

300条贴心提示，帮宝宝度过快乐的幼儿园时光

孩子入园

晏红 / 著



爸妈必须知道的事

一本书帮你解决孩子入园的
76个问题

一本书陪你和孩子愉快度过
幼儿园3年



中国妇女出版社

孩子入园， 爸妈必须知道的事

晏 红 / 著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

孩子入园, 爸妈必须知道的事 / 晏红著. --北京:
中国妇女出版社, 2016. 1
ISBN 978-7-5127-1201-0

I. ①孩… II. ①晏… III. ①学前儿童—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 261906 号

孩子入园, 爸妈必须知道的事

作 者: 晏 红 著

策划编辑: 廖晶晶

责任编辑: 王 琳

封面设计: 周周设计局

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 165×235 1/16

印 张: 15.5

字 数: 260 千字

版 次: 2016 年 1 月第 1 版

印 次: 2016 年 1 月第 1 次

书 号: ISBN 978-7-5127-1201-0

定 价: 32.00 元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

再版序

《孩子入园，爸妈必须知道的事》是《宝宝入园完全手册》的再版，这是一件令人欣喜的事情。

本书再版时值全国适龄幼儿入园率突破 70% 之际，这意味着全国有 4000 多万 3~6 岁儿童有机会在幼儿园度过一段美好的童年时光。幼儿园是充满温馨与浪漫的童话世界。遥想百年前，福禄培尔就想为 6 岁以下的幼儿创办一所学校。这应该是一所什么样的学校呢？1840 年 5 月的一天，他站在乡村的山顶上眺望，看到远处金光灿灿的夕阳与泛着新绿的丛林交相辉映，突然灵感涌现：有了！就把它叫作儿童的花园（kindergarten）吧！在这个花园里，孩子们可以自由快乐地成长。至此，世界上第一所幼儿园在德国诞生了。现在，在有着悠久历史的东方国度，存在 20.99 万所怀揣着美丽中国梦的幼儿园，这实在是一件值得百万幼师、千万家庭高兴的事！

从大众层面来讲，家长对幼儿教育的重视与思想意识的提高亦是振奋人心的。如果说以前家长送孩子入园还主要是基于托管与保育的认识与需求，那么现在家长更重视的是孩子的教育与发展。于是，“家园共育”不仅成为幼儿园的一个工作思路，而且成为家长教育孩子的一种科学理念。很多家长不但把孩子送进幼儿园，自己也非常关心幼儿教育理念，经常阅读书刊，学习幼儿教育理论知识，与班级教师和其他家长一起探讨幼儿教育之法、为人父母之道。因为他们意识到，教育孩子是幼儿园与家庭共同承担的责任，家庭与幼儿园必须携手共育，采取一致的教育观念与教育方法，才能确保孩子的健康成长。因此，“与孩子共同成长”成为家长的心声，家长主动学习相关知识，幼儿教育与家庭教育领域也出现了许多流传广泛、影响较大的科普良作。本书很荣幸地成为深受家长喜欢的读物，也很荣幸地成为幼儿教师进行家园共育工作的指导

用书。

家园共育是需要一定的认识基础的。入园之后，家长与孩子一样对幼儿园充满了好奇，有的家长甚至比孩子还想了解幼儿园这个神秘王国。社会上关于幼儿园的传闻也是五花八门，这就更加深了幼儿园的神秘。本书力图引领家长透过表面的房屋楼舍、设施设备与花草树木，关注幼儿园深厚的教育本质，树立正确的教育观念，摒弃一些似是而非的说法和急功近利的认识，帮助家长在当今纷繁复杂的视听世界里去粗取精、去伪存真，把家庭教育与幼儿园教育进行有机结合，与孩子共度幼儿园时光，帮助孩子不但适应集体生活环境，而且在集体环境中主动成长、快乐发展。“家园共育”是伴随孩子共同成长的第一步，是指引孩子接受正规教育的第一段，相信家长与孩子共同走好这一步，对孩子以后上小学、上中学，都将起到积极的促进作用。

《易经》有言：“蒙以养正，圣功也。”意为孩子在启蒙时期就受到良好的正面教育，相当于成就了圣人的功业。确实如此，孩子不但是家庭的希望，也是社会的人才、人类的未来。家庭是牵引孩子的第一只手，幼儿园是牵引孩子的第二只手，让家庭与幼儿园成为促进孩子健康成长的左手与右手，携手为孩子撑起一片蔚蓝的天空！

