

3-6 ياشقاچە
ئائىلە كىتابى

جۇڭگو سەبىلەر قامۇسى

中国少儿百科全书



بەللىنىم



شىنجاڭ ياشلار ئۆسمۈر نەشرىياتى

پىلانلىغۇچى: ما جۇن
جىن رۇي

مەسئۇل مۇھەررىرى: گۈلنار لېتىپ
مەسئۇل كوررېكتورى: ئىبادەت ياسىن
گۈزەل سەنئەت مۇھەررىرى: مۇراددىل ئابد

جۇڭگو سەبىيلەر قامۇسى

بەدىنىم

تەرجىمە قىلغۇچى: قەلبىنۇر مەمتىمىن



شىنجاڭ ياشلار - ئۆسمۈرلەر نەشرىياتى نەشر قىلدى
(ئۈرۈمچى شەھىرى شىمالىي بېيجىڭ يولى 29 - نومۇر، پ: 830012)

ئېلخەت ساندىقى: xjyashlar@126.com

شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسىدىن تارقىتىلدى

شىنجاڭ يىلۇڭ باسما چەكلىك شىركىتىدە بېسىلدى
ئۆلچىمى: 889 × 1194 م م، 16 كەسلەم، باسما تاۋىقى: 2

2014 - يىلى 4 - ئاي 1 - نەشرى

2014 - يىلى 4 - ئاي 1 - بېسىلىشى

ISBN 978-7-5515-2950-1

سانى: 5000 - 1

باھاسى: 15.00 يۈەن

بېسىلىشتا، تۈپلەشتە خاتالىق بولسا نەشرىياتىمىزغا ئەۋەتىڭ، تېگىشىپ بېرىمىز



مۇندەرىجە

- 2 مەن قەيەردىن كەلدىم
- 4 دۇنيانى تونۇتقان كۆز
- 6 سەزگۈر بۇرۇن
- 8 خىسلەتلىك قۇلاق
- 10 چىشىنىڭ ماھارىتى
- 12 بىر جۈپ قابىل قول
- 14 تېرىنى ئاسراش
- 16 يېمەكلىكنىڭ ساياھىتى
- 18 بەدىنىمىزمۇ سۆزلىيەلەيدۇ
- 20 بەدەن ئۇخلىشى كېرەك
- 22 ئاغرىپ قېلىش
- 24 يۈگۈرۈش، سەكرەش بەدەنگە پايدىلىق



مەن قەيەردىن كەلدىم

مەن ئاپامنىڭ قورسىقىدىن چىققان، دادام بىلەن ئاپام ئۆزئارا ياخشى كۆرۈشۈپ توي قىلغان. دىن كېيىن مەن تۇغۇلۇپتىمەن.



ئاپامنىڭ قورسىقىدا دادام - ئاپامغا ئورتاق بولغان ئۇرۇقتىن مەن پەيدا بويىتىمەن.

مەن تۇرۇۋاتقان جاي بالىياتقۇ دەپ ئاتىلىدۇ.

مەن مانا مۇشۇنداق دۇنياغا كەلگەن



دادام بىلەن ئاپام بالىلىق بولماقچى.

مەن بۇ يەردە ناھايىتى تېز چوڭ بولدۇم.



ئاپام نەيچىگە ئوخشايدىغان كىندىك بېغى ئارقىلىق ماڭا ئوزۇقلۇق يەتكۈزۈپ تۇردى.





مەن يەنە تېخى بارمىقىمنى شورايمەن. قاپقىمىنى تۈرۈپ، چىرايمىنى پۈرۈشتۈرۈپ، كەپ-سىزلىك قىلىمەن.

«مەن قەيەردىن كەلدىم» دېگەن سوئال ھەربىر ئائىلە باشلىقى ئۇچرايدىغان مەسىلە، شۇڭا ئاتا - ئانىلار بۇ سوئالدىن ئۆزۈڭلارنى قاچۇرماي، چۈشىنەلەيدىغان تىل بىلەن بالىلارڭلارنىڭ سوئالىغا جاۋاب بېرىڭلار.

پۇتلاشقا سۆز



مەن ئاپامنىڭ قورسىقىدا 10 ئايغا يېقىن تۇرغاندىن كېيىن ئاپام دوختۇرخانىغا بېرىپ، مېنىڭ دۇنياغا كۆز ئېچىشىمنى كۈتۈۋالىدۇ.



مەن ئويغانغاندىن كېيىن، پۇتلىرىمنى سوزد-مەن ھەم ئۆرۈلمەن.

ھا - ھا! مانا بۇ بوۋاق دەل مەن! بىر قارىسا ئاپام-غا، بىر قارىسا دادامغا ئوخشامدىكەنمەن؟



مەن ئادەتتە بالد-ياتقۇ ئىچىدىكى ئىلمان سۇنىڭ ئىچىدە ئۇخلايمەن.

تېپىلىپ بەرگەن

مەن تۇغۇلغاندا قانداق ئىدىم؟



مەن دوختۇرخانىنىڭ ياردىمى بىلەن ئاخىر بۇ دۇنياغا كۆز ئاچتىم.

دۇنيانى تونۇتقان كۆز

كۆز ئارقىلىق يىراق - يېقىندىكى نەرسىلەرنى كۆرگىلى بولىدۇ. ئۇ بىزنىڭ دۇنيانى كۆزىتىش ۋە تونۇشىمىزدىكى كۆزنەك.

دۇربۇننىڭ ياردىمىدە تېخىمۇ يىراق يەرلەرنى كۆرەلەيمىز.

قارا، ئايروپىلان!

