈代谢，这样小孩第
èr tiān cái huì yǒu wàng shèng de jīng lì
二天才会有旺盛的精力。



一般来说，
10 点之前睡觉是最好的，
10 点以后，人体各个器官就开始
修护排毒，比如肝脏在 11 点就开始排
毒，如果经常晚睡，那么肝脏就非常容易
出问题。另外，人体的各个器官组织晚上
也需要休息，如果延长他们的工作时间，
久而久之会产生危害。统计证明，那
些 40 岁左右就得癌症去世的，基
本上都是年轻时生活习惯
不好的人。



睡得香甜的小朋友

我问你答

- 小孩晚上 ____ 有充足的睡眠。
A. 必须 B. 不需要 C. 有时需要
- 睡眠充足第二天 ____ 旺盛的精力。
A. 没有 B. 有 C. 不一定有
- 晚上 ____ 点之前睡觉是最好的。
A. 9 B. 10 C. 11

睡前不要
给孩子吃得过饱或过
少，以免因胃肠不适或饥饿而
影响睡眠；也不要过分逗引小孩，
使他们睡前保持情绪安定，防止过
度兴奋；上床后，不要给他们玩具，
以免孩子因贪玩而不肯入睡。另
外，要注意小孩睡房的氛围，
要保持安静，还要有柔
和的光线。



为什么要脱衣服睡觉

主角：人体 关键词：血液循环 清除疲劳 恢复体力

wǎnshàngshuìjiào shí rú guǒ bù tuō yī fu huì
晚上睡觉时，如果不脱衣服，会
fáng ài rén tǐ de hū xī hàn yè de zhēng fā hé quán
妨碍人体的呼吸、汗液的蒸发和全
shēn de xuè yè xún huán lìng wài chuān yī fu shuì jiào yě
身的血液循环。另外，穿衣服睡觉也
bú lì yú rén tǐ xiāo chú pí láo hé huī fù tǐ lì yì
不利于人体消除疲劳和恢复体力。一
bān lái shuō shuì jiào de shí hòu chuān yī jiàn róu ruǎn de
般来说，睡觉的时候穿一件柔软的
bèi xīn hé duǎn kù bǐ jiǎo hé shì
背心和短裤比较合适。

晚上睡觉不

脱衣服主要有三点不好:第

一,棉被不能裹紧身体,这样容易使人感冒。第二,如果白天长时间在外活动,衣服上可能会沾染很多的灰尘细菌,很不卫生,有可能还会导致皮肤真菌感染。第三,晚上穿着衣服会对全身产生挤压感和束缚感,这样在休息的时候身体就不能充分地放松,自然就不能得到充分的休息。



睡前记得脱衣服

我问你答

- 1.晚上睡觉前____脱衣服。
A.应该 B.不应该
- 2.穿衣服睡觉____消除疲劳。
A.有利于 B.不利于
- 3.穿衣服睡觉可能引起____。
A.发烧 B.感冒 C.肚子疼

为了维持人体正常的生理活动,人的体温要保持在一定的范围内。一般情况下,外界温度都低于人体体温,如果睡觉时不盖被子保温,就可能因着凉而生病。如果衣服没有脱,又有被子盖着会出汗。而没脱衣服睡觉,早上起来又不加衣服,就会引起感冒。

为什么睡觉要枕枕头

主角：枕头 关键词：人体健康 充血 睡眠质量

zhěn tou duì rén tǐ jiàn kāng yǒu zhè zhòng yào zuò yòng rú guǒ wǎn shàng
枕头对人体健康有着重要作用。如果晚上
shuì jiào bú diàn zhěn tou tóu de wèi zhì bǐ xīn zàng dī liú dào tóu bù de xuè
睡觉不垫枕头，头的位置比心脏低，流到头部的血
yè jiù zēng duō tóu bù de xuè guǎn jiù huì chōng xuè shí jiān yì cháng jiù huì
液就增多，头部的血管就会充血，时间一长，就会
zào chéng tóu hūn nǎo zhàng yǎn pí fú zhǒng yán zhòng yǐng xiǎng
造成头昏脑胀、眼皮浮肿，严重影响
rén de shuì mián zhì liàng
人的睡眠质量。



脖子上的肌肉很灵活，能使头左右转动，白天人的头转动的次数很多，每次转头后都要回到原来的位置，使脖子及时得到休息。晚上睡觉时人们常常是侧着身子，如果不枕枕头会使头歪向肩膀的一侧，这样不仅会使人感到不舒服，时间长了还会使脖子上的肌肉劳累过度，变得又硬又痛，转动很不灵活，这就是人们常说的“落枕”。