最后，请允许我代表广大读者感谢中国妇女出版社对本书再版所付出的智慧与劳动！

晏红

2015年12月于清华园

序言 幼儿园帮孩子健康成长

01 入园前，家庭为孩子打下了什么基础

◆ ◆ ◆

1. “体之发肤，受之父母”——父母的遗传素质奠定了孩子健康成长的物质基础

遗传素质对人身体的成长发育以及智力、能力的发展有着十分重要的作用，确定了个体发展的必然性范围。宝宝在成长过程中，许多方面都会与父母有相似之处，如眼睛大小、鼻子高低、肤色深浅、身材高矮、体形胖瘦、体质强弱等许多外形特征，还有一些父母如口才、思维、音乐、美术、操作等方面的天赋，都有可能遗传给孩子，使孩子在某些方面具有潜力。

但是，宝宝的遗传天赋并不一定在任何情况下都能得到自然展现，必须在适宜的生长环境影响下，才能得到适当的开发和良好的发展。如果一个遗传天赋很好的宝宝，自出生以后就生活在封闭、冷漠的环境里，得不到周围人基本的引导和帮助，他的天赋就会被压抑甚至埋没。所以，父母发现与呵护宝宝的遗传天赋，给予科学的开发与培养，将为宝宝的健康成长奠定牢固的物质基础。

2. “同言而信，信其所亲”——亲子感情奠定了孩子乐于接受家庭教育的心理基础

对宝宝来说，父母是来到这个陌生世界的第一位亲人，也是第一任启蒙老师。父母为他们带来了生命，满足了他们的基本需求，为他们创造了生命之初

的安全感，所以他们热爱、信任父母，也更乐意接受父母的教导。

但并非有亲子关系，就一定能产生浓厚的亲子感情。父母需要对宝宝投入关注、关心和关爱，积极回应宝宝的生活需要、爱的需要和教育需要，宝宝才会对父母产生依恋之情。如果父母对宝宝的需要反应迟钝、冷淡，甚至因为不爱宝宝或认为养育宝宝是个拖累而总是拒绝宝宝的需求，宝宝与父母之间就会逐渐形同陌路。所以，父母为宝宝付出情感和辛劳，与宝宝建立浓浓的亲情，将为宝宝的健康成长奠定良好的心理基础。

3. “染于苍则苍，染于黄则黄”——家庭环境对孩子个性和性格的形成产生深刻影响

家庭环境是宝宝出生后的第一个生活环境，也是对人的成长影响最直接、最深刻、最持久的环境因素，而且通过潜移默化，悄悄地影响着宝宝的个性与性格。

父母是孩子的第一任老师。为了促进宝宝形成健康的个性和积极的性格，父母应该注意家庭关系和睦、邻里之间互助，为宝宝营造安全、温暖、文明、和谐的家庭环境。历史上“孟母三迁”的典故就说明了这个道理。孟母三次搬家都是为了给孟子营造良好的生活环境，使孟子从在墓地周围学人哭叫，在集市周围学人叫卖，最后转到学堂周围学人读书。孟母不但关注社区邻里对孩子成长的影响，更重视用自身的言传身教影响孩子，当孟子逃学回家的时候，她用“断机杼”的家庭生活场景教育孟子做事要持之以恒。所以，父母为宝宝营造文明向上的家庭环境，将为宝宝的健康成长奠定积极的个性和性格基础。

4. “蒙以养正，圣功也”——科学的家庭教育为孩子奠定最佳人生开端

“蒙以养正，圣功也”出自《易经》，意思是说，在孩子启蒙时期，就要培养他走上正路，这相当于成就圣人的功业。这句话充分肯定了早期家庭教育的意义。家庭环境对人的影响是自发的，而家庭教育则是父母对宝宝有目的、有意识、主动地施加影响。0~3岁是宝宝身体和大脑发育的关键期，及时和科学的早期家庭教育具有优化和开发潜能的功能。