مېنىڭ لەڭلىكىم ئېگىز ئۇچۇۋاتىدۇ!

كۆز ئەينەكنىڭ ئىگىسىنى تىزىش

بۇ مېنىڭ كۆز - ئەينىكىم ئەمەس.



ئوغلاقچان: «مەن ئەزەل - دىن يېقىن ئارىلىقتا تۇرۇپ تېلېۋىزور كۆرمەيمەن، كۆزۈم ئىنتايىن ياخشى» دېدى.

كىم كۆز ئەينىكىنى چۈشۈرۈپ قويغاندۇ؟



كۆز ئەينەك مېنىڭ ئەمەس!

پاقىجان: «مەن ئەزەلدىن يېتىپ تۇرۇپ كىتاب ئوقۇمايمەن، شۇڭا كۆزۈم ساق» دېدى.



مايمۇنچاق كۆز ئەينەك تېپىۋال - دى. ئۇ: «كۆز ئەينىكىنى چۈشۈرۈپ قويغان ئادەم چوقۇم بىئارام بولۇپ كەتكەندۇ؟» دەپ ئويلىدى.

چەتلەرغا سۆز

بالىلىق دەۋر بالىلارنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتى تەرەققىي قىلىدىغان ھالقىلىق پەيت. شۇڭا، بالىلار ياخشى ئادەتلەرنى يېتىلدۈرۈشمىز كېرەك. ئەگەر كۆرۈش قۇۋۋىتىمىزدە مەسىلە كۆرۈلسە، دەرھال دوختۇرخانىغا بېرىپ تەكشۈرتۈشمىز كېرەك.

كۆزۈم ئالدى، يىراق
يەرلەرگە قارايمۇ!

چۈمۈلنىڭ قانداق
پۇتى بارلىقىغا
قاراپ باقايچۇ؟

ئەمىلار ھېچنېمىنى كۆرەلمەيدۇ.
كۆرۈش قۇۋۋىتى ناچارلار
كۆز ئەينەك تاقىشى كېرەك.

كىمىنىڭ ناچار ئادىتى
بولسا، كۆز ئەينەك
شۇنىڭ بولىدۇ!

كۆز بىلەن كىتاب
ئارىسىدا مۇۋاپىق ئارىلىق
ساقلاش كېرەك!

بۇ مېنىڭ
كۆز ئەينىكىم
ئەمەس!

ئاسلانچاق: «مەن ئەزەل-
دىن ئۇزاق ۋاقىت ئولتۇ-
رۇپ تېلېۋىزور كۆرمى-
مەن» دېدى.

ئېيىقچاق مایمۇنچاققا
بىر ئامالنى كۆرسەتتى.

مايمۇنچاق كۈچۈكجاننىڭ
كىتابىنى كۆزىگە يېقىن
ئەكەلىپ ئوقۇۋاتقانلىقىنى
كۆردى.



كۈچۈكجان كۆزىنى
ئاسراشنى ئۈگىنىۋالدى.



سەزگۈر بۇرۇن

بىز بۇرۇن ئارقىلىق نەپەسلىنىمىز.
بۇرۇن ناھايىتى سەزگۈر بولۇپ، خىلمۇ-
خىل پۇراقلارنى ئايرىيالايدۇ.



ۋاھ، نېمىدېگەن خۇش پۇراق! مەن
ياخشى كۆرىدىغان پۇراق ئىكەنمۇ.

بەزىلەرنىڭ
بۇرنى پاناق، بە-
زىلەر قاغشار-
لىق، بەزىلەر
ئىلمەك بۇرۇن
كېلىدۇ.

پۇراق
ئارقىلىق
پىسەكلىك
ئىزدەش

يوغان بۇرۇن

بۇرنىڭىزنى
ئېتىۋالسىڭىز،
پۇراقنى پۇرىيال-
مايسىز.



2. موزايچاق بۇرنىنى
كوچىلاشقا ئامراق، بەزىدە
بۇرنىنى كوچىلاۋېرىپ قا-
تتىۋېتىدۇ.

1. موزايچاقنىڭ يو-
غان بۇرۇن تۆشۈكى
ئۈدۈل قاراپ تۇرىدۇ.

3. ئاپىسى ئۇنىڭغا قاننى
توختىتىشنىڭ ئامالىنى
ئۆگىتىپ قويدى، يەنە ئۇ-
نىڭغا بۇرنىنى كولىماس-
لىقىنى تاپىلدى.

بۇنداق قىلساڭ
بەك خەتەرلىك!



7. دوختۇرخانىدا ئېيىق
دوختۇر ئېھتىيات بىلەن
موزايچاقنىڭ بۇرنىدىكى پۇر-
چاقنى چىقاردى.

ئاپا، تېزرەك
كېلىڭ!



6. موزايچاق بۇرنىغا كىرىپ
كەتكەن پۇرچاقنى ئالمەن دەپ
كولغانسېرى، پۇرچاق تېخىمۇ
ئىچىگە كىرىپ كەتتى.



5. شۇنىڭ بىلەن موزايچاق نە-
پەس ئالالماي قالدى.



4. بىر كۈنى كەپسىز
موزايچاق كىچىك پۇرچاق ۋە
تۈگمىنى بۇرنىغا تىقتى.

نېمە ئۈچۈن قولىنى
يەلپۈپ تۇرۇپ گۈلنى
پۇرايمىز؟



باشقا ئەخەتلەر
بولدىغان نۇمىلار
بىسۋېلىشقا



نېمىدېگەن
مەزىزلىك!

