



宝宝入园

陪孩子度过入园关键期



余伟 唐辉◎著

快乐
入园

资深幼教专家
北京知名幼儿园特聘教育顾问

全面解读家长关心的宝宝入园焦点难题
深入3~6岁宝宝内心世界，用爱陪宝宝顺利度过入园关键期



中国妇女出版社



宝宝入园

陪孩子度过入园关键期

余伟 唐辉◎著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

宝宝入园：陪孩子度过入园关键期 / 余伟, 唐辉著

—北京：中国妇女出版社, 2016.8

ISBN 978-7-5127-1309-3

I. ①宝… II. ①余… ②唐… 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(2016)第127596号

宝宝入园：陪孩子度过入园关键期

作 者：余 伟 唐 辉 著

责任编辑：陈经慧

封面设计：尚世视觉

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：17

字 数：180千字

版 次：2016年8月第1版

印 次：2016年8月第1次

书 号：ISBN 978-7-5127-1309-3

定 价：35.00元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

目录

Contents

第1章

家长要了解孩子的心理

- | | | |
|----|--------------------|----|
| 01 | 3~4岁儿童的敏感期 | 2 |
| 02 | 3~4岁孩子的年龄特点和家庭教养策略 | 7 |
| 03 | 4~5岁儿童的敏感期 | 10 |
| 04 | 4~5岁孩子的年龄特点和家庭教养策略 | 13 |
| 05 | 5~7岁儿童的敏感期 | 18 |
| 06 | 5~6岁孩子的年龄特点和家庭教养策略 | 21 |

第2章

入园准备

- | | | |
|----|--------------------|----|
| 01 | 要不要上亲子班或早教班 | 30 |
| 02 | 选择幼儿园关键看什么 | 32 |
| 03 | 公立园、私立园、贵族园、特色园怎么选 | 35 |
| 04 | 日托、全托怎么选择 | 38 |
| 05 | 孩子一直被喂饭，到了幼儿园怎么办 | 40 |
| 06 | 入园前如何训练孩子独立如厕 | 42 |

07	入园前如何调整孩子的作息时间	45
08	要不要告诉老师孩子的病史或过敏史	48
09	孩子入园需要准备哪些物品	50
10	入园前，教会孩子做自我介绍	52

第3章

入园适应

01	孩子有分离焦虑怎么办	56
02	孩子为什么会产生入园焦虑	59
03	如何缩短孩子的入园不适期	62
04	孩子多长时间可以适应幼儿园	65
05	胆小害羞的孩子怎么适应幼儿园	68
06	入园的时候孩子哭闹，家长该怎么做	71
07	孩子入园不适应，暂停上幼儿园好吗	73
08	节后如何帮助孩子“回归”幼儿园	75
09	为什么孩子上幼儿园后容易生病	77
10	允许孩子有依恋物吗	80

第4章

良好生活习惯的培养

01	孩子在园里不好好吃饭怎么办？吃不饱怎么办	84
02	怎么控制孩子吃零食	87
03	孩子挑食、偏食怎么办	90
04	孩子在幼儿园不肯午睡怎么办	92

05	孩子入园后晚上睡觉总哭闹怎么办	95
06	孩子早上赖床怎么办	97
07	为什么孩子在幼儿园小便次数多，在家却正常	99
08	为什么孩子不愿意在幼儿园大便	102
09	孩子每天喝多少水合适	104
10	孩子不爱喝水，只喝饮料果汁怎么办	106
11	如何让孩子养成良好的运动习惯	108
12	孩子爱吮吸手指要不要纠正	110
13	孩子玩完玩具不收拾怎么办	113
14	孩子不讲卫生怎么办	115
15	3~6岁孩子可以独立完成哪些事情	118

第5章

孩子的兴趣班

01	为什么孩子的兴趣总是在变	122
02	为什么对兴趣过度强化效果会适得其反	125
03	家庭生活中家长怎么引导孩子的兴趣	127
04	兴趣班报得越多越好吗	130
05	有兴趣就一定要报兴趣班吗	133
06	参加各种兴趣班的最佳启蒙年龄	135
07	孩子学钢琴会变得更聪明吗	138
08	上幼儿园的孩子适合学习声乐吗	140
09	孩子画画家长需要教吗？怎么教才对	142
10	报了兴趣班之后孩子想放弃，要不要逼孩子坚持	144

