熊猫

幼儿园是宝宝人生第一个社交圈　一本能让宝宝顺利入园的亲子指南

宝宝入园总动员

解决宝宝分离焦虑102问

石启香 徐蕾◎著

总后五一幼儿园资深教师倾情奉献

20年教龄 + 20年心灵陪伴 + 12章经 + 102个问答

温馨推荐

宝宝1岁起 辣妈酷爸就要读！

全面解析宝宝入园前后出现的各种问题

完美解决分离焦虑，让宝宝快乐成长，让家长不再发愁

江苏凤凰美术出版社

宝宝入园总动员

解决宝宝分离焦虑102问

石启香 徐蕾◎著

江苏凤凰美术出版社

图书在版编目（CIP）数据

宝宝入园总动员：解决宝宝分离焦虑102问 / 石启香，徐蕾著. -- 南京：江苏凤凰美术出版社，2014.6
ISBN 978-7-5344-7404-0

Ⅰ. ①宝… Ⅱ. ①石… Ⅲ. ①学前儿童－家庭教育 Ⅳ. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第096232号

策划编辑 毛东妮
特约策划 王素梅
责任编辑 刘晓娟
封面设计 水长流文化
责任监印 朱晓燕

出版发行 凤凰出版传媒传媒股份有限公司
江苏凤凰美术出版社（南京市中央路165号 邮编：210009）
北京凤凰千高原文化传播有限公司
出版社网址 http://www.jsmscbs.com.cn
经　　销 全国新华书店
印　　刷 北京凯达印务有限公司
开　　本 880mm×1230mm 1/32
字　　数 200千字
印　　张 6.25
版　　次 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5344-7404-0
定　　价 28.00元

营销部电话 010-64215835-801
江苏凤凰美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换 电话：010-64215835-801

宝宝入园总动员

解决宝宝分离焦虑102问

石启香 徐蕾◎著

江苏凤凰美术出版社

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

荣获原中共中央军委委员，
原总后勤部部长王克上将亲笔题词

关心儿童健康成长
就是关心祖国未来

二〇一三年十二月

王克

前言

FOREWORD

现在的孩子与从前大不一样，他们即是家长心目中独一无二的宝贝，同时又寄托着父母乃至一个家族的殷切期望，不可否认，小宝贝就是一个个家庭中最闪耀的"小太阳"。

作为有着二十多年幼教经验的一线教师，我们非常热爱幼教事业，更爱天真无邪、活泼可爱的孩子们，这也是我们写这本书的最大动力。

漫长的幼教生涯中，我们总结、积累了许多实践经验与教育策略，希望这些资源不单单只服务于我们的教学，同时能与家长们分享，如果能够得到家长的配合与支持，相信会对宝宝尽快适应儿园的生活与成长会有诸多益处。

幼儿园是宝宝人生中接触的第一个社交圈，有着举足轻重的意义，因此，在孩子入园初期，家长需要了解并做好充足的入园准备。我们希望能够通过此书引导家长解决宝宝在入园时面临的各种问题，缓解宝宝的入园分离焦虑，让宝宝顺利地迈入他们人生社会的第一步。

上幼儿园，是宝宝从家庭走向社会的重要阶段。他们从熟悉自由的家庭生活，过渡到陌生、规律的幼儿园生活，刚开始会面临很多困难，会有很大程度的不适应。生活习惯、作息时间、交往人群都会有很大改变。

作为一名老师，同时也是一个母亲的我来说，宝宝在初入园时两只紧紧抱住妈妈脖子的小手、撕心裂肺的哭声、满含泪光的双眼，着实让我这个“久经沙场”的老教师都忍不住涌上一阵心酸。那些大多是第一次为人父母的80后爸爸妈妈们，可能自己还都是刚刚自立的孩子，对宝宝的表现就更会感到焦虑、惶恐、担忧以及不知所措，因此对老师就会更加信赖、依赖。

此刻，不管是老师还是家长，都需要一些专业性强又具有实用性的育儿知识来指导。家长在期待幼儿园教育的同时，更要注重家庭教育，因为家长是孩子第一任老师，也是终生的老师。它关系到孩子、家庭的未来，关系到社会、民族的希望。

当然，教育孩子是一项专业性极强，付出辛苦极多的事情，但失败的例子却比比皆是。然而，教育的失败要归因于谁呢？孩子本身？老师的教导？家长的溺爱？还是社会环境的压力？

既然我们无法选择生存的时代背景，我们就要寻找一种最适合、最贴切、最恰当的教育方式，而幼儿时期的教育不单单是老师的义务，更是家长们不可推脱的责任，毕竟陪伴孩子时间最长、机会最多的，是孩子的父母！

