

培养宝宝好习惯 使宝宝受益一生



好习惯故事园

东
园



1~3岁

福建少年儿童出版社

好习惯故事园

东园



1~3岁

编 文：余 绯 绘 画：缘 飞
设计制作：缘 飞 郑 涵 陈映新

福建少年儿童出版社

好习惯故事园(东园)

编文:余 维

绘画:绿 飞

设计制作:绿 飞 郑 涵 陈映新

出版发行:福建少年儿童出版社

社址:福州市东水路 76 号 17 层(邮编:350001)

经销:全国各地新华书店

印刷:福建彩色印刷有限公司(邮编:350011)

开本:787×1092 毫米 1/20

印张:8

版次:2003 年 10 月第 1 版

印次:2003 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 7-5395-2419-7/J·471

总定价(四册):27.20 元

如有印装质量问题,影响阅读,请与承印者联系调换。

写给年轻的爸爸妈妈



年轻的爸爸、妈妈，0~3岁是宝宝成长的最关键期。在这个阶段，您想给宝宝些什么呢？我猜想您一定想帮助宝宝养成良好的生活习惯、卫生习惯、行为习惯。的确，这对您的宝宝来说将是终身受益的。

在引导宝宝睡觉不要大人陪、整理好玩具、自己穿鞋、自己走路时，宝宝渐渐学会独立；引导宝宝吃饭不挑食、睡前不吃糖、脏手不揉眼睛、不把脏东西放进嘴里，才能使宝宝有一个健康的身体；引导宝宝向人问好、妈妈叫的时候要答应、做错事时要说对不起、奶奶睡觉不吵她，慢慢地宝宝才会懂得与人交往。宝宝的好习惯就是在这样一件又一件的小事中形成的。

宝宝一天天地长大，良好的习惯在一天天形成。年轻的爸爸、妈妈，请和宝宝一起打开这本书，带着宝宝一起来看一看，讲一讲，还要让宝宝和书上的宝宝比一比，看看哪个宝宝做得更好。相信宝宝一定会在模仿和比赛中，做得更出色。



