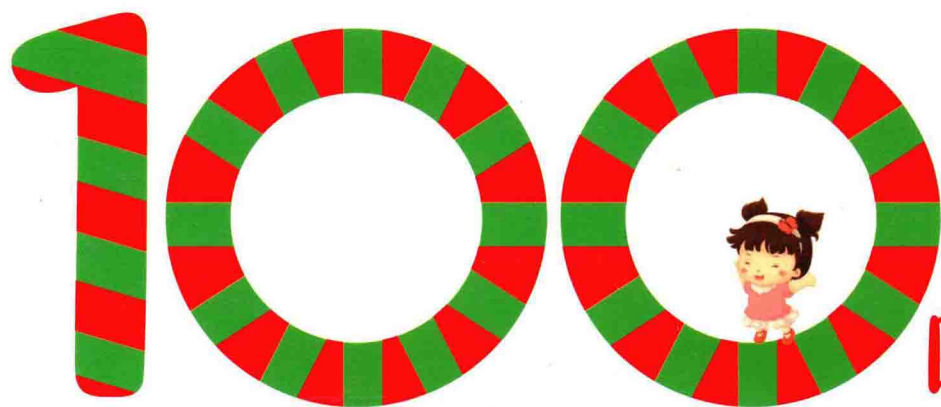


根据国家最新颁布的《全国家庭教育指导大纲》《3~6岁儿童学习与发展指南》编写

宝宝

# 入园准备



图



北京理工大学出版社  
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

# 宝宝入园准备

100

图



主 编：陈长海



版权专有 侵权必究

---

## 图书在版编目 (CIP) 数据

宝宝入园准备 100 图. 心理篇 / 陈长海主编. — 北京 : 北京理工大学出版社, 2015. 2  
ISBN 978-7-5640-9907-7

I. ①宝… II. ①陈… III. ①学前教育—教学参考资料 IV. ①G613

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 249638 号

---



---

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

82562903 (教材售后服务热线)

68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 天津海顺印业包装有限公司

开 本 / 889 毫米 × 1194 毫米 1/20

印 张 / 1.6

字 数 / 40 千字

版 次 / 2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月第 1 次印刷

定 价 / 12.80 元

责任编辑 / 梁铜华

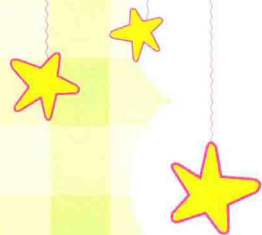
文案编辑 / 梁铜华

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 边心超



# 目录



## 入园我自信

- 1 ➡ 我长大了
- 2 ➡ 宝宝的小手真能干
- 3 ➡ 我的东西我认识
- 4 ➡ 我是手工小达人
- 5 ➡ 爸爸妈妈很爱我
- 6 ➡ 每天有人来接我



## 在幼儿园里

- 7 ➡ 幼儿园里都有谁?
- 8 ➡ 幼儿园像我家
- 9 ➡ 幼儿园里玩具多
- 10 ➡ 幼儿园里朋友多
- 11 ➡ 老师像妈妈
- 12 ➡ 老师本领大
- 13 ➡ 幼儿园里饭菜香
- 14 ➡ 香甜的午睡
- 15 ➡ 我喜欢和小朋友玩
- 16 ➡ 唱歌跳舞真快乐
- 17 ➡ 开心上幼儿园
- 18 ➡ 开心学本领
- 19 ➡ 愉快的一天
- 20 ➡ 我也想上幼儿园



## 有事我不慌

- 21 ➡ 想妈妈了, 怎么办?
- 22 ➡ 玩具坏了, 怎么办?
- 23 ➡ 受伤了, 怎么办?
- 24 ➡ 尿裤子了, 怎么办?