我们希望将自己多年来积累的经验，在工作中说话的方法以及宝宝可能会出现的问题，以最简单直接的语言编辑成册。从宝宝入园前的准备；入园初期会遇到的问题；随着宝宝在幼儿园的生活而可能会产生的困惑……我们会一一阐述。书中提到的问题、现象是宝宝、家长都可能面临的事情，每个孩子都有个体差异，家长可以根据自己宝宝的实际表现，寻找相应的对策。

为了让家长对书中内容能更加一目了然，我们规避了过于专业的理论阐述与心理分析，把最具体、最直接的方法介绍给家长，希望这些具有普遍性与代表性的问题能帮助到家长。

如果您读到了这本书，首先要感谢您已经成为一位愿意为宝宝付出辛苦与爱的家长！教育孩子是个漫长的过程，您会在艰辛中体会到与孩子共同成长的快乐！有您这样的家长，您的宝贝一定会拥有幸福快乐的童年！

石启香　徐蕾

目录

前言 003

CHAPTER 01 入园前需要做的心理准备 015

1 入园前，宝宝是否要熟悉一下幼儿园的环境？ 016
2 担心宝宝在幼儿园有陌生感、没有朋友怎么办？ 016
3 怎样帮助宝宝在入园前结交到好朋友？ 017
4 如何培养孩子规则意识？ 017
5 为什么要让宝宝减少对父母、家人的依赖？ 018
6 家长有必要和宝宝一起参加幼儿园的亲子活动吗？ 019
7 宝宝入园前，爸爸妈妈的心理准备重要吗？ 019

CHAPTER 02 入园前需要做的经验准备 023

8 怎样让宝宝学会自己吃饭喝水？ 024
9 怎样让宝宝学会自己大小便？ 025
10 怎样帮助宝宝养成午睡习惯？ 027
11 怎样教宝宝学会自己穿脱衣服和鞋子？ 028
12 如何培养宝宝的盥洗习惯？ 030
13 家长怎样让宝宝轻松愉快地了解幼儿园？ 031
14 入园前如何锻炼宝宝的语言表达能力？ 035
15 入园前如何培养宝宝的交际能力？ 036
16 运动能力的准备有哪些？ 037

CONTENTS

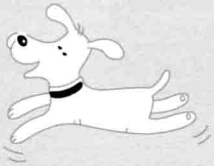
CHAPTER
03 入园前需要做的物质准备 041

17 孩子的物品需要准备哪些？ 042
18 家长需要准备孩子入园资料吗？ 046
19 入园报到时要做什么？ 050

CHAPTER
04 初入园时会出现的问题 053

20 宝宝为什么会出现分离焦虑？ 054
21 为什么宝宝的分离焦虑表现不同？ 055
22 宝宝哭闹不进班怎么办？ 057
23 宝宝在幼儿园不吃饭怎么办？ 059
24 宝宝上了幼儿园还想用奶瓶，行吗？ 060
25 宝宝不喝水怎么办？ 060
26 宝宝为什么总尿裤子？ 062
27 宝宝不睡觉怎么办？ 063
28 宝宝不在幼儿园大便怎么办？ 065
29 为什么宝宝衣服的领口和袖子总湿？ 066
30 幼儿园的小朋友为什么不喜欢我的宝宝？ 066
31 宝宝回家还用再进餐吗？ 068
32 宝宝把幼儿园的玩具拿回家怎么办？ 069
33 宝宝上幼儿园赖床不起怎么办？ 071
34 宝宝入园后为什么越来越黏人？ 072

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com



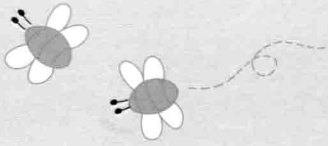
35 宝宝上幼儿园后，为什么爱发脾气了呢？ 074
36 宝宝生病后为什么不爱上幼儿园？ 075
37 宝宝在幼儿园磕碰了怎么办？ 076
38 教育宝宝时家长意见一定要统一吗？ 078
39 过多的奖励对宝宝有益吗？ 079
40 宝宝不喜欢幼儿园老师怎么办？ 080