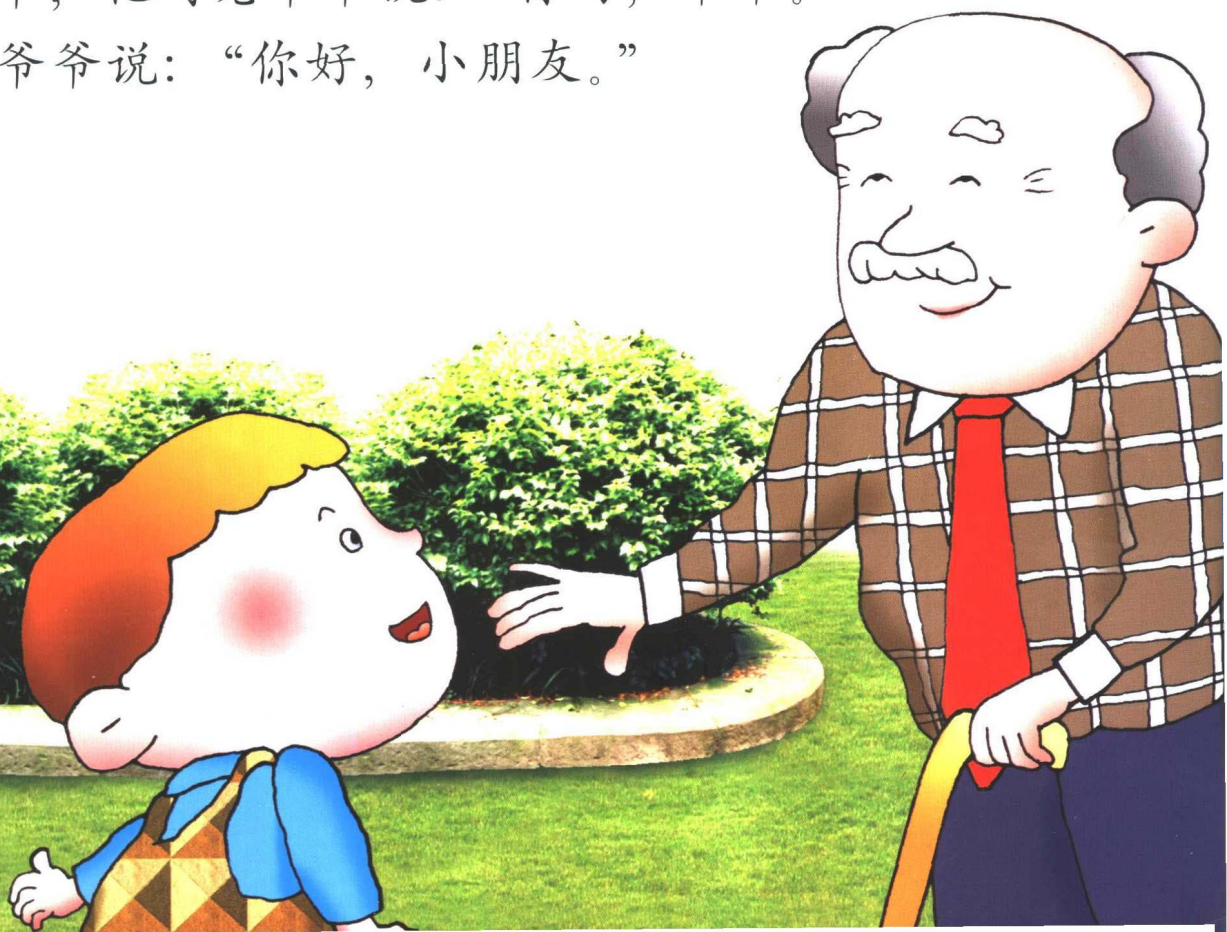
目录

- 1. 你好 再见 1
- 2. 妈妈叫 就答应 5
- 3. 吃饭不挑食 9
- 4. 天天午睡好 13
- 5. 洗洗小脸 17
- 6. 尿在尿盆里 21
- 7. 自己走 不要抱 25
- 8. 玩具整理好 29
- 9. 穿着鞋子不往床上爬 33

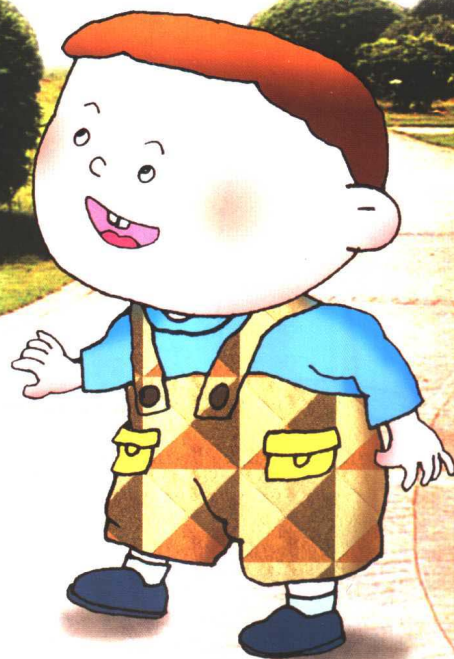
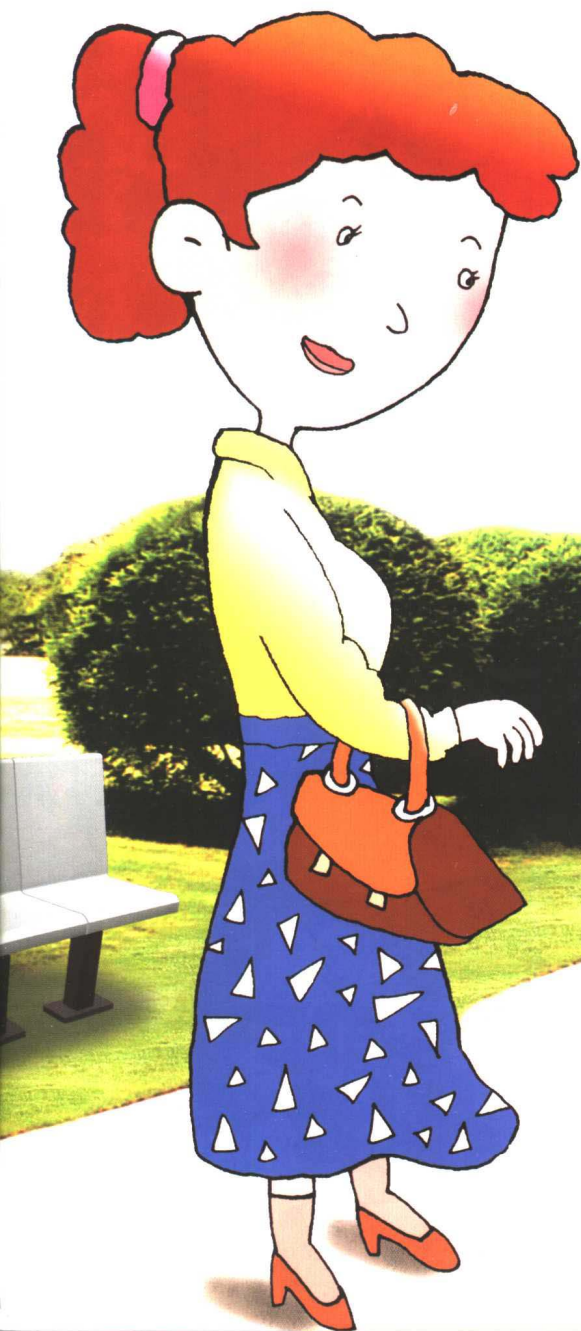
你好 再见