科学的早期教育并不是教宝宝单一地识字、计算和背诵，对于0~3岁的宝宝来说，早期教育的重心在于尊重他们的天性，进而丰富他们的直接经验。

0~3岁宝宝的学习规律比较特殊，他们对什么感兴趣或想学习什么，是按照自己的意愿，而不是由成人来决定的。他们在环境中寻找自己感兴趣的内容，随后在不断的摆弄探索中感悟新的知识。所以，科学的早期教育不宜有过多的灌输和说教内容，要多为宝宝提供充满快乐和成就感的机会，使他们获得真实、完整和有益的生活、游戏与学习经验，使宝宝的身心发育得到全面熏陶，这才是真正为宝宝奠定最佳人生开端。

02 入园后，孩子可以学到什么

◆ ◆ ◆

1. “理智施爱，爱而不娇”——幼儿园教育有助于减少家长溺爱孩子的倾向

家长对宝宝的慈爱与关心，是早期教育的前提。宝宝不具备独立生存和生活的能力，日常生活需要家长给予精心的照料；在精神生活上，家长也需要给予他们爱抚、温存、体贴、玩耍和游戏。久而久之，对于宝宝的种种要求和需要，家长容易有求必应和包办代替。实际上，随着宝宝渐渐长大，家长不能也不必再像对待新生儿那样完全满足他的要求，一切都替他做好，因为一味地满足宝宝，直接受害的是他自身。

但是，家长不容易觉察到自己对宝宝的溺爱。因为爱孩子是父母自然流露的天性，即便父母在理智上知道不能溺爱，但是对宝宝应该疼爱到什么程度是最有益的，父母并不容易把握。而在这方面，幼儿园教育能给宝宝有益的帮助，并给父母适时的提醒。当父母把孩子委托给幼儿园的时候，幼儿园老师作为“代理父母”来教养宝宝。但是，因为一个老师是很多宝宝的“代理父母”，所以老师要尽量做到公平对待每个宝宝，并教育宝宝学会理解和尊重其他宝宝的需要，在生活中学会等待，在游戏中学会分享，在交往中学会互惠，在锻炼中学会坚强。可以说，这种“代理父母”之爱是理智之爱，不是溺爱。



老师从宝宝的长远利益和长远发展出发，对宝宝做到爱而不娇，有助于减少家长溺爱宝宝的倾向。

2. “保教结合，注重自理”——幼儿园教育有助于减少家长教养分离的倾向

“保育”与“教育”相结合，即保教结合，是幼儿园教育区别于中小学教育的根本特征。保育就是教师精心地照看和保护身心稚嫩的宝宝，做好安全、卫生、保健方面的工作；教育就是让宝宝学会照顾自己，培养其生活自理能力，使宝宝在情感、社会性、个性和性格等方面都得到良好的发展。

保教结合对应的家庭教育就是养育结合，即养育与教育相结合，要求家长既要悉心照顾宝宝，满足宝宝的基本需求，同时还要锻炼宝宝从独立做简单的事情开始，养成自己的事情自己做的好习惯。但是，因为家长与宝宝有血脉亲情，宝宝在家里既享受了充分的父母之爱和家庭温暖，也存在着家长对宝宝过度照顾、束缚宝宝动手操作的不利影响。

宝宝进入幼儿园以后，失去了以前几个家长照顾他一个人的优越环境，面临着三四个老师照顾十几个宝宝的新环境。老师会特别注意培养宝宝的独立生活能力，指导宝宝在老师的帮助下自己的事情自己做。所以，幼儿园保教结合的特点和特殊环境有助于减少家长教养分离、养育多教育少给宝宝成长带来的影响。

3. “面向全体，强调交往”——幼儿园教育有助于减少家长忽略交往的倾向

过去，家庭结构比较复杂，家庭规模大，三代同堂、四世同堂的大家庭很普遍，家庭成员多，家庭代际关系复杂。在这样的家庭中，宝宝自然而然地就学会了相应的家庭关系及其伦理规范，这有利于培养他们尊重、孝敬长辈的品德。现在的家庭结构简单了，以父母和子女两代人的家庭为主，减少了宝宝学习和处理复杂人际关系的机会。尤其在独生子女家庭，宝宝是小家庭中的

“大太阳”，很多“大太阳”汇集在幼儿园里，就成了班级大家庭中的“小星星”。

宝宝从“大太阳”变成“小星星”，是集体生活的需要，是适应社会的需要，是宝宝发展交往能力的需要，是宝宝健康成长的教育途径。在家庭中，家长也与宝宝玩耍，但是家长一般都会让着宝宝，哄他开心，久而久之，他会觉得别人就应该让着自己，形成只能赢不能输的心态和以自我为中心的思维方式。在幼儿园里，宝宝与小朋友是平等的伙伴关系，游戏规则面前人人平等，宝宝要学会与别人协商，尊重别人的想法；对于游戏结果，要学会既能享受赢局也能承受输局。宝宝在这一过程中，交往能力将得到很大的提高，所以幼儿园的集体教育环境有助于弥补家长容易忽略宝宝人际交往能力的不足。

