



中国幼儿百科全书

0~3岁

我的一天



中国大百科全书出版社



中国幼儿百科全书

0~3岁

我的一天



中国大百科全书出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我的一天 / 《中国幼儿百科全书》编委会编著.--

北京：中国大百科全书出版社，2013.4

（中国幼儿百科全书：0~3岁版）

ISBN 978-7-5000-9148-6

I. ①我… II. ①中… III. ①常识课—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058138号

中国幼儿百科全书

我的一天



中国大百科全书出版社出版发行

（北京阜成门北大街17号 电话：010-68363547 邮编：100037）

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

北京昊天国彩印刷有限公司印制

新华书店经销

开本：965×1270毫米 1/16开 印张：1.5

2013年4月第1版 2013年4月第1次印刷

印数：0001～5000

ISBN 978-7-5000-9148-6

定价：12.00元

正文目录



我是奇奇 2

妈妈听我说 3

天亮了，起床啦 4

起床歌 4

认识衣物 5

我要出去玩 10

晒太阳 10

踩影子 10

双脚跳 11

我去亲子园 16

彩虹伞 16

我在亲子园 17

洗洗脸，刷刷牙 6

牙刷 6

牙膏 6

刷牙歌 6

宝宝学刷牙 7

我要喝水 12

经常喝水身体好 12

大家都需要水 13

我要拉便便 18

小熊自己拉便便 19

妈妈陪我读书 8

小书架 8

奇奇爱读书 9

吃饭啦 14

自己吃饭 14

吃饭歌 15

认识餐具 15

天黑了，睡觉喽 20

睡觉歌 21

认识用具 21



我是奇奇

我叫奇奇，是个男孩，今年两岁半，妈妈说我是个开心果，每天都给家里带来很多欢乐。



给家长的建议

宝宝的生活、交往经验和情感表达能力等都有限，他们在生活中不断地观察、倾听和探索，需要在成人的引导下成长、发展。家长要正确对待宝宝成长中的“问题”，多给宝宝实践的机会。



我有时候不开心

(妈妈,我想让你多陪陪我。)



再来!



我要自己的事情自己做

(妈妈,请多给我这样的机会。)

我们来比赛,
看谁穿得快!



我想做自己
喜欢的事

(妈妈,请不要打搅我。)



你是想跟妹妹
交朋友吗?

我的小手有时候
不听话

(妈妈,我不知道怎么
交新朋友。)



大家轮流玩
好不好?

我和小伙伴
喜欢上了同
一个玩具

(妈妈,请你教
我怎么做。)



妈妈听我说

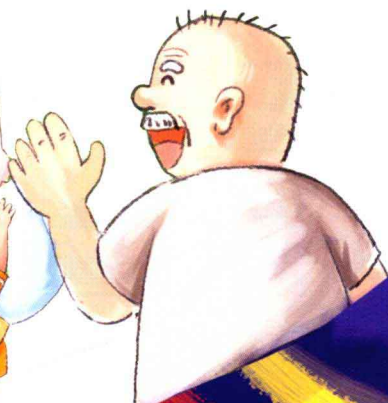
我喜欢听妈妈
表扬我

(妈妈,请你多夸夸我。)

奇奇真棒!



爷爷好!



天亮了，起床啦

天亮了，太阳公公出来了，
好孩子不睡懒觉，我要起床啦！

睡了一觉，
精神真好。

我会自己穿衣
服，穿袜子，
看我多棒！

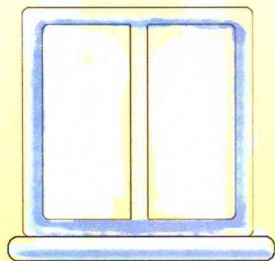
宝宝说儿歌

起床歌

乖宝宝，起得早，
对着太阳问声好。
伸伸腿，弯弯腰，
不睡懒觉做早操。



宝宝越来越能干了!