بۇرۇن تەكشۈرۈش ئەسۋابى
يانتا بىشۇرۇلغان
پىماكلىقلار

ھېچقانداق پۇراقنى
پۇرىيالمايۋاتمەن.

زۇكامدىن بۇرۇن پۈتۈپ
قالغاندا، ھېچقانداق پۇراق-
نى پۇرىغىلى بولمايدۇ.



خەسەتلىك قۇلاق

قۇلاق سىرتتىن كەلگەن ھەر خىل ئاۋازلارنى ئاڭلايدۇ.

قۇشلارنىڭ سايراشلىرى قۇلاققا يېقىملىق ئاڭلىنىدۇ.

كېلىپ
مېنى تۈتە!

ئاۋاز چىققان
قەرەپتىن ئىزدە.

بۇ يەردە
ئوخشايدۇ.

چىكەتكە
چىرىلداۋاتىدۇ.

توغرا ئەمەس،
مانا بۇ يەردە!

گاس - گاچىلار ئاۋازنى ئاڭلىدۇ -
يالمايدۇ، پەقەت قول - تىلى
ئارقىلىق «ئالاقىلىشالايدۇ».

ماشىنا سىگنالى قۇلاق -
قا يېقىمىسىز ئاڭلىنىدۇ.

«ۋىڭ - ۋىڭ» قىلغان ئاۋاز ئەمەلار -
نىڭ يولىدىن ئۆتۈشىگە ياردەم بېرىدۇ.



رەپ باقىدۇ قوزام

تۆۋەندىكى ئىش - ھەرىكەت -
لەرنىڭ ئىچىدە قايسىلىرى
قۇلاقنى ئاسرايدۇ؟ قايسىلىرى
قۇلاققا زىيان يەتكۈزىدۇ؟



ئاۋۇشنىڭ بىلەن
مۇزىكا ئاڭلاش



سۇ ئۈزۈشتىن ئىلگىرى
پاختا بىلەن قۇلاقنى ئېتىش



باشقىلارغا قۇلاق كولاتقۇزۇش



يۇقىرى ئاۋاز
ئاڭلانغاندا ئېغىز -
نى چىڭ يۈمۈپ
قۇلاقنى ئېتىۋې -
لىش



تېلېۋىزورنى ناھايىتى
يۇقىرى ئاۋازدا قويۇش

تەڭرىنىڭ قىزىقىشى

شادمان كاۋچاق

چىشىنىڭ ماھارىتى

ئېزىق چىش تۈگمەن
تېشىدەك يۇمىلاقتۇر. يې-
مەكلىكىنى ئېزىشتە ئۇنىڭ-
دەك كۈچتۈڭگۈر يوقتۇر.

چىش يېمەكلىكىنى چايناپ ئېزىش ئارقىلىق
يېمەكلىكنىڭ ئاسان ھەزىم بولۇشىغا ياردەم
بېرىدۇ. ئاپپاق، رەتلىك چىش ئادەمنى ساغلام
ھەم گۈزەل كۆرسىتىدۇ.



ئۆتتۈر چىش يې-
مەكلىكىنى خۇددى
پىچاقتەك پارچىلايدۇ.

قوزۇق چىش يېمەكلىكىنى
پارچىلاشتا بەك قالتىس.



تۇغۇلۇپ بىرىنچى قې-
تىم چىققان چىشنى سۈت
چىش دەپ ئاتايمىز.

مېنىڭ 20 تال
سۈت چىشىم بار.



ئىككىنچى قېتىم چى-
قان يېڭى چىشنى ئۆمۈر-
لۈك چىش دەپ ئاتايمىز.

ئالتە - يەتتە ياشتىن باشلاپ
ئالماشقان چىش ئۆمۈرلۈك چىش
بولىدۇ، شۇڭا بىز چىشىمىزنى
ياخشى ئاسرىشىمىز كېرەك.



كچىك مىتىنىڭ چىشىنى قۇرتلاش خاتىرىسى

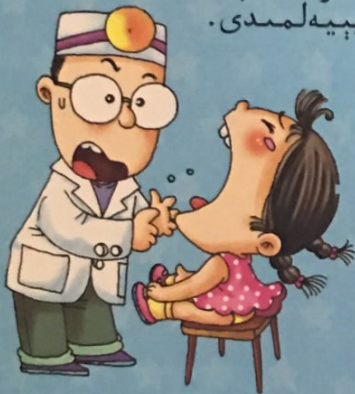


1. بىز بولساق كىچىك مىتىلەر، قىزچاقنىڭ چىشىدىكى قارا ئوڭ-كۆردە نۇرمىز.

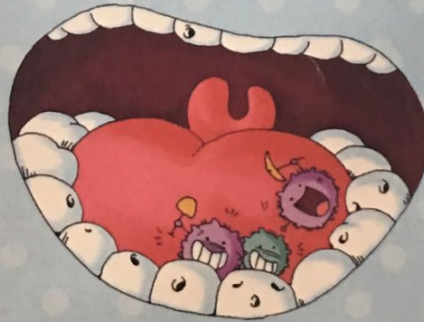


2. قىزچاق تاتلىق يېمەكلىككە بەك ئامراق، لېكىن چىشىنى كۈندە ئىككى ۋاق چوتكىلاشنى پەقەت ياخشى كۆرمەيدۇ.

4. ئاخىر، قارا ئوڭ-كۆر قىزچاقنىڭ چىشىنى ئاغرىتقاچقا ھېچنېمە يېيەلمىدى.



5. دوختۇر قۇرت يېگەن چىشلارنى زاماسكىلىماقچى، ئەمدى بىزنىڭ ئۆيىمىز يوق بولىدىغان بولدى.



