



“响当当”宝宝益智一点通

我的本领响当当

WU DE BENLING XIANGDANGDANG



重庆出版集团  重庆出版社



我的书柜里，
书的本数，
像棒棒糖。



我的名字：

购书时间：

响当当

什么样的孩子响当当？

会讲故事的孩子响当当，会画画的孩子响当当，会吟诗的孩子响当当……

怎样才能让宝宝成为本领响当当的好孩子呢？

本套丛书——《“响当当”宝宝益智一点通》从生活常识、古诗、数学、故事、蜡笔、儿歌、拼音七个方面给您解答。我们的“响当当”是一份趣味多多、营养丰富的知识大餐，是孩子成长成材的良师益友。从中，孩子们可以学到很多响当当的本领，成为最棒的好孩子。

当您的孩子对学习表现出兴趣时，您一定要对孩子竖起大拇指，那时，您会看到他们骄傲和自豪的笑脸。孩子的心灵明净如水，心愿美好简单，有时候一个真诚、微小的表扬就能激发他们不断进取、不断完善。

园丁从一棵棵小树苗开始，辛勤地培育出日后的参天大树，亲爱的爸爸妈妈们，您的孩子也可以成为响当当的好孩子！

您还等什么，赶快把书带回家给宝宝读吧！



目录



爱护眼睛	6
爱护鼻子和耳朵	7
勤刷牙勤漱口	8
勤换衣服勤洗澡	9
毛巾和水杯要专人专用	10
别把火柴含在嘴里	11
及时大小便	12
别咬铅笔头	13
按时吃饭不挑食	14
吃饭时要注意	15
按时睡觉精神好	16
多喝开水	17
冰激凌别吃多了	18
多吃蔬菜和水果	19
打针吃药要勇敢	20
筷子不能含在嘴里玩	21
不玩刀子和碎玻璃	22
不要玩细小物品	23
不要没病吃药玩	24
上下楼梯不要拥挤	25
电源插座不能碰	26
别趴在窗台上往外看	27

- 别在树下避雨……………28
- 不要在厨房玩耍……………29
- 不能给陌生人开门……………30
- 不要在马路上玩……………31
- 上下车不急躁……………32
- 外出时间别单独行动……………33
- 被锁在屋外了……………34
- 别从高处往下跳……………35
- 不攀爬围墙……………36
- 小动物不好惹……………37
- 不吃早餐害处多……………38
- 别在烈日下剧烈运动……………39
- 不要自己倒开水……………40
- 不要和陌生人说话……………41
- 陌生人来电话……………42
- 和爸爸妈妈走散了……………43
- 异物落入眼睛了……………44
- 被开水烫伤……………45
- 流鼻血怎么办……………46
- 膝盖摔伤了怎么办……………47
- 割破手指怎么办……………48
- 家里有小偷怎么办……………49
- 如果坏人想带你走……………50
- 被人跟踪怎么办……………51
- 关在电梯里怎么办……………52
- 被小狗咬伤怎么办……………53
- 失火了怎么办……………54
- 细心宝宝不触电……………55
- 水管漏水了怎么办……………56
- 突然停电了怎么办……………57
- 漏煤气了怎么办……………58
- 地震了怎么办……………59
- 他们做什么工作……………60
- 奇妙的尾巴……………61
- 玩具真多呀……………62
- 可爱的小动物……………63
- 我长大了……………64
- 喂小猫……………65
- 乘凉工具……………66
- 各种各样的纸……………67
- 乘飞机真快乐……………68
- 伟大的祖国……………69
- 快乐的节日……………70
- 乖宝宝要保护环境……………71



