



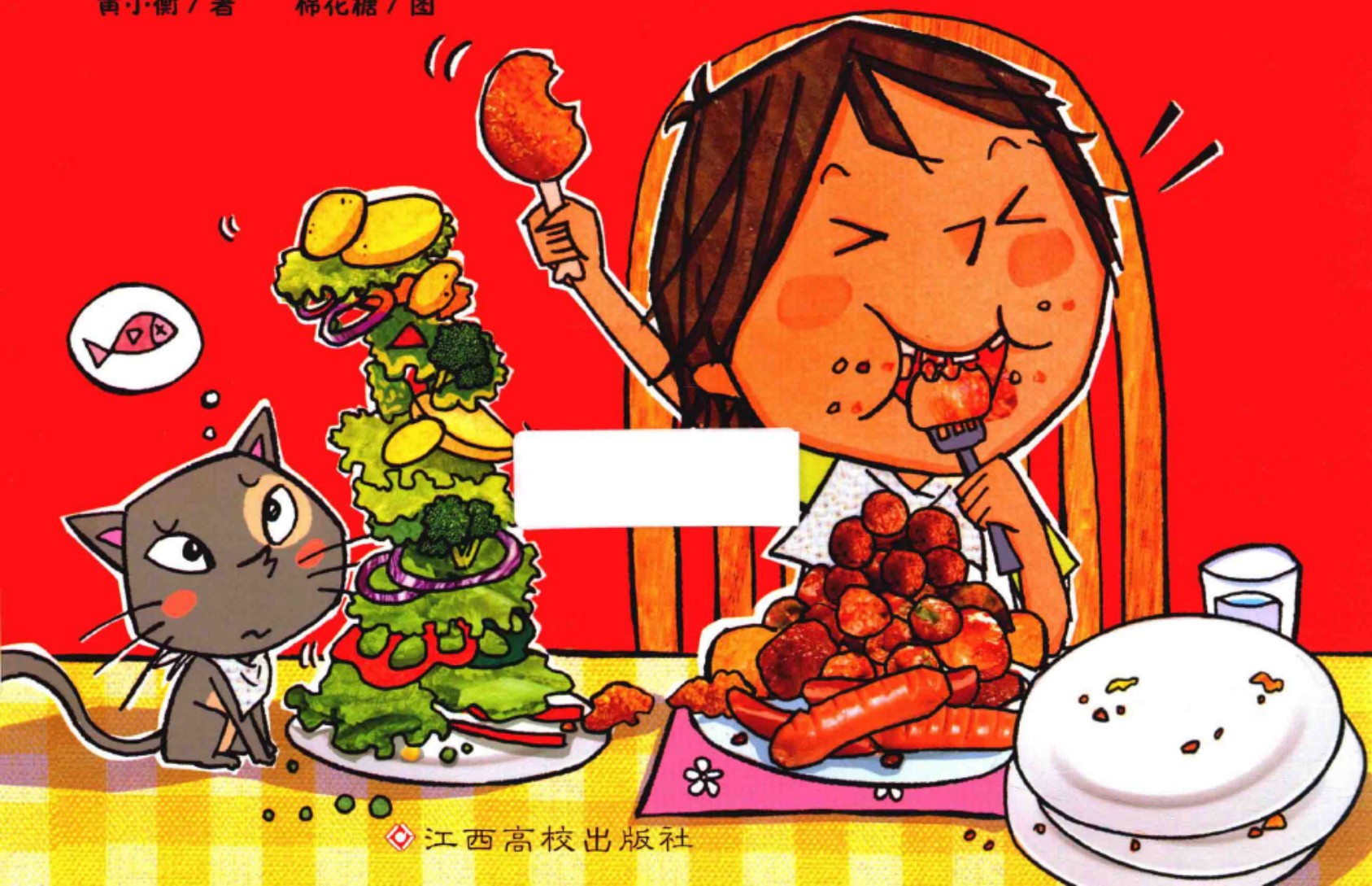
3~6岁儿童好习惯养成绘本

沃野童书

如果不吃青菜

黄小衡 / 著

棉花糖 / 图



江西高校出版社



如果不吃青菜

黄小衡 / 著 棉花糖 / 图



江西高校出版社



黄小衡 / 著

黄小衡，资深编辑兼童书作者，从事十余年儿童及青少年心理辅导，亲身体验到很多小生命成长得艰辛而顽强，深刻认识到“童年决定人格，人格决定命运”，尤其是原生家庭对一个人的影响持续一生。从儿童心理学走进童书世界，发现这个奇妙的童话世界，不仅可以滋养孩子的生命，还具有疗愈作用，某种程度上能弥补心灵缺憾，建构儿童人格基础。由此意识到童书是一粒粒心灵的种子，于是拿起笔，做一名心灵的园丁，在更多的孩子心中播种下快乐和阳光。



棉花糖 / 图

杨怡（笔名：棉花糖），四川广汉人，80后双子座插画师。自幼喜欢绘画，服装设计专业毕业后，一次偶然的机会被童书绘本创作深深地吸引，从此自学插画并作为插画师从事童书至今。画风多变细腻，充满幻想色彩。已出版作品有：《糖球儿的虫虫王国历险记》《爱的教育》《花朵开放的声音》《你好时间》等。其中《糖球儿的虫虫王国历险记》荣获第四届中华优秀出版物奖，并入选“三个一百”原创出版工程图书名单。