3. تاتلىق يېمەكلىكلەرنىڭ قالدۇق-لىرى قارا ئوڭكۈرمىزنى ئاز - ئازدىن چوڭايتىشىمىزغا ياردەم قىلىدۇ.



6. ئەسۋاب ئېشىمىزغا كىردى، دەرھال قاچايلى!

چوڭلارنىڭ ھېكارىسى

پىلچاقنىڭ چىشىنى غۇ-چۈرلىتىشى

زىيەتلىك بەز تان

نېمە ئۈچۈن ئەتە-گەن - كەچتە چىشىمىزنى چوتكىلايمىز؟

بىر جۈپ قابىل قول

بىزنىڭ كىيىم كىيگۈزەلەي-
دىغان، تۈگمىنى ئېتەلەيدىغان،
بارچە ئىشلارنى قىلالايدىغان
بىر جۈپ چېۋەر قولمىز بار.

كىتاب ۋە ئويۇنچۇقلارنى
رەتلىيەلەيدۇ.

چاۋاك چالالايدۇ.

چىرايلىق كىيىمەك قىلالايدۇ.

لايدىن چىرايلىق چۈجە ياسىيالايدۇ.

چىرايلىق رەسىم سىزالايدۇ.

ئۆي قۇراشتۇرالايدۇ.

رەپ باققىدە قوزام

بىر جۈپ قول-
مىز يەنە قانداق
ئىشلارنى قىلالايدۇ؟



قارشى ئېلىنمايدىغان كىچىك قول



2. رەسىم سىزىڭ ئاتقاندا،
ئالىم بوياقنى باشقىلارنىڭ
كىيىمىگە سۈركىدى.



1. ئالىم قول يۇيۇ -
ۋېتىپ، سۈنى دوست -
لىرىغا چېچىۋەتتى.

چوڭلارغا سۆز
قەغەز قاتلاش، رەسىم سىزىش، قەغەز
قېيىش، لاي ئويناش، كۆمۈك تىزىش، كارتا
قىستۇرۇش، ئارغامچا تاقلاش قاتارلىقلار
ناھايىتى ياخشى چېنىقىش ئويۇنلىرىدۇر. بۇ
ئويۇنلار بالىلارنىڭ قول مۇسكۇلىلىرىنىڭ
يېتىلىشىنى ئىلگىرى سۈرۈپ،
قولنىڭ جانلىقلىقىنى ئاشۇرىدۇ.



4. ئالىم مومىسى بىلەن
كوچىدا كېتىۋېتىپ يول
بويىدىكى گۈللەرنى ئۈزۈۋالدى.



3. بالىلار رەتكە تىزىل -
غاندا، ئالىم ئالدىدىكى
قىزنىڭ چېچىنى تارتتى.



5. بالىلار ئالىمنىڭ
كېلىۋاتقانلىقىنى كۆ -
رۈپ توپنى ئەپچاچتى.



نېمىشقا مەن بىلەن
ئوينمايدىغاندۇ؟



تېرىنى ئاسراش

تېرە بىزنىڭ پۈتۈن بەدىنىمىزنى قوغداپ تۇرىدۇ. تېرە ناھايىتى سەزگۈر بولۇپ، سوغۇق، ئىسسىق ۋە ئاغرىقلارنى ھېس قىلالايدۇ. شۇڭا، بىز تېرىمىزنى ئاسرىشىمىز، ئۇنى زەخمىلەندۈرمەسلىكىمىز كېرەك.

ئادەملەرنىڭ تېرىسى -
نىڭ رەڭگى ئوخشاش -
مايدىغانلىقىغا دىققەت
قىلىدىڭمۇ؟

بەدىنىمىزگە ئاپتاپتىن ساق -
لىنىش مېيىنى سورتۇۋالساق،
كۈچلۈك كۈن نۇرى تېرىمىزنى
زەخمىلەندۈرەلمەيدۇ.

سەزگۈر تېرە

يارامنى تېڭىپ قويۇڭلار.

قىلىمىراق كىيىنمىسەم
بولمىدى.



چوڭلارغا سۆز

باللارنىڭ تېرىسى ناھايىتى يۇمران بولغاچقا، باكتېرىيەگە قارشى تۇرۇش ئىممۇنىتېت كۈچى ئاجىزراق بولىدۇ. شۇڭا، باللارنىڭ تېرىسىنى ئاسراش، تېرىنىڭ پاكىزلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش، باللارنى داۋاملىق دالاغا ئاچقىپ ھەرىكەت قىلدۇرۇش كېرەك. يەنە باللارنىڭ ئوزۇقلۇقىغا كاپالەتلىك قىلىپ، تېرىنىڭ ئىممۇنىتېت كۈچىنى ئاشۇرۇش كېرەك.

زېڭىلىپ بەر تان

نېمە ئۈچۈن سوپۇن بىلەن قولىمىزنى يۇيمىمىز؟

قېرە سۈرۈلۈپ كەتسە دەرھال دېتېرنېڧېكسىيە قىلىش كېرەك.

رەپ باققىد قوزام

تېرەك بۇ نەرسىلەر بىلەن ئۇچراشقاندا قانداق ھېس قىلسەن؟

ئادەم ئۇزاق ۋاقىت ئاپتاپتا قاقلاسا تېرە زەخمىلىنىدۇ.



مۇز

شېغىل

يۇڭلۇق قورچاق

دەرەخ قوۋزىقى

تاش

قالپاقلىق مىخ

بېلىق



دەرھال تورۇپىدىكى سوغۇق سۇدا يۇياي.

