

我爱吃胡萝卜啦

文|金珠英 金炫挺【韩】

绘|全丙俊【韩】

译|申敬爱



宝宝好习惯养成绘本【风靡韩国的亲子教育方案】

我爱吃胡萝卜啦

文 | 金珠英 金炫挺【韩】

绘 | 全丙俊【韩】

译 | 申敬爱



著作权合同登记号 图字：07-2016-4745

图书在版编目（C I P）数据

我爱吃胡萝卜啦 /（韩）金珠英，（韩）金炫挺文；（韩）全丙俊绘；申敬爱译. -- 延吉：延边人民出版社, 2016. 8
ISBN 978-7-5449-4827-2

I. ①我… II. ①金… ②金… ③全… ④申… III. ①儿童故事—图画故事—韩国—现代
IV. ①I312.685

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第190138号

WO AI CHI HULUOBO LA
我爱吃胡萝卜啦
出版发行：延边人民出版社

策 划：梁 真（韩）
责任编辑：申敬爱
责任校对：赵振华
装帧设计：耿蒙蒙
社址：吉林省延吉市友谊路 363 号 (133000)
北京市朝阳区北苑路 40 号有色金属研究所院内 6 号楼 (100012)
发行：（延吉）电话：0433-2902119 传真：0433-2902118
（北京）电话：010-84927765 传真：010-84908583
网址：http://www.ybcbbs.com
印刷：三河市兴国印务有限公司
幅面尺寸：260 mm×250 mm 印张：3
字数：35 千字 图幅数：36 幅
2016年8月第1版 2016年11月第1次印刷
标准书号：978-7-5449-4827-2 定价：30.00元

本书著作权归韩国 Holistic Education / Baby Academy 所有
版权所有 翻印必究

宝宝好习惯养成绘本【风靡韩国的亲子教育方案】

我爱吃胡萝卜啦

文 | 金珠英 金炫挺【韩】

绘 | 全丙俊【韩】

译 | 申敬爱



我爱吃胡萝卜啦



内容提要

很多食物宝宝都喜欢吃，唯独胡萝卜，他很讨厌，根本就不吃。为了让宝宝改变对胡萝卜的偏见，妈妈领着宝宝开始种胡萝卜。胡萝卜种子发芽了，开花了……



亲子互动

做胡萝卜饼

1. 将准备好的胡萝卜、洋葱、南瓜等蔬菜放入绞碎机绞碎。
2. 将绞碎后的混合物倒入适合的容器中，加入适量的水、面粉和鸡蛋搅拌均匀。这个搅拌工作，可让宝宝来做。
3. 煎锅内倒入适量食用油，烧热，盛一大勺搅拌好的材料入锅，摊平，煎至两面微黄。
4. 把做好的饼盛入宝宝喜欢的盘中，让他品尝。

写给妈妈的话——改掉偏食的习惯

孩子挑食或偏食，排斥某些特殊食物，

与该食物的形状、颜色、气味儿、口感以及咀嚼时的感觉等多种因素有关。

如果父母以强制手段迫使孩子吃他不爱吃的食物，

孩子就会对这些食物更加反感。

要想改掉孩子偏食的习惯，切忌操之过急，

可通过尝试不同方法，循序渐进。

如尝试改变烹饪方法：

把孩子不爱吃的食物绞碎后混在面粉里烙饼、切碎后拌入炒饭中……

还可尝试激发兴趣法：

1. 有趣语言诱导法（如：对不喜欢吃胡萝卜的孩子说：“这可是你最喜欢的小白兔最爱吃的食物哦！宝宝要不要也尝一尝？”）；
2. 有趣行为诱导法（如：像本故事所讲，在花盆里或院子里的空地上，和孩子一起栽种他不喜欢吃的蔬菜，引导孩子对它产生兴趣）；

……

我爱吃水果，也爱吃蔬菜。

可有一样东西我不爱吃，

那就是胡萝卜。



宝宝，我们一起播种好吗？





种子啊种子，快快发芽啊！





妈妈，妈妈，快来看啊！

种子发芽了，长出嫩绿的小苗了！





妈妈，妈妈，快来看啊！
小苗苗开出白色的花啦！







嘿哟~



嘿哟~

宝宝会拔出什么来呢？

嘿！
是长长的、红红的
胡萝卜呀！

哇！这可是我种的胡萝卜呀！