提示家长：带孩子外出时，要有意识地引导孩子称呼不同年龄的人，让孩子慢慢了解到什么样的人该怎么称呼。多给孩子正面鼓励，当孩子有礼貌地向人问好时，要让孩子真切地感受到大家对他的喜爱。

1. 在公园里，皮皮看到一个老爷爷，他对老爷爷说：“你好，爷爷。”
爷爷说：“你好，小朋友。”



2. 皮皮看到一个阿姨，他对阿姨说：“你好，阿姨。”阿姨说：“你好，小朋友。”



3. 皮皮又看到一个哥哥，他对哥哥说：“你好，哥哥。”哥哥说：“你好，小弟弟。”



看一看 你能得到几朵花？

- 能主动向大家问好，把三朵花用线连到宝宝手上。
- 能在妈妈提醒下向大家问好，把两朵花用线连到宝宝手上。
- 不乐意向大家问好，得不到花。



4. 皮皮要回家了，他挥挥手说：“再见，爷爷！再见，阿姨！再见，哥哥！”

？ 皮皮是个有礼貌的好宝宝吗？宝宝也会像皮皮那样向大家问好吗？



妈妈叫 就答应

提示家长：当宝宝玩得高兴的时候，往往妈妈叫了也不理睬。告诉宝宝，要像贝贝一样，妈妈叫的时候要答应，那才是有礼貌的好宝宝。如果宝宝总是不理睬妈妈，妈妈也可以用同样的方式对待他，宝宝就会明白，这样做不好。

1. 妈妈叫：“贝贝，回家啦。”

“唉——，来了，妈妈。”

5



2. 妈妈叫：“贝贝，吃饭啦。”“唉——，来了，妈妈。”

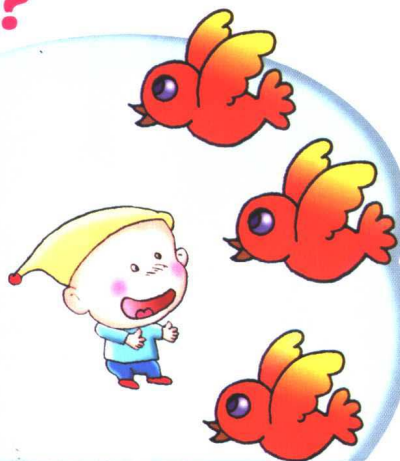


3. 妈妈叫：“贝贝，快来洗脸吧。”“唉——，来了，妈妈。”



看一看 你能连几只小鸟？

- 妈妈一叫就答应，把三只小鸟用线连到宝宝身边。
- 妈妈叫两三遍才答应，把两只小鸟用线连到宝宝身边。
- 妈妈叫很多遍也不答应，得不到小鸟。



8

4. 妈妈说：“贝贝的耳朵像小兔子的耳朵一样灵。”