窗户



闹钟

认识衣物



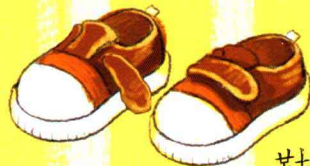
短袖
衬衫



短裤



袜子



鞋子

洗洗脸，刷牙

起床后我要洗洗脸，刷牙，梳
梳头，把自己打扮得漂漂亮亮！

牙刷和牙膏帮助我清洁
牙齿，细菌就不会在我的
牙齿上安家啦。

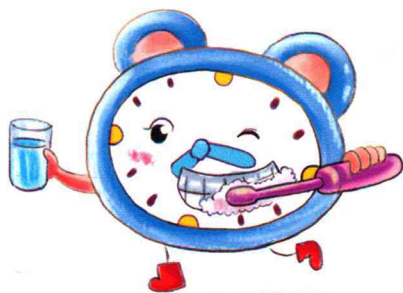
牙膏闻起
来香香的、
甜甜的，但
是不能吃。

宝宝说儿歌

刷牙歌

小小牙刷手中拿，
早晚都把牙齿刷。
上牙从上往下刷，
下牙从下往上刷。
里里外外都刷刷，
牙齿洁白人人夸。

宝宝学刷牙



每个人都用自己的牙刷，爸爸、妈妈也要每天刷牙。



1. 刷牙要先接杯水。



给家长的提示

宝宝长第一颗牙后，家长就可以用干净的纱布沾净水帮宝宝清洁口腔。两岁以后可选择宝宝适用牙刷，每天早晚两次，手把手教宝宝掌握正确的刷牙方法。



2. 挤好牙膏张开嘴。



3. 上牙从上往下刷。



4. 下牙从下往上刷。



5. 刷得满口起泡泡。



6. 再用清水漱漱口。



妈妈陪我读书



妈妈每天会陪我读一会儿书，
给我讲书中的故事。

我的**小书架**上
有很多好看的书

书是我们全家
的好朋友

妈妈给我讲
书里的故事



爸爸也爱看书

有的故事我喜欢一直听，听很多遍也不烦。

我还要听!

小蜗牛，背房走，刮风下雨它不愁，虽没大厦和高楼，咱的小房能旅游。

给家长的建议

父母多陪宝宝阅读，在生活中寻找任何宝宝感兴趣的材料进行阅读，使读书成为日常生活的一部分，这会帮助宝宝养成爱读书的习惯。在阅读中不妨设计一些游戏环节，使读书变得更有趣。

我喜欢听儿歌

儿歌精选

奇奇爱读书

我喜欢问“为什么”

宝宝真棒!

为什么?

我喜欢被夸奖

我要出去玩



在家里玩过了，我要去屋外跑一跑，跳一跳，和小朋友们一起玩。




小宝宝多晒太阳，身体长得更棒。



我和妈妈踩影子，哈哈，踩到啦！





双脚并拢跳台阶，
一下、两下、三
下……

学走路的小宝宝，
要勇敢一点哟！

双脚能
跳起来了

和爸爸蹲下
去，站起来，
身体更灵活。



给家长的建议

户外活动可以使
宝宝充分享受阳光和新鲜
的空气，锻炼他们的运动能力，
促进其神经、肌肉及骨骼的
生长，同时培养宝宝的观察、
交往、自我保护等多种
能力。



小伙伴追赶
着跑啊跑，
真好玩。

我要喝水



水杯带在身边，玩一会儿就要喝点水。
妈妈说，经常喝水身体好，不生病。



不要急，小心
流到鼻子里。

水要常喝，但
不能一口气喝
太多。



流了汗以后
要喝点水

土地缺水
会干裂

花草缺水
会打蔫

咳咳

大家都需要水

小宝宝用奶瓶
或吸管杯喝水

给家长的提示

白开水是最好的
饮品，任何果汁和饮料都
代替不了。要让宝宝多喝白开
水，并养成主动喝水的好习
惯，不要等到口渴才肯喝，
也不要喝生水。



爷爷咳嗽了，
快喝点水！

动物也会渴，
也要喝水。

鱼离开水
就活不了

吃饭啦



我饿了，妈妈准备了香喷喷的饭菜。
我会自己吃饭，不用大人喂饭啦。

吃饭时身体坐端正，
一手拿勺子，
一手扶好碗。

我会自己吃饭

喜欢吃的鱼，妈妈帮我
把鱼刺挑去。

吃蔬菜身体棒

吃点肉身体壮

喝点汤
舒舒服服

每天要好好吃饭，
才能健康不生病。