## 乖宝宝守规则

- 25 ➡ 我会等待
- 26 ➡ 轮流玩
- 27 ➡ 小椅子排排坐
- 28 ➡ 爱护图书
- 29 ➡ 送玩具回家
- 30 ➡ 垃圾放进垃圾桶

## 我长大了

引导宝宝意识到自己长大了，到了上幼儿园的年龄，让宝宝为入园做好心理准备。

目标

西西和妈妈在看家庭相册。西西指着相片里的宝宝疑惑地问妈妈：“这是谁呀？”妈妈说：“是西西呀！宝贝现在长大啦！”小朋友，你认识小时候的自己吗？

## 我长大了

小小娃娃长大啦，  
个子高高胆儿大，  
爸妈上班我听话，  
懂事能干大家夸。



如何引导宝宝意识到自己长大了？

## 专家建议

家长可以引导宝宝看看小时候的照片，试试他小时候的衣服，让宝宝从对比中感觉到自己长大了，可以去幼儿园学本领了；家长还可以请宝宝帮助爸爸妈妈做一些小事情，并及时夸奖，让宝宝意识到自己能够帮助爸爸妈妈了，是个很棒的孩子了。

通过让宝宝自己完成一些力所能及的事情，增强宝宝的自信，避免入园后，面对需要自己动手做的事情时，产生不安情绪。

目标

# 宝宝的小手真能干

齐齐要上幼儿园了，现在他的小手可能干啦！瞧，他不仅会做自己的事情，还会帮妈妈干活呢！小朋友，你会做哪些事情呢？

## 能干的小手

我的小手真能干，  
会穿衣，会吃饭，  
画完图画折纸玩，  
再帮妈妈把活干。



如何给宝宝创造更多自己做事情的机会？

### 专家建议

入园前，当宝宝已经具备了一定的生活自理能力时，家长便要有意识地放手，让宝宝独自去承担一些事情（或责任）。在这个过程中，宝宝会对自己的能力形成认识，渐渐地就会对完成某件事情具有自信。此外，这个过程中，家长及时而恰当的夸赞和鼓励，也是培养宝宝自信的重要方面。

帮助宝宝认识自己的物品，避免入园后宝宝因为找不到自己的物品而焦虑。

目标

# 我的东西我认识

妮妮要上幼儿园了，妈妈正在教她认识自己的物品。小朋友，你认识桌上的这些物品吗？说出它们的名字吧！

## 小标记

入园物品要带齐，  
水杯手帕小鞋子，  
样样都有小标记，  
我的东西我认识。



如何帮助宝宝认识自己的东西？

### 专家建议

入园前，家长可以有意锻炼宝宝，让宝宝找一找自己的常用物品（如毛巾、水杯、衣服、鞋子），并且在找到后说出它们是什么。为了避免入园后宝宝因所携带的物品和其他小朋友的相似而分辨不出来，可以提前在宝宝的物品上缝上小标记（如心形、小花或宝宝喜欢的卡通形象等），训练宝宝通过辨识小标记来找寻自己的物品。

引导宝宝动手实践，能听懂简单的步骤，在操作中发现自己的小本领，从而更加自信。

目标

# 我是手工小达人

皮皮很喜欢做手工，常常和妈妈一起折纸、剪纸，还会用废旧的纸盒做小玩具，大家都夸皮皮很棒。小朋友，你也快来试试，做个手工小达人吧！

## 手工小达人

做辆汽车送爸爸，  
做朵鲜花送妈妈。  
我是手工小达人，  
心灵手巧人人夸。



2~3岁的宝宝适合做哪些游戏？

### 专家建议

家长可以经常和孩子做一些手工，或者是玩一些操作性比较强的玩具，如：串珠、翻绳、拼搭等游戏。幼儿在提升动手操作能力的同时，其手与眼的协调能力也会得到充分的发展。还可以让幼儿在游戏中体验动手操作的快乐，培养孩子喜欢探索、喜欢动脑筋的好习惯。

让宝宝知道虽然爸爸妈妈把宝宝送到了幼儿园，但他们依然很爱他，帮助宝宝积极地面对上幼儿园这件事。

目标

# 爸爸妈妈很爱我

西西的爸爸妈妈很爱她，他们经常亲亲西西，表达他们的爱。你的爸爸妈妈也经常亲你吗？

## 亲亲我

爸爸妈妈亲亲我，  
爸爸妈妈抱抱我。  
亲亲我，抱抱我，  
爸爸妈妈最爱我。



如何避免宝宝初入园时产生爸爸妈妈不爱他的想法？

### 专家建议

在入园前，父母要努力和宝宝建立良好的亲子关系，多听宝宝说话，多陪宝宝玩游戏，和宝宝一起读一些情感启蒙类绘本，引导宝宝相信爸爸妈妈的爱会永远陪伴他。入园初期，宝宝从幼儿园回家后，父母要给予他更多的关注，认真倾听宝宝讲幼儿园里发生的事情，让宝宝感受到爸爸妈妈对他的关爱。

