

3 至 6 岁的孩子该看哪些书？

杨澜近日被问到 作为一位母亲，她会给孩子选择什么样的书籍 时回答说：我的孩子已经是十几岁的青少年了，我会推荐中国的四大名著和一些国际上的重要作品。由此看来，名人也是很注重孩子阅读的，名人父母也跟普通父母一样，都希望让孩子多读书、读好书。也许你的孩子还小，还看不懂四大名著，但是作为家长的你，知道怎样给孩子选择书籍吗？3至6岁的孩子看哪些书好呢？



手绘本是最好的选择

在孩子还小的时候，手绘本是最好的选择。那些由电脑制作出来的图画呆板僵硬、毫无生气可言，而手绘本则不同，它们是作者生命的流露与表达，用绘画作品来表现孩子的生活及经历。当孩子比较小时，可以选无字的绘本；等到孩子3岁半至4岁时，可选择有一些字的绘本，因为到那个年龄，孩子会对文字产生兴趣，想知道字里有什么含义，家长可以用手指指着字跟孩子讲，而画面则成为对内容和含义的一种补充，这也是一个比较自然的识字机会。

畅销书未必是好书

很多家长都会有一个误区，仿佛儿童文学只要畅销，就是好作品。其实事实并非如此，有些畅销书思想贫瘠，艺术粗劣，可是很少有人站出来批评。如杨红樱的《淘气包马小跳》和《笑猫日记》就曾经风靡一时，可是杨红樱的作品只是用电视图像语言“写作”，儿童读起来轻松、平浅，不需要思考，这是一种“伪阅读”，对孩子的精神成长帮助甚少，也提高不了他们的写作能力。妈妈网专家表示，阅读是一种主动行为，阅读的过程应同时伴随着省思，这样的书籍才是好书。

莫选这 3 种书籍

内容拙劣的书
经常逛书店的家长会发现，少儿图书的装帧愈来愈讲究，但内容却没有多少新意，有些书甚至离奇怪诞、庸俗恐怖、格调低下，就连过去曾经广受少儿欢迎的益智类图书，也走入了误区。如某出版社出版的《脑筋急转弯》系列

丛书就有这样的内容：什么时候是摘瓜的最佳时机？答案为：看瓜人打盹的时候；小偷给社会造成了危害，给警察造成了什么？答案为：给警察创造了就业机会。在一本声称启发少儿智力的《脑筋急转弯》中，一些机智回答同样令人瞠目，如：什么人没当爸爸先当公公？答：太监；形容女人好看，说什么她最高兴？答：谎话，等等。

怪诞离奇的书

如今，出版社出版的少儿图书不少以系列丛书、套书面目出现，比比皆是的神秘系列、惊奇系列、恐怖系列、悬疑系列摆满了书架，书名更是五花八门，幽灵、鬼怪、惊悚、骷髅等字眼充斥封面，图书内容也大都与凶杀、暴力有关，通过情节诡异的破案过程，刻意渲染恐怖气氛，加上夸张的插图，刺激儿童感官，格调极其低下。有些书如果从故事的整体构架以及情节的逻辑性上去考虑，就会发现粗糙、牵强、荒谬之处甚多。一些少儿惊险推理类小说也难逃这一模式。

黑暗童话

现在的幼儿读物延续了黑暗的传统，不少如《灰姑娘》、《白雪公主》、《丑小鸭》等经典童话也被“黑暗化”。在黑暗版的《睡美人》中，公主并不是被王子叫醒，而是变成了邪恶的复仇女巫；黑暗版的《灰姑娘》中，灰姑娘遭遇火刑成为了王子的陪葬者；黑暗版的《丑小鸭》并没有变成美丽的天鹅，而是在离家出走后被宰杀，成为了“烤鸭”。

经典的儿童故事教育了几代人，并留下了

深刻的印象，正是因为其中表达的美好内容。此类新编黑暗童话，不仅没有传达美好，反而展示残酷结果，不利于幼儿在观看后感受美好，是“毁三观”（网络语，指违背常理，毁掉人生观、价值观、世界观的说法等）的反社会作品，家长们应该让孩子远离这些书籍。