爱 护 眼 睛

bú yào yòng zāng shǒu róu yǎn jīng
不要用手揉眼睛。

jīng cháng zuò yǎn bǎo jiàn cāo kě yǐ
经常做眼保健操，可以
bǎo hù yǎn jīng
保护眼睛。



眼睛是心灵的窗户，我们从小就要学会保护眼睛。不在刺眼的强光和昏暗的弱光下看书，坐姿一定要正确，走路、乘车和躺在床上看书都对眼睛有很大的损害。

教会孩子保护眼睛的方法，特别是刚入学的孩子，看书写字难免坐姿不正确，家长应及时提醒，帮助他们从小养成好习惯。



爱 护 鼻 子 和 耳 朵

bú yào yòng yìng dōng xī tōu ěr duo , bù wā bí kǒng , yǎng chéng
 不要 用 硬 东 西 掏 耳 朵 ， 不 挖 鼻 孔 ， 养 成
 yòng zhǐ jīn cā bí zi de hǎo xí guàn
 用 纸 巾 擦 鼻 子 的 好 习 惯 。



耳朵和鼻子非常重要，我们要保护好它们。洗澡和游泳时尽量不让耳朵进水。遇到很大的声音时要捂住耳朵或张大嘴巴，不用手指挖鼻孔。



家长应引导孩子了解鼻子、耳朵的重要性，教会孩子怎样保护好它们。



8

qín shuā yá qín shù kǒu
勤 刷 牙 勤 漱 口

chī wán fàn shù shu kǒu měi tiān zǎo wǎn yào shuā yá
吃 完 饭 ， 漱 漱 口 ， 每 天 早 晚 要 刷 牙 。

我的本领

刷牙漱口



如果不刷牙，糖和淀粉容易在牙缝里形成乳酸，让牙齿一颗颗坏掉。小朋友应养成饭后用清水漱口、早晚刷牙的好习惯。



孩子都喜欢吃糖，家长应督促孩子勤刷牙漱口，防止蛀牙；还应教会孩子正确的刷牙方法，每两个月为他们换一次牙刷。



勤 换 衣 服 勤 洗 澡

qín huàn yī fu qín xǐ zǎo xì jūn hé huī chén jiù wú chù kě

勤换衣服勤洗澡，细菌和灰尘就无处可

cáng le
藏了。



学本领

益 智 趣 科

长时间不换衣服不洗澡，细菌、灰尘和身上的汗、油脂会引起皮肤病。睡觉前洗洗澡，换下脏衣服，轻轻松松，保证能做个好梦。



有些宝宝害怕洗澡，不想换衣服。家长应以身作则，带领孩子洗澡、换衣服，慢慢培养孩子讲卫生的好习惯。

máo jīn hé shuǐ bēi yào zhuān rén zhuān yòng
毛巾和水杯要专人专用

jiā li de máo jīn hé bēi zi yào zhuān rén zhuān yòng bǎo bǎo yě
家里的毛巾和杯子要专人专用，宝宝也

yào yǒu zì jǐ de máo jīn hé shuǐ bēi
要有自己的毛巾和水杯。



宝宝要有自己的毛巾和水杯，即使是亲戚朋友，也不要混用。每个人都有自己的专用物品，这样才不会被传染皮肤病、甲型肝炎等疾病。



家长应该给孩子准备好他们自己的毛巾和水杯，放在安全固定的地方，用完之后放回原位。



bié bǎ huǒ chái hán zài zuǐ li 别把火柴含在嘴里

huǒ chái tóu shì yǒu dú wù zhì qiān wàn bù néng bǎ tā hán zài
火柴头是有毒物质，千万不能把它含在
zuǐ li
嘴里。



火柴头是由易燃的磷、硫化合物制成的，是有毒物质；火柴棍也是用蜡和松香浸泡过的。小朋友，千万不能因为好奇而把火柴放进嘴里哦。



打火机、火柴等易燃易爆物品，一定不能放在孩子容易拿到的地方，以免孩子因好奇拿来玩耍，发生危险。



及 时 大 小 便

dà xiǎo biàn nèi hán yǒu dú sù , bì xū jí shí pái chū tǐ wài 。
大小便内含有毒素，必须及时排出体外。