يېمەكلىكنىڭ ساياھىتى

يېمەكلىك يېيىلگەندىن كېيىن قورساقتا ساياھىتىنى باشلىۋېتىدۇ.

3. يېمەكلىكلەر شۆلگەيلەر بىلەن بىرلىشىپ ناھايىتى ئۇششاق پارچىلىنىپ ئۇزۇن قىزىلىۋېتىدۇ گەچكە باردى.

1. مەن پۇرچاق بولدىمەن، باشقا يېمەكلىكلەر بىلەن بىللە ئادەم بەدەندە ساياھەت قىلىمەن.

ھەي، مەن پۇرچاق بولمەن.

2. ئۆتكۈر چىش يېمەكلىكلەرنى چايدىن ئاپ بىردەمدىلا ئېلىۋېتىدۇ.

قىزىلىۋېتىش پارچىلانغان يېمەكلىكلەرنى ئاشقازانغا يەتكۈزىدۇ.

4. قىزىلىۋېتىش يېمەكلىكلەرنى چوڭ خالتىغا ئوخشاش ئاشقازانغا يەتكۈزىدۇ. ئۇ يەر كىسلاتاغا تولغان بولۇپ، يېمەكلىكلەرنى ئۇمىچقا ئايلاندۇرۇپ ھەزىم قىلىدۇ.

مېنى چىشلىمىدى!

5. پارچىلانغان يېمەكلىك سىرلىق ئوردىغا ئوخشايدىغان كىچىك ئۈچەيگە يەتكۈزۈلىدۇ، كىچىك ئۈچەي دىۋارىدىكى ناھايىتى زىچ بولغان تۈكچىلەر توختىدۇ. ماستىن ئوزۇقلارنى سۈمۈرىدۇ.



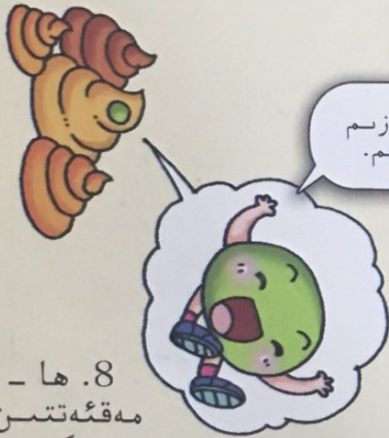
كىچىك ئۈچەي:
يېمەكلىكلەر تەر -
كىيىدىكى ئوزۇق -
لۇقنىڭ كۆپ قىسمى بۇ يەردە سۈمۈرۈلىدۇ.



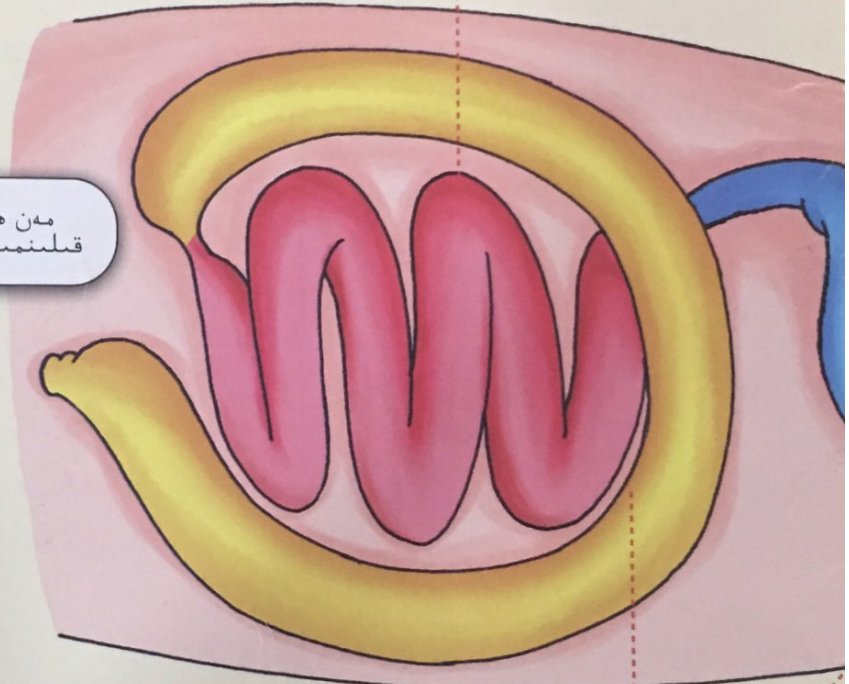
7. قالدۇقلار تەركىد -
بىدىكى سۈنى چوڭ ئۈچەي سۈمۈرۈۋالغان -
دىن كېيىن، قالغان -
لىرى چوڭ تەرەتكە ئايلىنىدۇ.



مەن ھەزىم قىلىنمىدىم.



8. ھا - ھا... مەن مەقئەتتىن چىققان -
دىن كېيىن ساياھد -
تىم ئاخىرلىشىدۇ.



چوڭ ئۈچەي: قوبۇل قىلىندى -
مىغان يېمەكلىكلەرنىڭ قال -
دۇقلىرى بۇ يەردە تەرەتكە ئاي -
لىنىدۇ.

6. سۈمۈرۈلمەي قالغان قالدۇقلار چوڭ ئۈچەيگە ئىتتىرىلىدۇ.



ئاشقازان: يېمەك -
لىكلەرنى بەدەن قو -
بۇل قىلالايدىغان دە -
رىجىدە پارچىلايدۇ.

سىلەر بەدەنگە سۈمۈ -
رۈلمەي، بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىسىلەر!