4. “五大领域，全面发展”——幼儿园教育有助于减少家长片面教育的倾向

做父母的都希望宝宝早日成才，这种愿望是好的，也是可以理解的。要实现这一愿望，家长的早期教育要从实际出发，按照人的成长规律和教育规律进行，不能随心所欲地将自己不切实际的主观意志强加于宝宝，采取死记硬背、强行灌输、揠苗助长的错误方法，对宝宝进行知识灌输、技能训练的片面教育。

人才的培养是一个漫长的过程，婴幼儿时期是全面打基础的阶段。幼儿教育特别注重根据宝宝心理特征，采取适合宝宝接受的内容与游戏的方法，量力而行，循序渐进，以丰富宝宝的生活经验为主，提高宝宝的具体形象思维和动作操作能力，使他们在健康、语言、社会、科学、艺术这五大领域得到全面发展，成为一个身心健康、适应社会发展进而为社会做贡献的人才。所以，幼儿园教育有助于减少家长片面教育的倾向。

03 家园共育使孩子的成长优势最大化

幼儿园教育与家庭教育各有不同的优势，在宝宝的健康成长过程中不可以

相互替代。

随着宝宝独立成长的需要越来越强，他们将逐步走出家庭的呵护，勇敢地迈向社会生活的大舞台，幼儿园则是宝宝步入社会的第一步。幼儿园的物质环境、作息制度、生活习惯、人际关系都与家庭有很大的不同，幼儿园与家庭对宝宝的要求也有很大差异。幼儿园是集体生活环境，小朋友之间的关系是平等的，玩玩具、做游戏都需要宝宝有分享、等待、谦让、合作的意识；小朋友之间有了矛盾，要学会文明解决冲突的方式；还要培养宝宝在集体环境中清晰、大方和大胆的表达能力。

然而，这些能力和习惯的培养单靠幼儿园的教育是不够的，家长在家庭生活中不能再总是包办代替，迁就放纵，这样不利于巩固宝宝在幼儿园的教育成果。家长要像幼儿园老师一样培养宝宝的规则意识，教宝宝学会尊重他人，知道爱护公共环境和财物。如果家长与教师的要求不一致，不但幼儿园的教育效果会受到不良影响，而且不利于宝宝学习社会行为规范和人际交往能力，进而影响宝宝的社会化进程。所以，幼儿园与家庭是宝宝的教育合作伙伴，教育宝宝是家长和老师共同的责任，家园合作共育能够使宝宝的健康成长优势最大化。

目 录

Part 1

孩子要入园，你做好心理准备了吗

- 01 如何选择最适合孩子的幼儿园 / 2
- 02 孩子入园前，家长要做好的心理准备 / 6

Part 2

孩子在幼儿园可能遇到的心理问题

- 01 孩子出现入园分离焦虑怎么办 / 20
- 02 孩子不乐意说幼儿园的事怎么办 / 23
- 03 孩子与小朋友比穿怎么办 / 26
- 04 怎样帮助孩子应对幼儿园里遇到的挫折 / 30
- 05 怎样教孩子正确面对竞争 / 33
- 06 孩子受欺负怎么办 / 37
- 07 培养孩子幽默风趣的性格 / 41
- 08 消解孩子的不良情绪 / 44
- 09 让孩子不再“撒野” / 47
- 10 安抚孩子易怒的情绪 / 51
- 11 锻炼孩子的倾听能力 / 55
- 12 让孩子主动与人交往 / 58

Part 3

孩子在幼儿园可能遇到的生活问题

- 01 孩子不能适应在幼儿园吃饭怎么办 / 64
- 02 孩子挑食不吃蔬菜怎么办 / 67
- 03 孩子意识不到要多喝水怎么办 / 71
- 04 孩子不在幼儿园上厕所怎么办 / 74
- 05 孩子不能按时起床怎么办 / 77
- 06 孩子不适应在幼儿园睡觉怎么办 / 80
- 07 孩子生病与上幼儿园有什么关系 / 83
- 08 带孩子进行身体锻炼 / 86
- 09 让孩子保持口腔卫生 / 90
- 10 让孩子学会整理东西 / 93
- 11 增强孩子的自我保护意识 / 97
- 12 在生活中开发孩子的智力 / 101