图书在版编目（CIP）数据

如果不吃青菜 / 黄小衡著；棉花糖图. —南昌：江西高校出版社，2018.3
（淘气包明一）
ISBN 978-7-5493-6811-2

I. ①如… II. ①黄… ②棉… III. ①习惯性—能力培养—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(2018)第045052号

策划编辑：石岱

责任编辑：张燕 石岱

责任美编：闫冠美

责任印制：张明

出版发行：江西高校出版社

地址：南昌市洪都北大道96号（330046）

网址：www.juacp.com

读者热线：（010）64475628

销售电话：（010）64460237

印刷：北京瑞禾彩色印刷有限公司

开本：787mm×1092mm 1/12

印张：3

版次：2018年3月第1版

印次：2018年3月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5493-6811-2

定价：19.80元



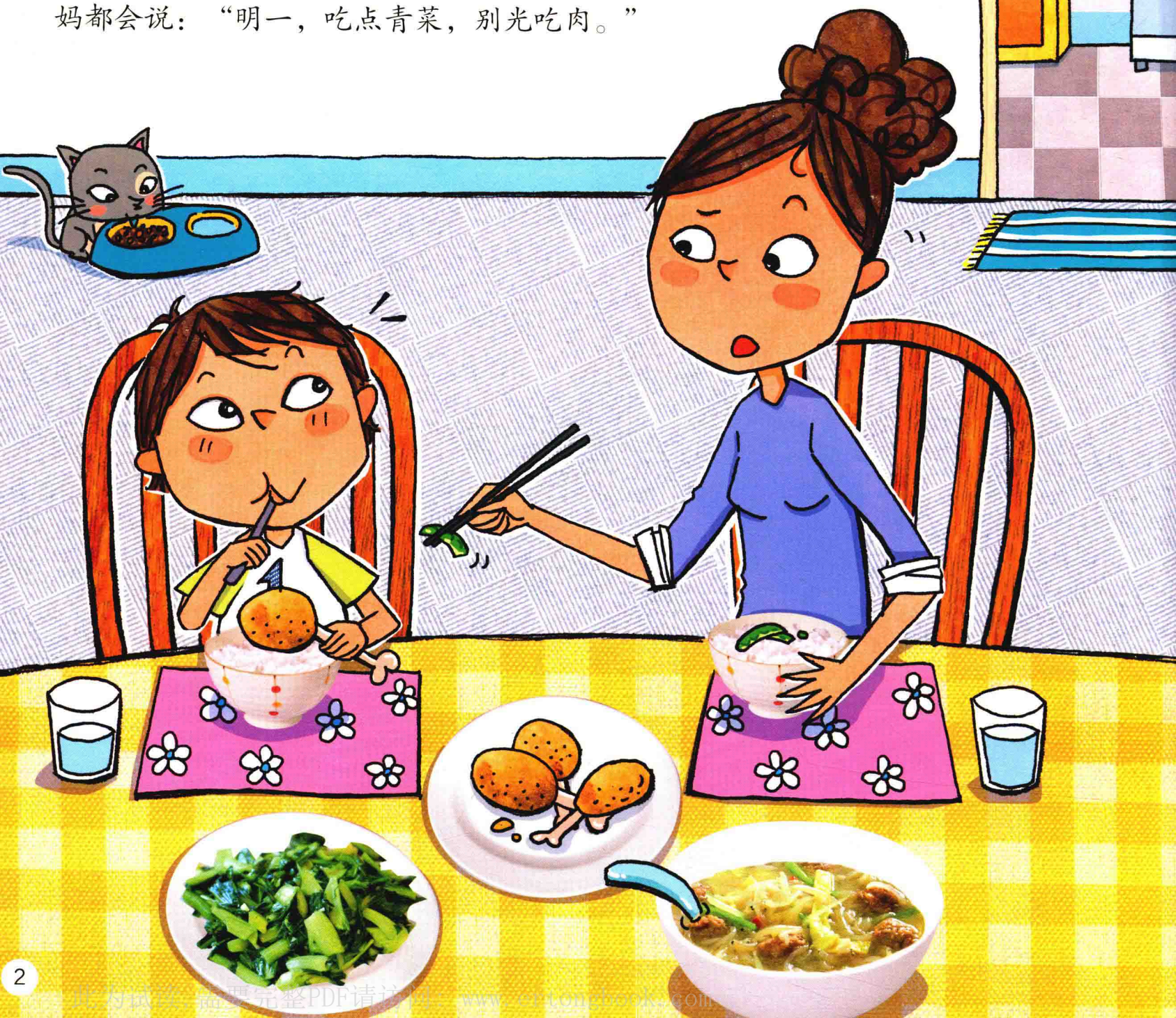
如果不吃青菜

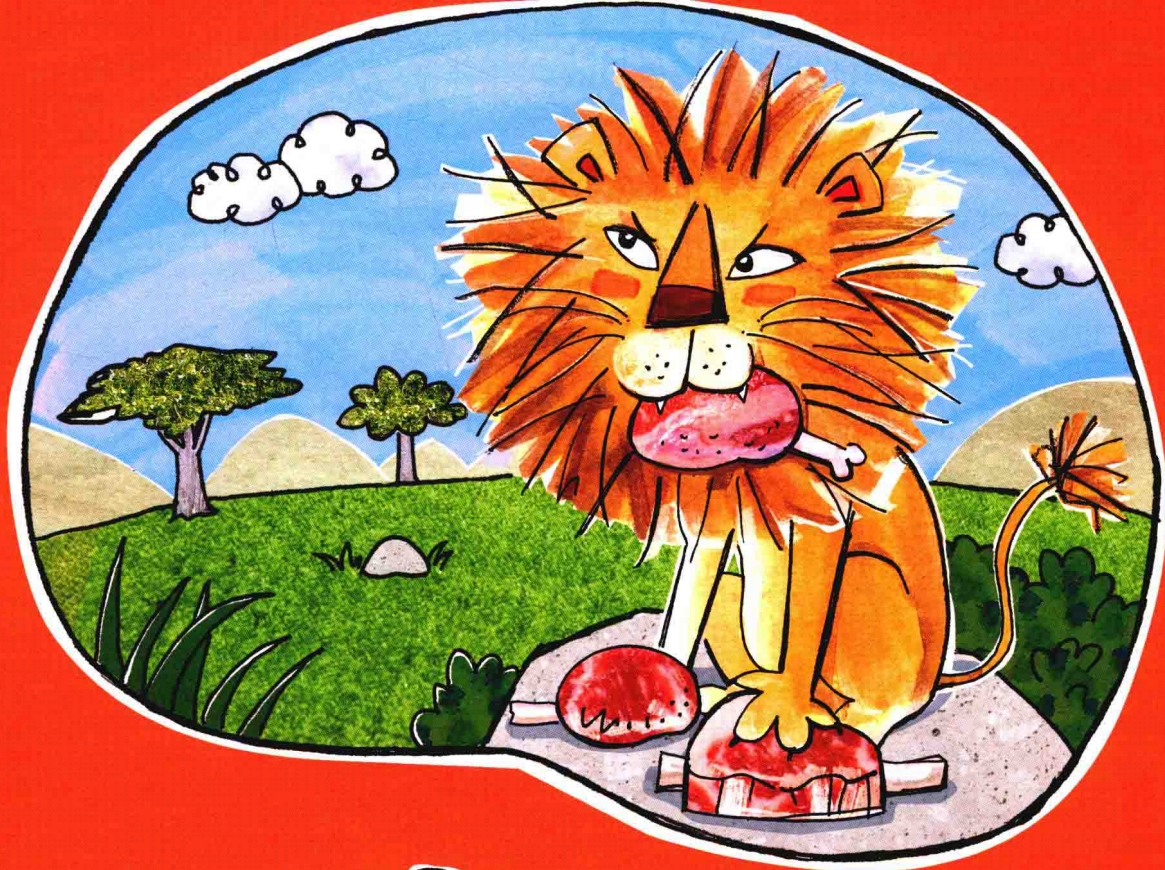
黄小衡 / 著 棉花糖 / 图



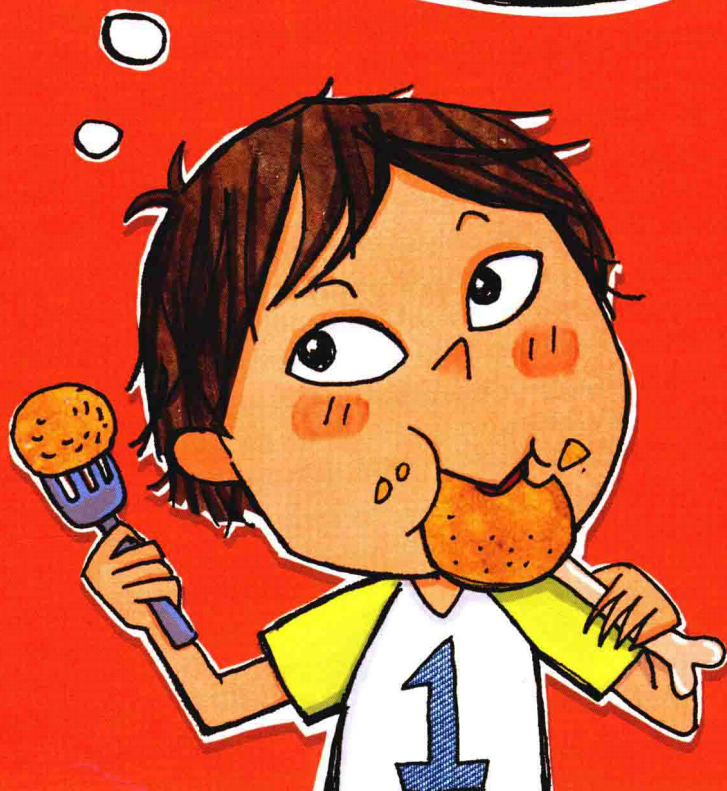
江西高校出版社

“明一是个特别喜爱吃肉的小男生，每次吃饭妈妈都会说：“明一，吃点青菜，别光吃肉。”