بەدىنىمىزنى سۆزلىيەلەيدۇ

ئاغزىمىزدىن باشقا بەدىنىمىزدىكى بەزى ئەزالىرىمىزمۇ ئاۋاز، ھەرىكەت ياكى چىراي ئىپادىسى ئارقىلىق سۆزلەيدۇ.



ھەرىكەت قىلغاندا يۈرەكنىڭ سوقۇشى تېزلىشىدۇ.



ئوسۇرۇش نورمال ئەھۋال.

يېمەكلىكنى جىق ھەم تېز يېسە ئوڭاي كېكىرىپ قالىدۇ.

ھەرىكەت ۋە چىراي ئىپادىسىمۇ سۆزلىيەلەيدۇ



ئاچچىقلانغاندىكى قىيا -
پەت بەك قورقۇنچلۇق.



قول پۇلاڭلىتىش خوش -
لىشىشنى ئىپادىلەيدۇ.



قۇچاقلاش ۋە سۆيۈش
يېقىنلىق ۋە مۇھەببەت -
نى ئىپادىلەيدۇ.



باشمالتاقنى چىقىرىش
«سەن بەك قالتىس!» دې -
گەننى ئىپادىلەيدۇ.

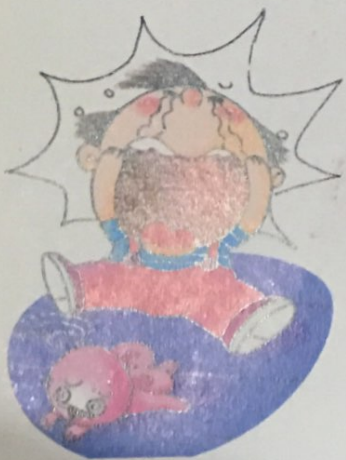
قورسىقىم ئاچ -
تى، ماڭا يەيدىغان
نەرسە بېرىڭلار!



ئاشقازان - ئۈچەيدە
يېمەكلىك بولمىغاندا،
ئاشقازاندىكى گاز ۋە
سۇ قىسىلىپ ئاۋاز
چىقىرىدۇ.



خۇشال بول -
غاندا سەكرەيدۇ.



كۆڭلى يېرىم بولغاندا
ۋارقىراپ يىغلايدۇ.



ئۇخلىغاندا نەپەس
راۋان بولمىسا خو -
رەك تارتىدۇ.



چوڭلانىڭ ھېلىقىسى
دادامنىڭ قورسىقى
ئاغرا چالىدۇ

بەدەن تۇخلىشى كېرەك

كەچ كىرىشى بىلەن بىر كۈن ھەرىكەت قىلغان بەدەن چارچىغانلىقىنى ھېس قىلماقچىغا، كۆز پۇمۇلۇپ كېتىدۇ، بۇ ۋاقىتتا تۇخلاش كېرەك.

بۆلۈش سۆز

ئائىلانىڭ ئۆسۈۋاتقان مەزگىلىدە، ئۇيقۇسى قانمىسا، ئۇلارنىڭ چوڭ مېڭىسى ۋە بەدىنىنىڭ يېتىلىشىگە تەسىر كۆرسىتىدۇ. شۇڭا، با-لىلارنىڭ چوقۇم كەچ سائەت 8 دىن بۇرۇن تۇخلىشىغا، ھەر كۈنى ئاز دېگەندىمۇ 10 سائەتلىك ئۇيقۇسىغا كاپالەتلىك قىلىشىمىز كېرەك.



تۇخلىمايدىغان فېي

بەك كەچ بولۇپ كەتتى، ئەتە يەنە يەسلىگە بارىسەن!

ئاپا، يەنە بىر ھېكا-يە ئېيتىپ بېرىڭمۇ؟!



3. ئاپىسى چىقىپ كەت-كەندىن كېيىن، فېي ئېي ئويۇنچۇقىنى ئويلىدى.



2. ئاپىسى بىر ھېكايە ئېي-ئىپ بولغاندىن كېيىن، فېي ئېيىنى بۇرۇنراق تۇخلاشۇردى.



1. فېي ئېيىنىڭ كەچتە داڭىم تۇخلاشۇرسى كەلمەيدۇ.



4. فېي ئېي ئويۇنچۇقىنى ھارخاد-دىن كېيىن تۇخلاپ قالدى.

تېلىپ بەر ئانا

نېمە ئۈچۈن چۈشتە تۇخلايمىز؟



3. يەسلىگە باردىغان ۋاقىتتا، فېي ئېي ئۇيقۇسىنى ئاچالمىدى.

كېچە ئۇخلاپ ئارام ئالدىغان ۋاقىت



ئۇخلىغاندا
چۈش كۆرۈش

ھەر كۈنى ئۆز ۋاقتىدا
ئۇخلاش كېرەك.

بەزىلەر ئۇخلىغاندا
خورەك قارىتىدۇ



ئۇخلىغاندا
خورەك قارىتىدۇ



ئۇخلاشتىن
بۇرۇن يۇيۇنۇش،
چىش چوتكىلاش
كېرەك.

ئۇخلىمايدىغان
ياستۇقچاق

ئاغرىپ قېلىش

ئاغرىپ قالغاندا بەدىنىمىز ناھايىتى بىئارام بولىدۇ، بۇ ۋاقىتتا نەرمىزنىڭ بىئارام بولۇۋاتقانلىقىنى چوڭلارغا ياكى مۇئەللىمگە دېيىشىمىز كېرەك.