CHAPTER 05 入园一个月后会出现的问题 083

41 宝宝分离焦虑为什么会反复？ 084
42 为什么宝宝入园后晚上会做噩梦？ 087
43 如何培养宝宝的自理能力？ 090
44 宝宝在幼儿园为什么爱打人？ 091
45 宝宝在幼儿园受欺负了怎么办？ 095
46 宝宝在幼儿园不敢表达需求怎么办？ 096
47 宝宝在幼儿园受到批评怎么办？ 098
48 宝宝吃不饱饭怎么办？ 099
49 为什么宝宝会产生逆反心理？ 100
50 宝宝怎么开始啃指甲了？ 102

CHAPTER 06 解决宝宝分离焦虑的好办法 107

51 家长该如何和宝宝说再见？ 108



52 恋物的孩子可以把物品带到幼儿园吗？ 108
53 接孩子回家时，给予宝宝拥抱和微笑重要吗？ 109
54 为什么不要在接宝宝回家时给宝宝喝甜饮料？ 110
55 接宝宝回家时，宜带零食吗？ 111
56 家长何时向老师了解宝宝在园的表现比较合适？ 111
57 为什么要求家长要信赖并积极配合老师的工作？ 112
58 家长刨根问底能不能让宝宝“交代”幼儿园的生活？ 113
59 怎样沟通才能和宝宝一起分享幼儿园的快乐？ 114
60 为什么不要过于迁就、放纵宝宝？ 115
61 宝宝被"送进"幼儿园，家长需要补偿宝宝吗？ 116
62 为什么要坚持天天送宝宝上幼儿园？ 117
63 家长如何面对老师的"偏心"？ 117
64 宝宝在幼儿园取得进步时，家长应怎样做？ 119

CHAPTER 07 难入园的宝宝，要提前打好预防针 121

65 如何让包办过多型的宝宝适应幼儿园？ 122
66 如何让溺爱型的宝宝较快适应幼儿园？ 123
67 较封闭家庭的宝宝不适应幼儿园，该怎么办？ 123
68 宝宝对幼儿园印象理想化或恐惧化怎么办？ 125

CONTENTS

CHAPTER
08 适应入园生活后会出现的问题 127

69 宝宝为什么会有“假期综合症”？ 128
70 宝宝不和小朋友一起游戏怎么办？ 129
71 怎样用科学的方法帮助学习能力弱的宝宝？ 131
72 如何让宝宝和小朋友们分享？ 132
73 如何正确培养宝宝的倾听习惯？ 134
74 宝宝为何变得越来越“霸道”？ 137
75 宝宝为什么不让说“不”？ 139
76 宝宝为什么越来越不听话？ 141

CHAPTER
09 让家长也疑惑的幼儿园“怪”规矩 145

77 为什么不能穿小饰物太多的衣服？ 146
78 上幼儿园女孩子能不能穿裙子？ 146
79 为什么不要穿系鞋带的鞋？ 147
80 为什么不要穿太紧的衣裤？ 148
81 为什么不要随便带小零食去幼儿园？ 149
82 为什么不能随便带玩具到幼儿园？ 150
83 为什么一定要参加幼儿园的新生家长会？ 151

CHAPTER
10 做好家园之间的配合 153

84 老师为何总是“报喜不报忧”？ 154

CONTENTS

85 宝宝真的会“撒谎”吗？ 156
86 为什么宝宝生病后不能马上去幼儿园？ 159
87 宝宝入园后为什么会形成一些不良习惯？ 160
88 为什么宝宝对老师的话“言听计从”？ 161
89 家长应以怎样的心态参加幼儿园半日开放活动？ 163

CHAPTER 11 怎样让宝宝适应幼儿园的冬日生活 167

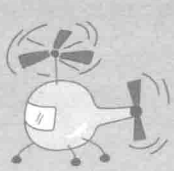
90 冬天天气太冷，不送宝宝去幼儿园可以吗？ 168
91 冬天玩户外大型器械玩具时应注意什么？ 168
92 幼儿园冬季取暖安全防护需要注意哪些？ 169
93 冬天，接送宝宝到幼儿园途中要注意什么？ 170
94 宝宝感冒了，家长需要怎样做？ 170
95 宝宝一到幼儿园就生病，家长要如何做？ 171
96 饭凉了，还要不要让宝宝吃完？ 171
97 冬季，宝宝食欲不振不想吃饭怎么办？ 172
98 宝宝需要准备几套冬季服装？该怎样搭配更合适？ 173
99 宝宝上幼儿园前总是说“肚子疼”，家长应怎样做？ 174