第6章 家园共育

- | | | |
|----|---------------------|-----|
| 01 | 问什么孩子都不说怎么办 | 148 |
| 02 | 怎样让孩子喜欢上老师 | 151 |
| 03 | 孩子被老师批评后不愿意上幼儿园了怎么办 | 153 |
| 04 | 孩子在家里与在幼儿园表现不一致怎么办 | 156 |
| 05 | 老师总爱向家长告状怎么办 | 158 |
| 06 | 怎样与老师沟通孩子的情况 | 160 |
| 07 | 幼儿园的规矩和家规冲突时家长怎么做 | 163 |
| 08 | 孩子由老人和保姆接送应注意哪些问题 | 165 |
| 09 | 家长对老师的理念或做法产生了质疑怎么办 | 168 |
| 10 | 老师体罚孩子了怎么办 | 171 |
| 11 | 孩子在幼儿园意外受伤了怎么办 | 173 |
| 12 | 为什么家庭教养中爸爸的教育不可或缺 | 175 |
| 13 | 适合爸爸陪孩子玩的亲子游戏有哪些 | 177 |
| 14 | 为什么父母关系会影响孩子的安全感 | 181 |
| 15 | 离异家庭的父母如何与孩子建立亲密连接 | 183 |
| 16 | 为什么家长要避免对孩子过度保护 | 185 |
| 17 | 不要把带孩子的事情全交给老人 | 188 |

第7章 幼儿园孩子的常见问题

- | | | |
|----|----------------|-----|
| 01 | 孩子之间为什么容易发生冲突 | 192 |
| 02 | 孩子喜欢欺负其他小朋友怎么办 | 194 |

03	孩子受欺负后总是忍耐不反击怎么办	198
04	孩子交了“坏朋友”怎么办	201
05	孩子在幼儿园不合群，不和大家一起玩游戏怎么办	203
06	孩子一切都“谦让”对吗	206
07	孩子“小气”不愿意分享怎么办	209
08	孩子爱咬人怎么办	211
09	孩子任性怎么办	214
10	刚入园的孩子出现脾气暴躁、性情大变怎么办	218
11	怎样才能让哭闹的孩子平静下来	221
12	孩子喜欢嫉妒别的小朋友怎么办	224
13	有礼貌是孩子人际交往的第一步	227
14	孩子争强好胜、处处想得第一怎么办	229
15	孩子爱黏人是怎么回事	232
16	孩子总是说反话怎么办	235
17	孩子总是说脏话怎么办	238
18	怎么教孩子学会等待	240
19	孩子为什么会说谎	243
20	孩子偷东西怎么办	246
21	如何教会孩子保护自己的隐私部位	248
22	如何教孩子认识自己的性别	251
23	如何跟孩子谈论死亡	254
24	孩子用贿赂别人的方法博取友谊或好处怎么办	256
25	孩子在幼儿园没有好朋友怎么办	259
26	为什么孩子喜欢捡垃圾	262

第1章 家长要了解孩子 的心理

3~4岁儿童的敏感期

4~5岁儿童的敏感期

5~7岁儿童的敏感期

01

3~4岁儿童的敏感期

简单来讲，敏感期指的是孩子在某个阶段，对于某方面的发展和表现特别敏感，这也是帮助孩子在这方面成长的关键期。所以，家长在孩子某方面的敏感期来临的时候，一定要好好抓住，这将对孩子的成长大有好处。

自我意识的敏感期：1岁6个月~3岁

特点：区分我的和你的、我和你的界限。

主要表现：从开始说“我的”到说“不”，从开始打人、咬人，再到模仿他人，渐渐地孩子有了自我意识，这时的孩子出现得最多的现象是划分我的，以便清除你的，同时通过说“不”体会自我意志的感觉，了解到“我说了算”是最重要的。如果发生不符合他意愿的事情就会大哭大闹，孩子的表现是完全以自我为中心，出现的年龄为2~3岁。

建议

当孩子打人或咬人的时候，我们只需制止孩子的行为。对孩子来说，“打死你”只是排除的意思。不要去谴责，也不要去做教，因为那和粗野的行为是不同的，我们就让孩子在不违反规则的情况下使用他的自我吧。（注意事项：不要和孩子较劲，这是一个孩子形成自我的过程。）