我的本领

响当当

益 智 趣 科

如果不及时排便，大便在肠道里会越来越硬，宝宝在大便的时候会很疼；如果宝宝憋着小便不及时排出，里面的毒素就会被身体吸收，对健康很不利。



小 宝 宝 的 小 问 题

年纪较小的孩子对大小便的控制力不强，玩耍时常忘记，家长应及时提醒。





bié yǎo qiān bǐ tóu 别咬铅笔头

yǎo qiān bǐ tóu huò zhí chǐ huì yǐng xiǎng yá chǐ fā yù , ràng yá
咬铅笔头或直尺会影响牙齿发育，让牙
chǐ biàn de bù zhěng qí bié bǎ tā men hán zài zuǐ li
齿变得不整齐，别把它们含在嘴里。



铅是一种具有神经毒性的重金属元素，对儿童大脑的损害是永久性的。不要吸吮手指；不要将学习用品和玩具放入口中；不要用彩色器皿盛装酸性食品；少吃含铅及易被铅污染的食品，如松花蛋、铁听罐头食品、爆米花等，这些都是预防铅中毒的有效方法。



科学百科

刚入学的孩子容易形成咬尺子和铅笔头的习惯，家长一定要督促孩子改掉。因为孩子的牙齿正在发育当中，经常被硬物刺激，会使牙齿排列不整齐，咀嚼功能变差，还容易导致铅中毒。



按时吃饭不挑食

bǎo bao zhèng zài zhǎng shēn tǐ yào yǎng chéng bù tiāo shí hé àn
 宝宝正在长身体，要养成不挑食和按

shí chī fàn de hǎo xí guàn
 时吃饭的好习惯。



宝宝的 身体正在发育当中，需要丰富、均衡的营养。如果孩子长期挑食偏食，会使身体营养不良，抵抗力下降，容易生病。



不论多忙，家长都要照顾好孩子的每一餐。用餐时鼓励孩子各种食物都要吃，不能只吃喜欢的东西。



吃 饭 时 要 注 意

chī fàn shí yào zhù yì bú yào dà shēng xuān huá , bú yào dǎ
吃 饭 时 要 注 意 ， 不 要 大 声 喧 哗 ， 不 要 打
nào , yě bù néng láng tūn hǔ yàn 。
闹 ， 也 不 能 狼 吞 虎 咽 。

益 益 益 益

吃饭时要安安静静地坐好，一口一口地细嚼慢咽，不和小伙伴们打闹。坚持好习惯，我们就能很好地吸收饭菜里的营养。



孩子两岁三岁的时候，家长就应教孩子使用勺子和筷子的正确方法，督促他们养成良好的进餐习惯。

àn shí shuì jiào jīng shén hǎo
按 时 睡 觉 精 神 好

bǎo bao yīng gāi zǎo shuì zǎo qǐ zhǐ yǒu xiū xi hǎo le jīng
宝 宝 应 该 早 睡 早 起 ， 只 有 休 息 好 了 ， 精

lì cái huì gèng chōng pèi
力 才 会 更 充 沛 。

益 智 趣 科

早睡早起是一个强身健体的好习惯。人在睡眠时，消耗的能量少，充足的睡眠不仅能调节人的精神状态，还有利于生长激素的分泌。



及时提醒贪玩的孩子早点睡觉，家长可以为孩子哼唱催眠曲或讲讲童话故事，让孩子安静地进入梦乡。



duō hē kāi shuǐ
多 喝 开 水

kǒu kě shí yào yǐn yòng xīn xiān de kāi shuǐ , qiān wàn bù
口 渴 时 要 饮 用 新 鲜 的 开 水 ， 千 万 不

néng hē shēng shuǐ
能 喝 生 水 。



现代家庭多饮用纯净水，其实纯净水缺少许多人的身体必需的微量元素。所以建议家长多让孩子喝开水，那样会更健康。



益 智 肥 科

生水里含有大量的病菌和寄生虫卵，饮用后会引起肠道、寄生虫病。很多孩子喜欢喝甜甜的饮料，其实饮料喝多了，会造成食欲不振。所以还是喝开水最健康！