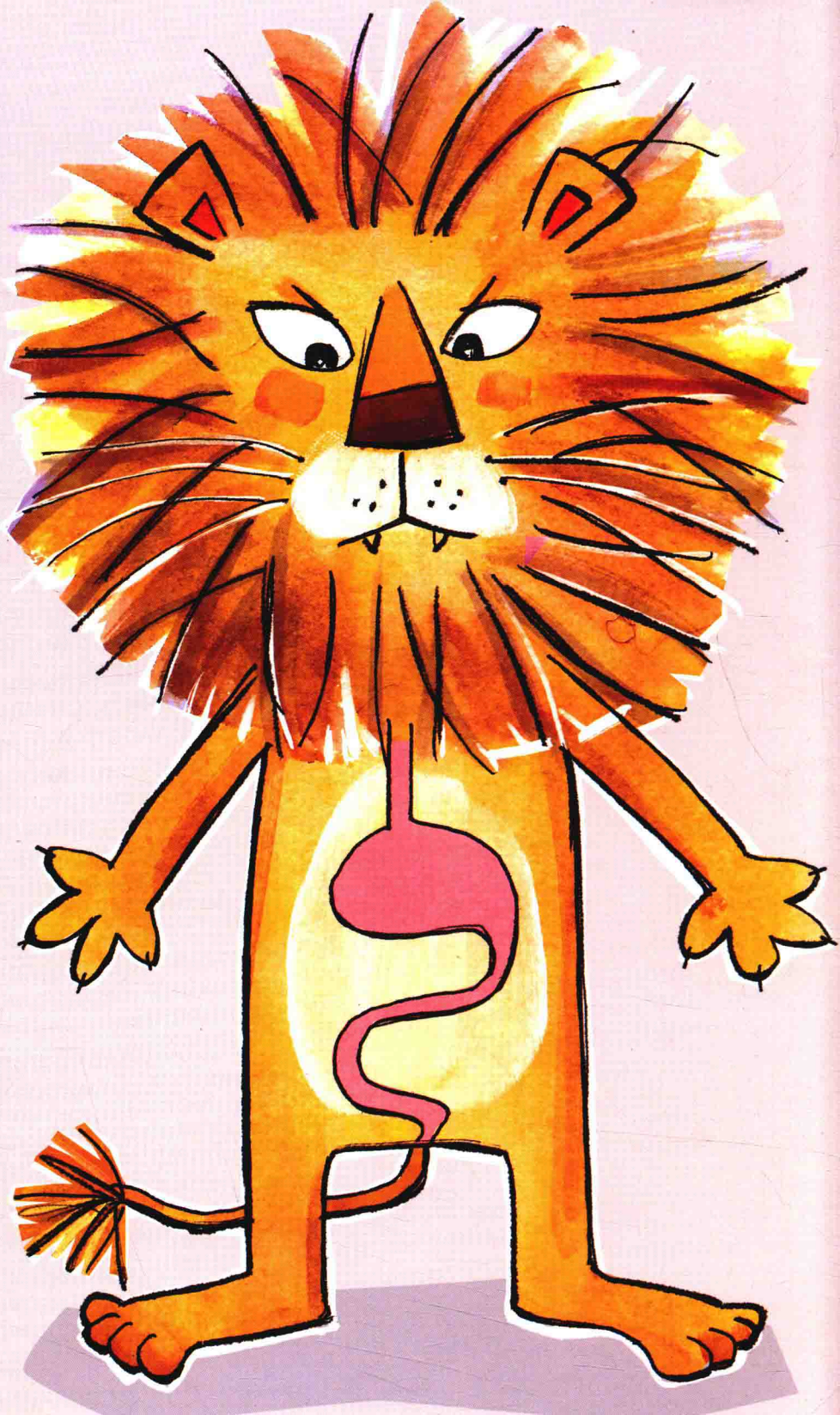


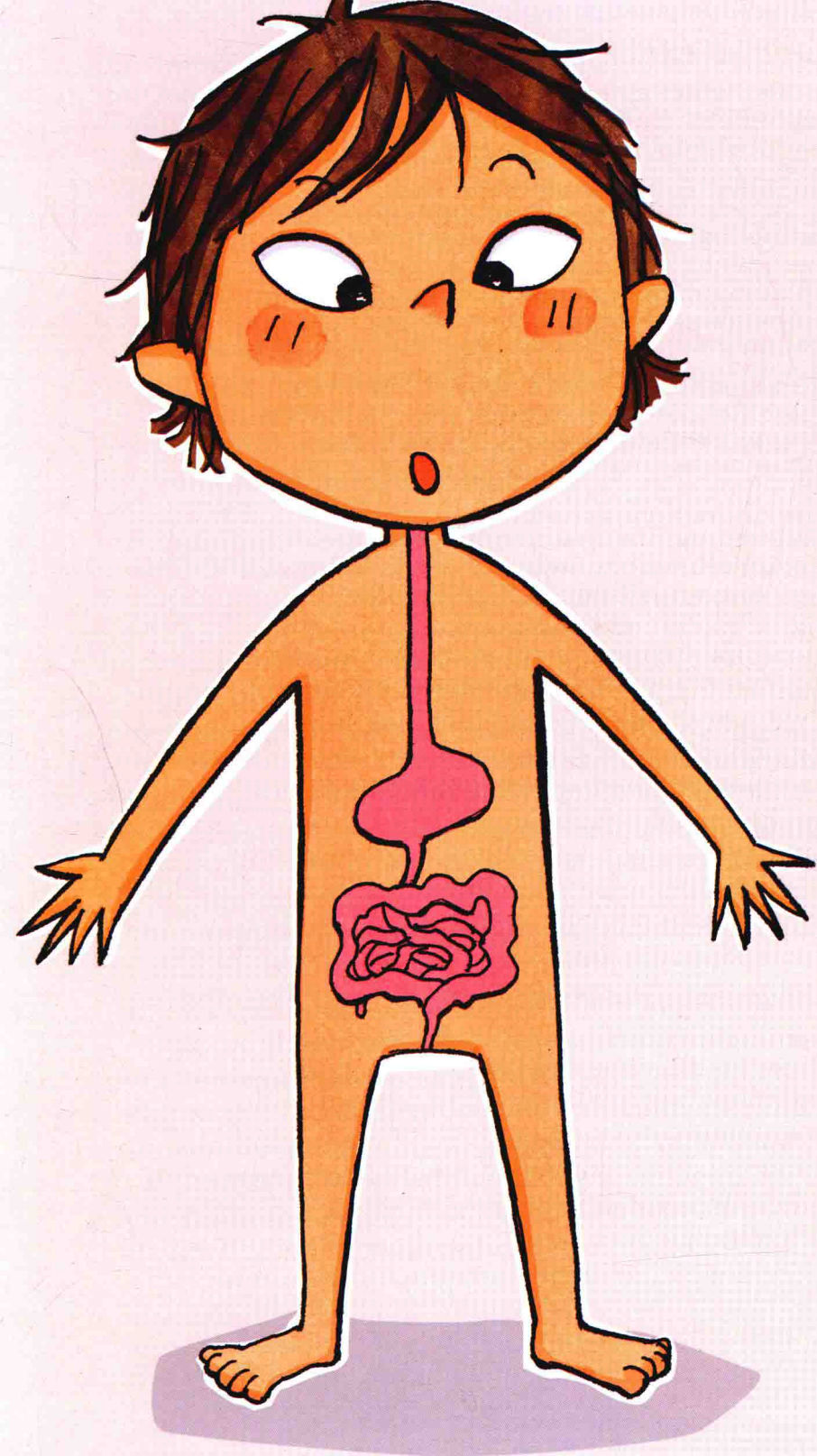


“草原上的雄狮从来不吃青草，只有柔弱的绵羊才吃青草，我是足球场上的狮子，当然只吃肉不吃菜喽！”明一一边说，一边拿着大鸡腿大大地咬了一口。



爸爸给明一解释：“人和狮子的肠胃消化系统不同，狮子的肠道很短，适合吃肉。”