如何帮助孩子选购图书

选择与孩子熟悉的生活经验有关的书，如表现自己周围的人、物体、环境、生活里的各种活动的书，孩子在书里能看见，在生活中能有所体验，更易留下深刻的印象。

选插图线条清晰的，避免背景的干扰，因为孩子看书主要是读插图，如果图中有不必要的点缀，反而会混淆孩子的视听，复杂的不等于丰富，单纯也不等于简陋。用适当的图，表达出了适当的意思，就是好插图。

使用清楚自然的说话方法，不要以为孩子喜欢大人学他们说话，他们自己说：宝宝怕怕，是受了语言和思维的限制。并不表示他们不喜欢你说：宝宝心里是很害怕。

故事有趣味性，对孩子来说阅读是一种游戏，游戏中固然有学习，也必然充满趣味，问题在于我们在选择图书时，要注意那种有趣的书。

提供参与和互动的机会，书是被人看的，它影响看书人的想法，所以书和人是互动的，有些书里的内容要求读书人要参与进去回答问题、和书里的人对话。孩子读这样的书，兴趣一定会更高。

（朱程芬 整理）

秋季健身正当时 特惠 11 月 百度健身年卡 超低价来袭



俗话说：药补不如食补，食补不如锻炼。凉爽舒适的秋季，是锻炼身体的黄金季节。从某些角度来讲，健身锻炼可以弥补先天不足，而运动保健也是取得健康最为简便易行、最为有效和最经济的手段。然而，秋季的环境气候都与夏季有很大的不同，在此，百度健身教练提醒广大健身爱好者，秋季锻炼须注意三防：

一要防运动频率过高。传统中医学认为，人体阴精阳气在秋天处于收敛内养阶段，所以健身也要顺应一原则，运动切忌过度。健身教练建议，人们可以参加一些轻松平缓、活动量小的运动，这样既不会因出汗损耗元气，又可以舒展筋骨、提高身体素质。

二要预防运动损伤。秋天气温下降，一些地区阴雨连绵，人体内部肌体在这环境下会引起血管收缩，关节活动能力减弱，极易造成人体肌肉、关节、韧带的损伤。健身教练提醒，每次健身运动一定要做好充分的准备活动，把身体各处关节、肌肉等预先激活起来。

三要预防晨练感冒。人们习惯了夏季清晨穿短衣短裤出来锻炼，但到了秋天可不能这样了。秋天的早晨温度低，首先在晨练前要根据气温变化增减衣服，以长袖、轻薄的运动服为宜。晨练出汗后，不要穿着湿了的运动服在户外长久逗留。

百度健身会所创建于2006年，是集健身、娱乐、休闲等多项健身服务于一体的大型健身会所。据悉，为回馈广大新老顾客，百度健身推出了“特惠11月”活动，本月办理年卡享超低价，给力优惠令你意想不到。亲，别犹豫了，赶紧去百度健身走起吧，再晚一步又要涨价啦！

（朱程芬）

预约电话：0577-65915388
地址：瑞安市安阳仲容路30号2楼

浙江老年报

ZheJiang Maturity

每月10元钱

孝心一整年

老年报发行热线：0571-85310684

小棉袄服务热线：0571-85151999

《浙江老年报》创刊并公开发行10年来，是全省唯一公开发行、服务中老年人群体的专业报刊。报道内容体现时代性、贴近性、服务性、针对性和实用性，是广大老干部、老同志的精神家园，是老年人的良师益友，是老干部工作者和老龄工作者的参谋助手。

《浙江老年报》2013年开始全面转型升级，着力打造成为老年产业综合运营商。从“浙江孝贤”、“浙江国际老龄产业博览会”、“常青周刊”的品牌创造，到“小棉袄”惠老服务中心、老年电影文化节的创办，一大批具有影响力的为老服务品牌项目应运而生，“乐悠游”旅游俱乐部、“一拍即合”摄影俱乐部、逸乐斋书法社等一大批老年人喜欢的活动蓬勃开展。我们将努力从生活到精神上为全省中老年人送去最温馨、最贴心的服务。

邮发代号：31-56

周3刊

逢每周一、周三、周五出版

月价：10元

季价：30元

年价：120元