

健康成长系列



心儿也健康

不要害怕
BU YAO PAI PA



JIANKANGCHENGZHANGXILIE ● XINERYEJIANKANG

少年儿童出版社

健康成长系列——心儿也健康

不要害怕

王文心 等著

金 诚 绘画

庄 重 装帧

责任编辑 陆 弘 朱丽蓉 美术编辑 章观年

上海世纪出版集团	开本 787 × 1092 1/24
少年儿童出版社出版发行	印张 2
200052 上海延安西路 1538 号	2004 年 9 月第 1 版
易文网: www.ewen.cc	2004 年 9 月第 1 次印刷
全国新华书店经销	印数 1 - 11,000
上海市书刊印刷有限公司印刷	

网址: www.jcph.com

电子邮件: postmaster@jcph.com

ISBN7 - 5324 - 6286 - 2/G · 2553 定价: 7.00 元

健康成长系列

★ 心 儿 也 健 康

不要害怕
BU YAO PAI



少年儿童出版社

MOLU

目录



不要害怕

4

自己来

12

小心迷路

21

爱护动物

30

贝贝的爱

39





ER

KANG

不要害怕

4

娟娟是一个勇敢聪明的小姑娘。当她感到害怕时，就会动脑筋想办法。因为她知道，害怕是没有用的。一天，

娟娟剥豆豆。突然，她发现豆荚里有一条小毛虫。“哎呀！”娟娟吓了一跳，可是，她马上对自己说，“不要害怕。这只是一条小毛虫呀！”娟娟一用力，把小毛虫消灭了。

过一会儿，有一只蜜蜂嗡嗡叫着，围在娟娟身边飞来飞去。娟娟害怕地说：“小蜜蜂，你千万不要蜇我呀！”可是，小蜜蜂在玻璃窗上撞了几下，又飞到娟娟的身边来了。



心
儿
也
健
康





这时，娟娟慢慢地走到窗边。娟娟小心地打开窗，不一会儿，小蜜蜂就从打开的窗口飞到花园里去了。



不要害怕

6

晚上，娟娟和她的玩具熊一起乖乖地睡在小床上。娟娟对玩具熊说：“天公公拉上窗帘，天就黑了。小毛熊，让我们闭起眼睛，好好地睡一觉。”



心
儿
也
健
康





半夜里，突然
响起一阵阵雷声。
娟娟被惊醒了。娟
娟眨眨眼睛说：“刚
才我真的很害怕。
现在我想，雷公公
的大嗓门就像火车
一样，轰隆隆、轰
隆隆，没什么好怕
的呀！”



不要害怕



小朋友，你也知道，害怕是没有用的。那么，当你遇到这些事情时，有什么好办法吗？比如大孩子欺侮你，突然发现了一只蟑螂……



心儿也健康





还有，当你不小心迷路了，当你第一次去买东西，你会怎么样呢？



不要害怕 10



ZHUANJIAZHIDAO 专家指导

幼小的孩子对黑暗、对陌生的声音和他不了解的一些事物及自然现象，很自然地会产生一种惧怕心理。其实，这和孩子的胆量无关，却和他的阅历和他周围的成人对一些事物的评价有关。有的家长为了管理孩子方便，会故意用一些声音或事物来恐吓孩子。也有一些家长为了避免孩子遭遇危险的事物，会有意夸大一些事物的可怕性，以防止孩子去接触和探究。如果您不希望自己的孩子“胆小如鼠”，不妨和孩子客观地讨论一些事物，消除孩子的惧怕心理。比如，和孩子一起去发现：一些在黑暗中觉得很恐怖的怪影，开灯一看，只是一些常见的生活用品。



ZI JI LAI
自己来





丫丫5岁了，她长大了。妈妈真高兴，抱起丫丫，亲亲小脸蛋，开心地说：“噢，长大了，长大了，丫丫变成大女孩了。”“难为情吗？长大的女孩还要妈妈抱。”妈妈伸出手指，羞羞丫丫的脸。丫丫涨红了小脸，从妈妈身上跳下来。



XIN

ER

YE

JIAN

KANG

自己来

14

早晨起来，妈妈要帮丫丫穿衣服。丫丫小手一摇，说：“我长大了，自己穿衣服，不要妈妈来帮忙！”妈妈搀着丫丫上幼儿园，丫丫头一摇，说：“我长大了，一二一二自己走！”



幼儿园里睡午觉，
老师忙着铺被子。丫丫
说：“老师，我长大了，
自己的被子自己铺！”



儿
也
健
康