Part 4

建立正确的家园合作关系

- 01 老师为什么总是报喜不报忧 / 106
- 02 不要让老师对孩子过度保护 / 109
- 03 女教师与男子汉教育 / 113
- 04 消除孩子对老师的偏见 / 116
- 05 家长潜意识里的两个“不等式” / 120
- 06 幼儿园的条条框框与孩子的个性矛盾 / 123

Part 5

家园合作，提升孩子的能力

- 01 引导孩子集中注意力 / 128
- 02 培养孩子的想象力 / 131
- 03 培养孩子的观察能力 / 135
- 04 锻炼孩子的口语表达能力 / 138
- 05 在生活中培养孩子的数学能力 / 142

Part 6

家园合作，激发孩子的潜能

- 01 激发孩子的学习兴趣 / 148
- 02 激发孩子的阅读兴趣 / 151
- 03 激发孩子探究和创新的潜能 / 154
- 04 开发孩子的音乐潜能 / 158
- 05 挖掘孩子的绘画天分 / 161

Part 7

家园合作，培养孩子的优秀性格

- 01 让孩子懂文明讲礼貌 / 168
- 02 让孩子学会听取建议 / 175
- 03 教孩子诚实守信 / 178
- 04 让孩子懂得谦让 / 182
- 05 让孩子不再任性 / 185
- 06 让孩子懂得遵守规则 / 189

Part 8

家园合作，培养孩子的爱心

- 01 让孩子学会关心他人 / 194
- 02 让孩子学会不打扰别人 / 197
- 03 让孩子学会接纳 / 201
- 04 让孩子体悟责任 / 204
- 05 让孩子学会爱护公共环境 / 208

Part 9

陪孩子度过快乐的幼儿园时光

- 01 让孩子适应在幼儿园里不是“小太阳” / 214
- 02 孩子的话可能是“真实的谎言” / 217
- 03 孩子为什么在家、在园表现不一样 / 220
- 04 孩子听老师的话却不听家长的话 / 224
- 05 改掉孩子在幼儿园形成的坏习惯 / 228
- 06 家长影响孩子在园的人缘 / 231

Part 1

**孩子要入园，
你做好心理准备了吗**



01 如何选择最适合孩子的幼儿园

既然宝宝入园是很有必要的，择园就是家长要考虑的重要问题了。随着我国幼教事业的发展，全国各地出现了各种各样的幼儿园，这为家长提供了选择的机会，也产生了选择的困惑。很多家长对各式各样的幼儿园并不完全了解，家长之间的交流也是各抒己见，这反而更增加了家长择园的困惑。有一个基本原则应该把握好，那就是选择最适合自己的宝宝的幼儿园。

1. 孩子的年龄大些入园好还是小些入园好

目前，绝大多数城市幼儿园是从3岁宝宝开始招收的，也有一些幼儿园接收2岁甚至更小的宝宝入园，这主要是根据家长的需求和幼儿园的办园条件来确定招生入园的起始年龄。

从心理发育的角度来说，2岁以后的宝宝大部分能够忍受与依恋对象（经常照看他的家人）在一段时间内的分离，逐渐习惯与小伙伴和老师相处，所以2岁的宝宝是可以适应日托幼儿园的。但是，刚满2岁的宝宝在生活自理能力上还比较弱，与依恋对象暂时分离的心理压力还比较大，因而新入园的2岁宝宝的分离焦虑程度要强烈一些，时间也长一些。建议宝宝3岁左右入园，这时候宝宝在身体发育、生活自理能力和心理发展等方面都成长得相对成熟一些。

2. 选择日托幼儿园还是寄宿幼儿园

不能一概而论日托和寄宿的利弊，要综合家长、孩子和幼儿园三方面的情况来考量。

首先是家长，如果工作特别忙，没有充分的时间接送孩子，或者有的家庭是三代同堂，家庭成员在教育孩子时常常态度不一致，那么送孩子上寄宿幼儿园比较合适。

其次，还要考虑孩子和幼儿园的因素，寄宿幼儿园要求孩子的身体素质比