睡觉一定枕枕头

我问你答

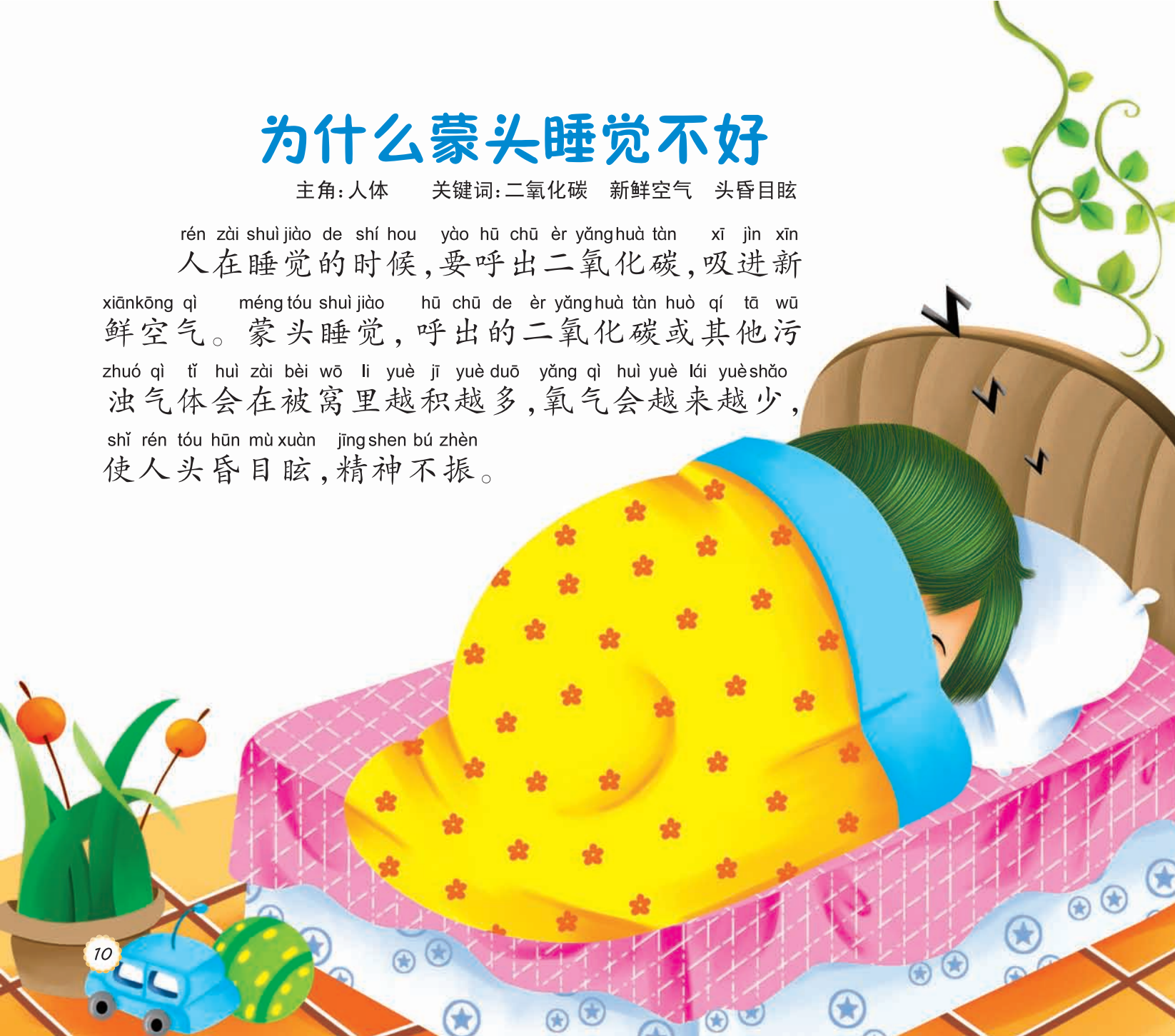
1. 枕头对人体健康 _____ 重要作用。
A. 有 B. 没有
2. 脖子上的肌肉 _____ 休息。
A. 不需要 B. 需要
3. 不枕枕头睡觉可能会导致 _____。
A. 落枕 B. 感冒 C. 发烧

枕头是生活中的一部分，正确选择适合自己的枕头高度才会对健康有利。睡觉时虽然要枕枕头，但枕头的高度也不能太高或太低。一般枕头受压后的高度，仰卧为 5~9 厘米，侧卧为 9~14 厘米。枕芯的软硬程度也要适当，过硬或者过软，都不利于睡眠。

为什么蒙头睡觉不好

主角：人体 关键词：二氧化碳 新鲜空气 头昏目眩

rén zài shuì jiào de shí hou yào hū chū èr yǎng huà tàn xī jìn xīn
人在睡觉的时候，要呼出二氧化碳，吸进新
xiān kōng qì méng tóu shuì jiào hū chū de èr yǎng huà tàn huò qí tā wū
鲜空气。蒙头睡觉，呼出的二氧化碳或其他污
zhuó qì tǐ huì zài bèi wō lǐ yuè jī yuè duō yǎng qì huì yuè lái yuè shǎo
浊气体会在被窝里越积越多，氧气会越来越来少，
shǐ rén tóu hūn mù xuàn jīng shen bú zhèn
使人头昏目眩，精神不振。



我们吸入的氧气和血液中的二氧化碳会在肺中进行交换,再由血液将新鲜的氧气送到身体各器官,使之正常运转。蒙头大睡时,氧气的供应会因棉被的阻隔而受限。被窝里的氧气会随呼吸次数的增多而减少,二氧化碳越来越多。原来应输送氧气的血液里却携带着浓厚的二氧化碳,器官得不到足够氧气而无法正常运转。



脑袋要放在被子外

我问你答

1. 蒙着被子睡觉, _____ 会越来越少。
A. 二氧化碳 B. 氧气 C. 空气
2. 氧气与二氧化碳在 _____ 里进行交换。
A. 脑袋 B. 心脏 C. 肺
3. 蒙头睡觉是一个 _____ 习惯。
A. 好 B. 坏 C. 不好不坏的

睡觉时紧闭双眼可以隔断光线的刺激,使神经系统安静地休息。另外,人的眼睛需要水分,睡觉时为了防止眼球干燥,也要合上眼皮。从生理的角度来看,人们眼皮的自然状态是下垂的,当人的大脑不再控制眼睑(眼皮)肌肉的时候,人的眼睑就垂下来了。