ئاپا، مېنىڭ كا-
نىمىم ئاغرىپ ھەم
قىچشىۋاتىدۇ.

فەبىرىنىڭ ئاغرىغانلىقىنى ئېيتىش



يۈزۈم قىچشىۋاتىدۇ.



دادا، ئاغزىمدىن
قان چىقتى.



ئاپا، كۆزۈم
ئاغرىۋاتىدۇ.



ئاپا، مېنىڭ پۇ-
يېرىم ئاغرىۋاتىدۇ.

ئاپا، بىلىكىمگە ئۇش-
شاق قىزىل نەرسىلەر چى-
قىپ كېتىپتۇ.



مۇئەللىم، قور-
سقىم ئاغرىۋاتىدۇ.



تېلىپ بەرگەن

زۇكامداپ قالغاندا
نېمە ئۈچۈن قايناق سۇ-
نى كۆپ ئىچىمىز؟



دورا ئىچىش ، ئوكۇل ئۇرغۇزۇشتىن قورقمايمەن

چوڭلارغا سۆز

كۈندىلىك تۇرمۇشىمىزدا چوڭلار بالىلارغا ئاكتىپلىق بىلەن بالىلارنىڭ قەيىرى ئاغرىۋات-قانلىقىنى ئىپادىلەپ بېرىشىگە يېتەكلىگەندە، بالىلارنىڭ ئۆزىنى قوغداش ئېڭى ئۆسۈش بىلەن بىللە بالىلار ئادەم بەدىنىگە ئائىت بىلىملەرنى چۈشىنىلەيدىغان بولىدۇ.



دورا يېمەيمەن،
ئوكۇل ئۇرغۇزمايمەن.



1. ئادىل ئاغرىپ قالدى، ئەمما دوختۇرغا كۆرۈنۈشكە ئۈنىمدى.

2. يېرىم كېچىدە، غەلىتە ئىككى مىكروب بولۇڭدا پاراڭلاشتى.

3. مىكروبلار ئۇچۇپ ئادىلنىڭ كارىۋىتى يېنىغا كەلدى.

ھەي، بىز بىر يەرنى تېپىپ تازا بىر قالايمىز-قانچىلىق چىقىرايلى!



مەن ئۇنىڭ كانىيىغا كىرىپ تازا قالايمىقاز-چىلىق چىقىراي.



ئادىل ئوكۇل ئۇر-ئۇرۇشقا، دورا يېيىش-كە ئۆچ ئىكەن، بىز ئۇنىڭ بەدىنىگە كىر-سەك بولغۇدەك!

مەنمۇ تازا زېرە-كىپ تۇرغانىدىم.

5. ئادىل دەرھال ئاپى-سىنى چاقىردى.

ئاپا، مېنى دوختۇرخانىغا ئاپارغىن، مەن دورا ئىچىش-تىن ۋە ئوكۇل ئۇرغۇزۇشتىن قورقمايمەن!

چوڭلارنىڭ ھېكايىسى

مۇئەللىم يىغلىمايدۇ



4. ئادىل چۆچۈپ ئوي-غىنىپ كەتتى.



يۈگۈرۈش، سەكرەش بەدەنگە پايدىلىق

دائىم سىرتلاردا پائالىيەت قىلغاندا تېتىك بو-
لۇپلا قالماي، تېخىمۇ ساغلام بولغىلى بولىدۇ
ھەمدە بوينىڭ ئۆسۈشىگىمۇ پايدىلىق.

تەپكۈچ تېپىش

چوڭلارغا سۆز

ناقلمغۇچ، ئېگىزگە يامىشىش، ئاتلاش، بىر
پۇتلاپ سەكرەش، بىردەم مېڭىپ بىردەم يۈگۈ-
رۈش قاتارلىق ھەرىكەتلەر بالىلارنىڭ مۇسكۇل-
لىرىنى چېنىقتۇرىدۇ. چېنىققاندا چوڭلار چو-
قۇم بالىلارغا ھەمراھ بولۇپ، تاسادىپىي ۋەقەنىڭ
ئالدىنى ئېلىشى كېرەك.

ئېگىزگە يامىشىش

ۋېلىسپېت مىنىش

چاقىلىق كانكى تېيىلىش

مەن كەلدىم!

سۇ ئۈزۈش

مەن يالغۇز ئويناشنى ياخشى كۆرىمەن.

مەن يېمەكلىك يېيىشكە ئامراق، ھەرىكەت قىلىشنى ياخشى كۆرىمەن.

ئاپا، مەن بارغانسېرى ئېگىز ئۇچۇۋاتىمەن.

ئارغامچا سەكرەش

رەپ باققىدە قوزاچ

رەسىمدىكى قايسى ئويۇنلارنى ياخشى كۆرىسەن، ئۇلارنىڭ ئىچىدىكى قايسى بالىنىڭ ھەرىكىتىنىڭ توغرا ئەمەسلىكىنى كۆر-سىتىپ بېرەلەمسەن؟