让宝宝知道每天幼儿园放学的时候家长都会来接自己回家，帮助宝宝建立安全感。

目标

# 每天有人来接我

幼儿园放学了，小朋友的家长都来接他们回家。妮妮的妈妈也很早就来了。妮妮同小朋友和老师告别，然后便向妈妈跑去。今天，妮妮和妈妈都穿着蓝色的衣服，请你找一找妮妮的妈妈在哪里吧。

## 妈妈来接我

幼儿园，大门开，  
妈妈门外在等待，  
宝宝开心跑过来，  
一起回家乐开怀。



入园初期，宝宝总盼着家长来接，不能安心学习和玩耍，怎么办？

### 专家建议

临入园时，家长可以告诉宝宝，上了幼儿园后，爸爸妈妈每天会按时去接宝宝回家。宝宝入园阶段，家长去接时，一定不要迟到，不然会阻碍宝宝信任感的建立。同时要引导宝宝放学礼貌地与老师、小朋友告别，把在幼儿园里发生的事情讲给爸爸妈妈听。

# 幼儿园里都有谁？

帮助宝宝了解幼儿园里有哪些工作人员，他们有什么本领和特点，从而使宝宝对幼儿园产生亲近感。

目标

小朋友，请你和妈妈一起来认一认，画面中都有谁？他们分别在干什么？有一个听故事的小朋友穿着蓝色的上衣，你发现了吗？请你用笔圈出来。



保健医

老师



保育员

## 幼儿园的人真棒

老师会把故事讲，  
厨师做的饭菜香，  
医生治病本领强，  
保育人员很慈祥，  
幼儿园的人真棒。



厨

如何帮助宝宝了解幼儿园里的工作人员？

### 专家建议

家长可以把幼儿园里担任不同工作的老师的特点编成有趣的故事，讲给宝宝听，让宝宝在轻松有趣的氛围中了解幼儿园里都有谁。若有机会带宝宝去幼儿园参观，看到相应的老师，家长可以引导宝宝回忆听过的关于老师的故事，让宝宝进一步了解这位老师。

让宝宝知道幼儿园很温馨，就像家里一样，消除宝宝对幼儿园的陌生感。

目标

# 幼儿园像我家

皮皮今天上幼儿园了，请你看看大家是怎么欢迎他的吧。瞧！老师不但为小朋友们准备了好玩的玩具和好看的图书，还布置了漂亮的“娃娃家”（过家家的地方）。



## 幼儿园像我家

幼儿园，像我家，  
老师爱我像妈妈。  
小朋友陪我玩耍，  
温馨快乐我爱它。



如何帮助宝宝消除对幼儿园的陌生感？

### 专家建议

入园前，家长可以找机会带宝宝去参观一下幼儿园，感受幼儿园温馨的氛围和小朋友之间友爱的情感。当条件允许时，还可以让宝宝在幼儿园的游乐区玩一会儿，帮助宝宝消除对幼儿园的陌生感。

让宝宝了解去幼儿园可以玩很多玩具，认识到上幼儿园是件有趣的事，从而向往上幼儿园。

目标

# 幼儿园里玩具多

小朋友快看看，幼儿园里有好多玩具啊！请你给妈妈讲一讲都有哪些玩具，再帮齐齐找出他想玩的皮球，用红色的笔圈出来吧。

## 幼儿园玩具多

幼儿园，玩具多，  
大滑梯，小木马，  
大家一起来玩耍，  
别忘好好爱护它。



宝宝不爱护玩具怎么办？

### 专家建议

当家长给宝宝买回一件玩具时，可以先向宝宝介绍玩具的玩法（家长要做示范，让宝宝看明白）和应注意的事项，引导宝宝用正确、安全的方法玩玩具，知道玩具要轻拿轻放，好好爱护。当宝宝做得好时，家长要及时给予表扬，鼓励宝宝坚持这种好习惯。