? 妈妈叫宝宝，宝宝不答应，妈妈会生气吗？



吃饭不挑食

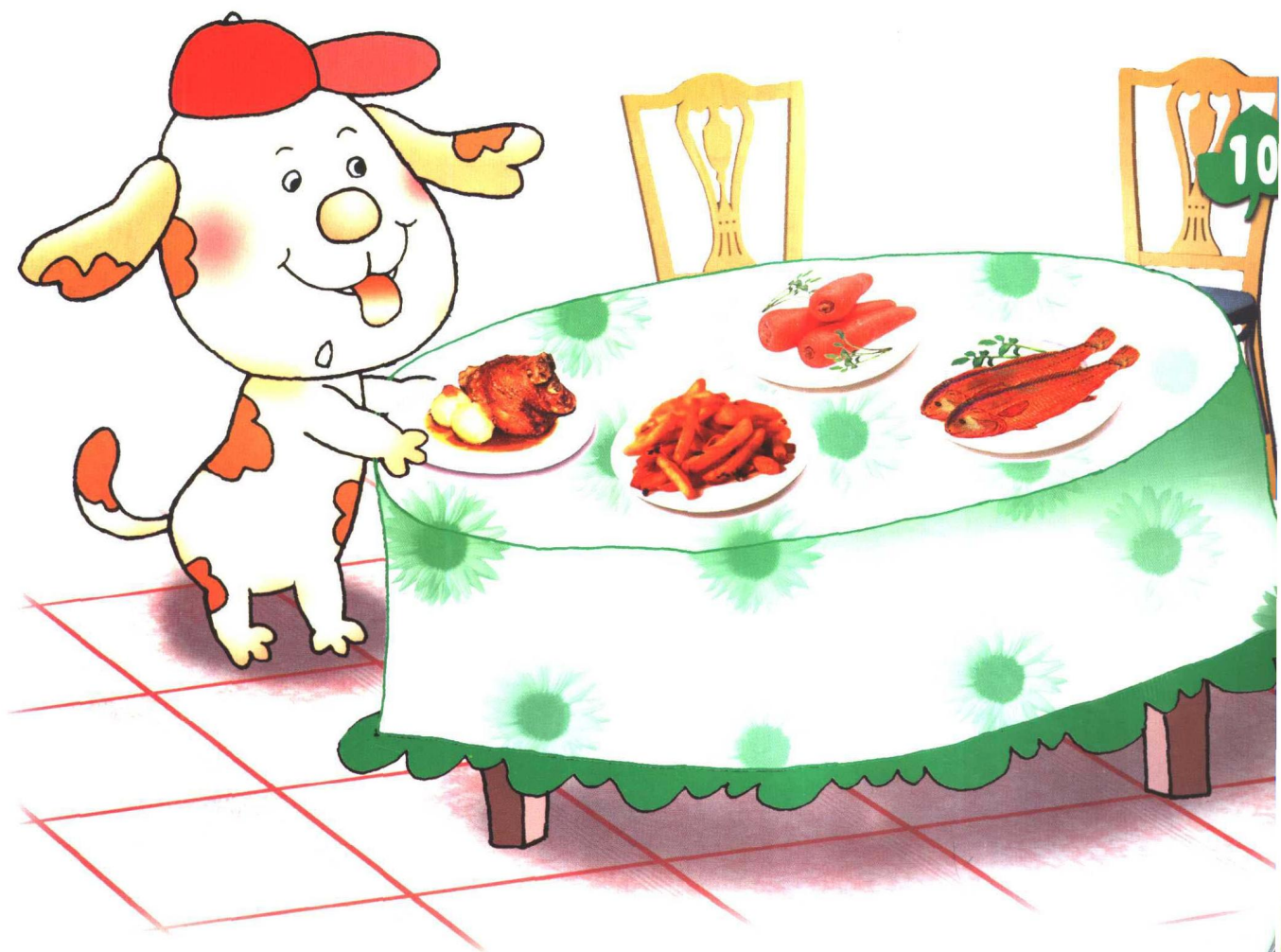
提示家长：为了让孩子不挑食，家长应该把工作做在前面，比如：带孩子上菜场，让孩子认识各种菜，并选择菜，然后看爸爸、妈妈理菜、洗菜、烧菜，让孩子在参与的同时产生尝一尝的欲望。对于孩子不爱吃的口味，不要强迫孩子吃，可以鼓励他尝一尝。另外，也要常常调换菜的品种和花色，更好地引起孩子的食欲。

1. 妈妈烧的饭菜真香呀！小猫闻到了香味，喵喵地叫着：“我要吃鱼，我要吃鱼。”

9



2. 小狗闻到了香味，汪汪汪地叫着：“我要吃肉，我要吃肉。”



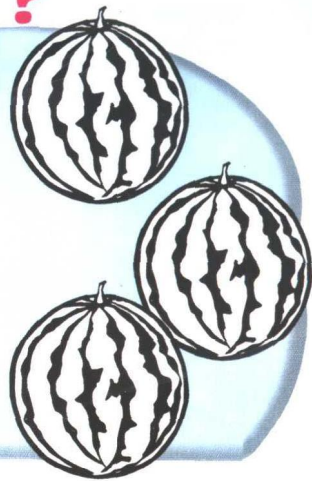
3. 小兔子闻到了香味，蹦蹦跳跳地跑来了：“我要吃青菜和萝卜。”



看一看 你能得到几个大西瓜？



- 吃饭从不挑食，把三个大西瓜都涂上颜色。
- 有点挑食，但能学着吃一点不太爱吃的菜，把两个大西瓜涂上颜色。
- 吃饭总爱挑食，得不到大西瓜。



12

4. 贝贝和皮皮说：“我们什么都爱吃。”“啊呜——啊呜——”又吃青菜，又吃肉，还吃鱼和鸡蛋呢，因为每样菜都有不同的营养。

？妈妈做的菜，宝宝是不是每一样都爱吃呢？有没有挑食呢？