人的肠道很长，而且在
肚子里是绕圈生长的。如果
光吃肉，会很难消化的。



“可是肉太好吃了，青菜一点都不好吃。”
明一把头摇得像拨浪鼓，不同意爸爸的说法。
他还把盛着青菜的盘子推得远远的。

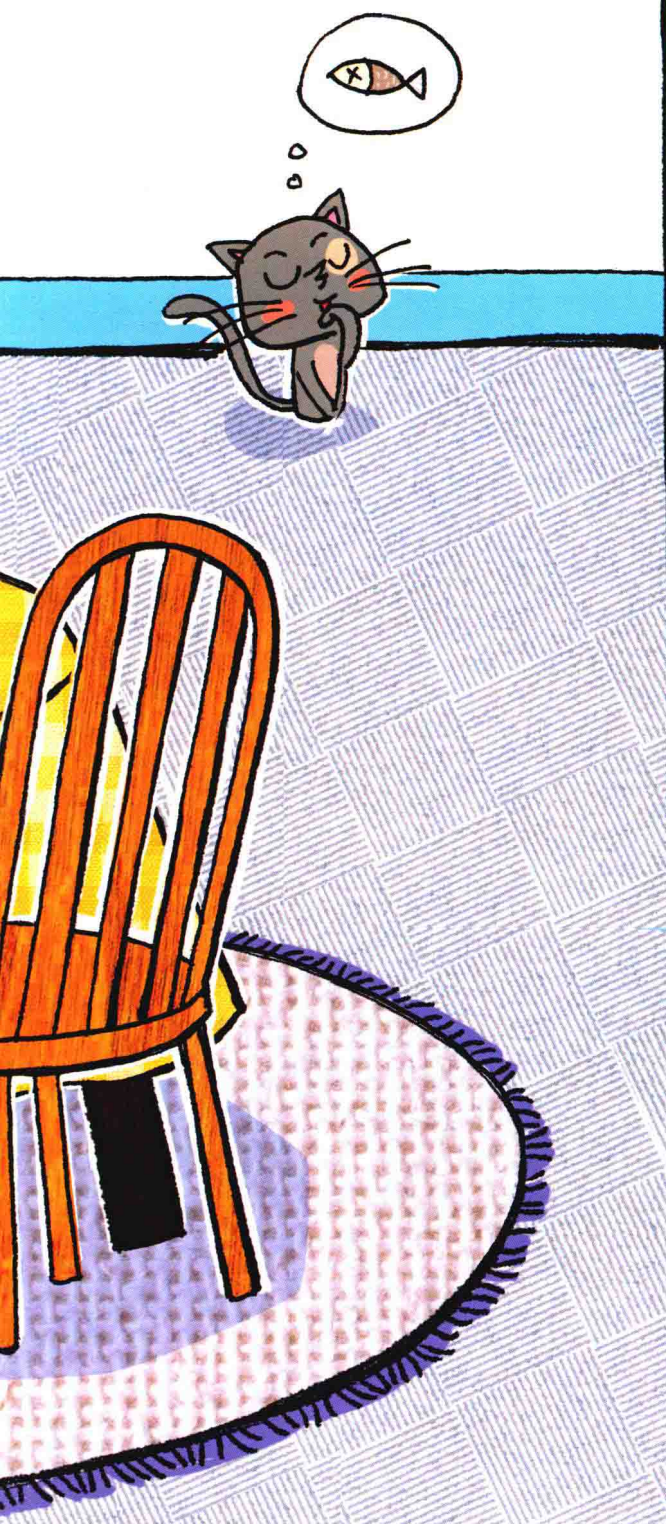


“明一，我们做个约定吧，你可以先做几天的狮子，光吃肉不吃菜。”妈妈笑眯眯地说道。



“妈妈英明！妈妈万岁！”明
一欢呼着扑到妈妈怀里。





“但如果你自己要求吃青菜，我们的约定就结束喽！”妈妈认真地说。

“放心吧，妈妈，我是绝对绝对不会主动要求吃青菜的。”明一自信地说。



第一天，明一吃了一大盘炸鸡。妈妈果然没有催着吃青菜，明一吃得特别开心。





足球场上的明一，果然像雄狮一样，跑得又快又有劲。



晚上，明一躺在床上美滋滋地想：“炸鸡真好吃，明天要是再配上一大杯冰镇可乐就更好了！”