让宝宝知道幼儿园里会有很多小朋友和他一起学习、玩游戏，激发宝宝对幼儿园的兴趣。

目标

# 幼儿园里朋友多

瞧，幼儿园里有好多小朋友啊！请你快给妈妈讲一讲小朋友们都在做什么吧。你想加入他们吗？

## 幼儿园里朋友多

幼儿园，我喜欢，  
这里好多小伙伴。  
一起学习一起玩，  
快乐成长不孤单。

宝宝不爱和别的小朋友玩，怎么办？

### 专家建议

2~3岁是宝宝自我意识形成的重要时期，这个年纪的宝宝容易沉溺于自己的世界，出现不喜欢和其他小朋友玩的现象。作为家长，首先不能强求，可以先陪宝宝一起观察其他小朋友们玩耍，然后适时给予引导和鼓励，帮助宝宝慢慢地融入其他小朋友的游戏中。

引导宝宝了解幼儿园老师会像妈妈一样爱宝宝，从而使宝宝愿意亲近老师。

目标

# 老师像妈妈

西西可喜欢去幼儿园啦，因为去幼儿园就可以见到她喜欢的老师。老师会给她梳头、哄她睡觉、陪她玩耍，像妈妈一样爱她。你喜欢这样的幼儿园老师吗？



## 老师像妈妈

老师爱我像妈妈，  
耐心给我梳头发，  
哄我睡觉陪我玩，  
老师老师辛苦啦！



如何帮助宝宝了解老师并喜欢和老师在一起？

### 专家建议

家长要经常给宝宝讲讲老师的角色和工作内容，让宝宝知道，老师除了会教宝宝很多本领，还会像妈妈一样爱宝宝，照顾宝宝。家长还可以和宝宝玩“老师和学生”的角色游戏，家长来扮演老师，让宝宝切实体会到“老师会像妈妈一样爱我”，从而在心理上亲近老师。



让宝宝了解老师本领很大，而且会很耐心地把本领教给他，激起宝宝对老师的喜爱和尊敬之情。

目标

# 老师本领大

小朋友快来看一看，下面每一幅图中老师在做什么呢？你觉得老师的本领大吗？如果你认为老师的本领大，就送给老师一张大拇指贴纸吧！



## 老师本领大

老师会画画，  
唱歌也不差，  
耐心教宝宝，  
我们都爱她。



怎样帮助宝宝了解和信任老师？



### 专家建议

入园前，宝宝会变得较敏感，情绪波动比较大，会因为心理焦虑对上幼儿园产生抵触心理。所以，家长首先要相信老师，切忌在言行中有意无意流露出对宝宝上幼儿园的不放心。此外，家长要多带宝宝到附近的幼儿园看看，让宝宝知道幼儿园的老师很慈爱，会很多爸爸妈妈不会的本领，让宝宝信任和喜欢老师。

引导宝宝了解幼儿园的饭菜很香，而且许多小朋友一起吃饭很快乐，增加宝宝对幼儿园的亲近感。

目标

# 幼儿园里饭菜香

幼儿园的午饭时间到啦，老师为小朋友们准备了香喷喷的饭菜。瞧，他们吃得多认真、多开心啊！可是有一个宝宝的做法很不好，你发现他了吗？



## 幼儿园里饭菜香

幼儿园里饭菜香，  
有菜有肉真营养。  
宝宝吃饭不挑食，  
营养全面身体棒。

如何培养宝宝良好的进食习惯？

### 专家建议

家中每天吃饭的时间要固定，饭前不要让宝宝吃零食，并且尽量让宝宝和大人同桌进餐。吃饭时要专注，不要同时进行其他活动，也不要任由宝宝拖延吃饭的时间。家长不要在宝宝面前表现出不喜欢某种食物，同时尽量引导宝宝自己吃饭，不要喂，做到少盛多添，不剩饭菜。

此为试读，需要完整PDF请访问：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)