پۇتبول تېپىش

بەن سەنئەت

سزىپ باقاي

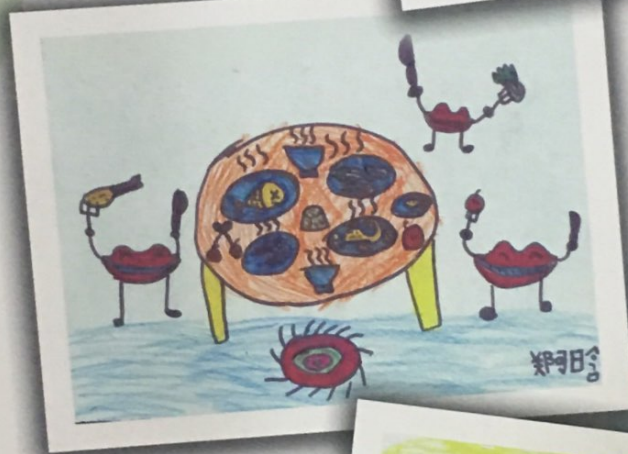
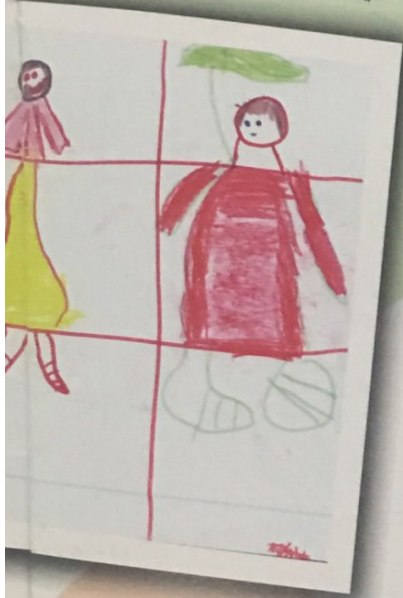


▲ يۈتېڭيۆ (6 ياش)



▲ ۋاڭ خاۋ (5 ياش)

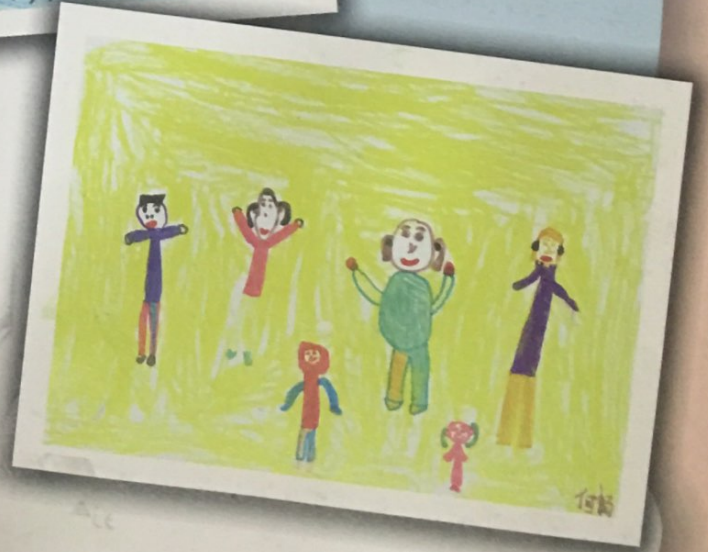
▼ ياڭ مياۋيىن (6 ياش)



◀ سۆڭ كېخەن (6 ياش)



▲ ليۇ جىئەنشۈەن (6 ياش)



▲ خې ياڭ (6 ياش)

▶ جاك چۈيى (6 ياش)



▶ دەن سۇڭگاۋ (5 ياش)



▶ يۈ مۇجېن (6 ياش)



▶ زو يۇخوڭ (6 ياش)



▶ جىڭ چى (5 ياش)

سىزىپ بېقىڭ

سىزنىڭ بەدىنىڭىز قانداق
شەكىلدە؟ ئۇنى سىزىپ بېقىڭ.





图书在版编目 (CIP) 数据

我的身体：《中国幼儿百科全书》编委会著；
卡力比努尔·买买提依明译，—乌鲁木齐：新疆青少年出版社，2013.1
(中国幼儿百科全书)
ISBN 978-7-5515-2950-1

I. ①我... II. ①中... ②卡... III. ①人体—儿童读物—维吾尔语 (中国少数民族语言)、汉语 IV. ①R32-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第014102号

策 划：马俊
 金锐

责任编辑：古丽娜尔·力提富
责任校对：依巴达提·亚森
美术编辑：木拉丁·阿比提

中国幼儿百科全书 —
我的身体
卡力比努尔·买买提依明 译



新疆青少年出版社出版
(乌鲁木齐市北京北路29号 邮编：830012)
E-mail: xjyashlar@126.com
新疆新华书店发行
新疆一龙印刷有限公司印刷
889×1194 毫米 16开本 2印张
2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷
印数：1—5000

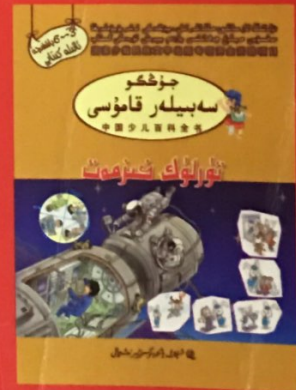
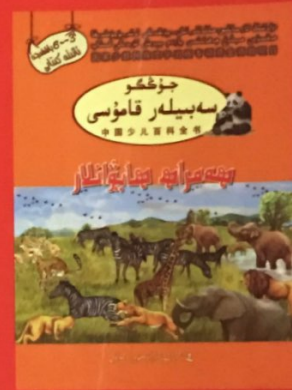
ISBN 978-7-5515-2950-1 定价：15.00元
如有印刷装订问题请直接同出版社调换

كۆرۈشۈك ئاغلارلىق سۆزلەشلىك سۆزلىشىش ئويىناشلىق

جۇڭگو سەبىيلەر قامۇسى



3~6 ياشقاچە ئائىلە كىتابى



شىنجاڭ ياشلار ئۆسۈملۈك نەشرىياتى
 ISBN 978-7-5515-2950-1

 9 787551 529501 >
 باھاسى: 15.00 يۈەن