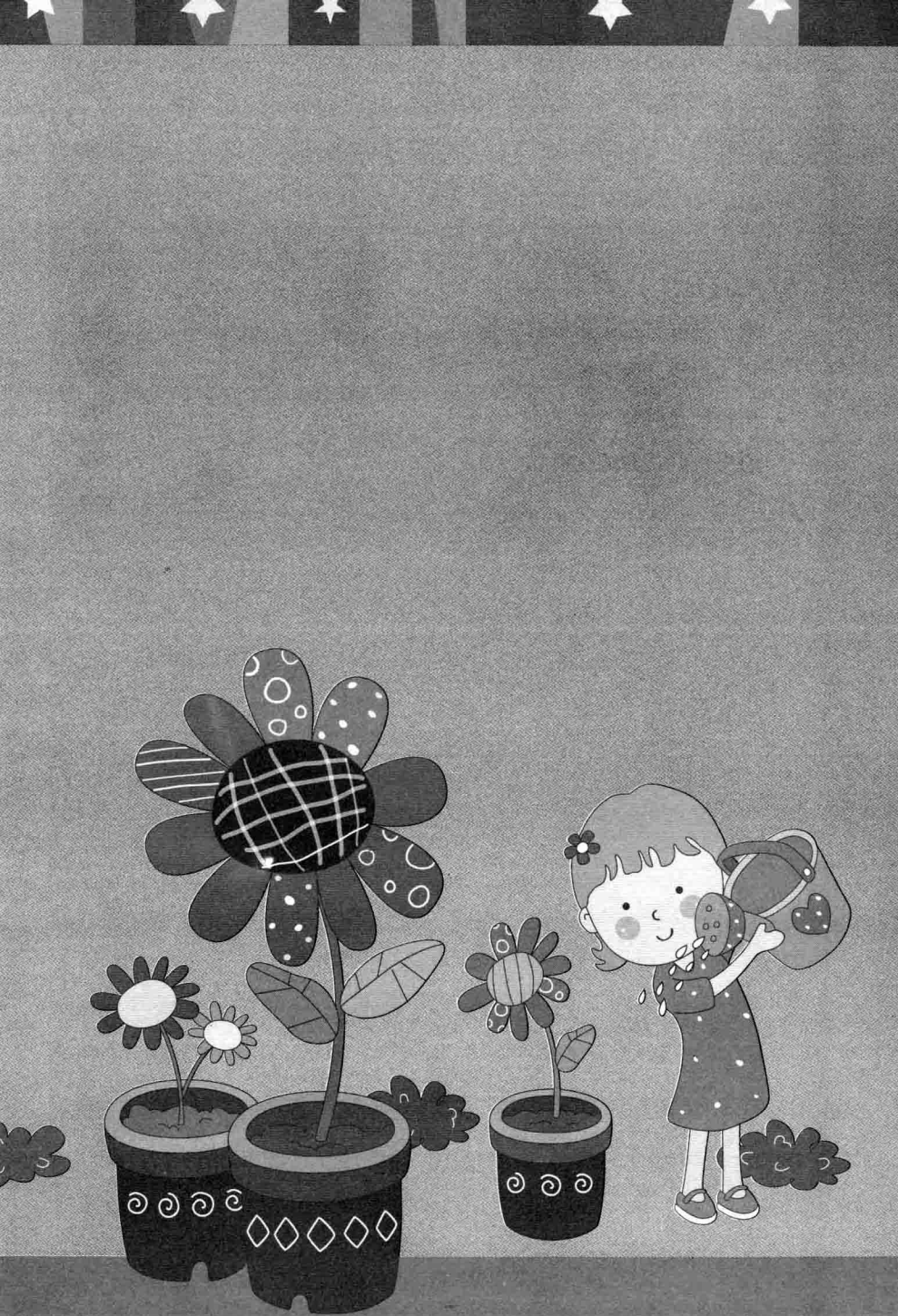
CHAPTER 12 如何对待和照顾生病的宝宝 177

100 家长如何照顾患急性病症的宝宝？ 178
101 家长如何照顾患慢性病的宝宝？ 180
102 家长面对紧急状况如何处理？ 181

家长经验分享 183
爱，是解决入园焦虑的秘籍 183
招人喜爱，便无焦虑 187
坚持就是胜利 192
心态良好，方能化解焦虑 196
后记 199

CONTENTS





此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com