自我意识是所有敏感期中最重要的一个敏感期，因为孩子将来要成为什么样的人，孩子的未来是不是很强大，是否具备强大的能力，首先就来自自我意识形成的敏感期。所以保护这个自我意识形成的敏感期，就等于保证了孩子未来人格的强大、人格的和谐和未来在社会上立足的能力。

对细微事物感兴趣的敏感期：1岁半~4岁

特点：忙碌的大人常会忽略周围环境中的微小事物，但是孩子却常能捕捉到个中的奥秘。他常常会做出一些大人不理解的细小动作，比如捏起一片掉落的叶子不停地往花盆里插，或是摆弄着花手绢怎么看也不烦，大人不明白的孩子却能从中看到更多的奥秘。

建议：此时期正是我们培养孩子观察事物的好时机，带着疑问和想法去认知世界，再好不过。

社会规范敏感期：2岁半~4岁

特点：开始喜欢结交朋友，喜欢参与群体活动，这就说明孩子进入了社会规范的敏感期。社会规范敏感期的教养有助于孩子学会遵守社会规则、生活规范，以及日常礼节。抓住时机教养，有利于将来遵守社会规范，拥有自律的生活，能够和他人轻松交往。

建议：和更多的孩子接触。一般3岁左右的孩子，家长就可以为他做入园准备了，幼儿园可以提供良好的交友环境。

空间的敏感期：3~4岁

特点：喜欢垒高高、钻箱子等。

建议：可以多提供类似的玩具，同时可以借这个机会学习各种几何图形，对日后学习几何学奠定兴趣基础。

色彩敏感期：3~4岁

特点：开始对色彩产生感觉和认识，开始在生活中不断寻找不同的色

彩。人类认知的发展正是从感觉训练开始的。

建议：给孩子提供多彩的颜料及相关书籍，如绘本《小黄和小蓝》，为培养绘画兴趣奠定基础。

逻辑思维敏感期：3~4岁

特点：不断追问“为什么？”“天为什么黑了？”“为什么会下雨？”“小朋友为什么要上幼儿园？”等。这些问题总是让家长感到应接不暇，可是孩子却不管不顾地打破砂锅问到底。当我们一次又一次地给孩子解答时，孩子开始出现了逻辑思维。孩子正是通过这样一问一答，在认识客观世界的同时也发展了思维能力。

建议：保护好孩子这份珍贵的好奇心，如果家长无法回答的问题，可以和孩子一起学习。这时家里有一套百科全书是非常重要的，它会让认知的速度事半功倍。

剪、贴、涂等动手敏感期：3~4岁

特点：孩子从这时开始真正有意识地使用工具，这又是大多数孩子建构专注品格的最好机会。无论在教室里还是家里，只要有足够的材料，孩子非常乐意选择剪、贴、涂等工作。从身体发展的角度来看，这也是孩子训练小手肌肉和手眼协调的一项重要工作。

建议：家长要做的，就是给孩子提供所需的材料，并尽量不要打扰专心工作的孩子。

藏、占有敏感期：3~4岁

特点：开始强烈地感受占有、支配自己所属物带来的快乐。孩子只有在完全地拥有物质并可以自由支配时，才可能去探索物质背后的精神，才可能超越于对物质的占有。而当这些物品的所有权完全属于孩子自己时，交换就开始了。与此同时，也就拉开了人际交往的序幕。

建议：给孩子提供一个独立的空间，比如一个属于孩子自己的房间或者区域，在你进入他的房间或者区域时，一定要征得孩子的同意，尊重孩子的意愿。

执拗的敏感期：3~4岁

同自我意识的敏感期一样，这个敏感期对家长来说也是一种挑战！

特点：3~4岁的孩子进入执拗的敏感期，有些孩子在快3岁就提前进入这一敏感期。表现为事事得依他的想法和意图去办，否则情绪就会产生剧烈变化，如发脾气、哭、闹等。这时家长和老师要给孩子足够的耐心和关照，也要学会一些安抚的技巧。

儿童执拗的敏感期，可能来源于秩序感。在建构秩序感这一特殊品质时，儿童的过分需求常常被认为是“任性”和“胡闹”，但我们觉得，用“执拗”这一概念来形容可能更准确一些。儿童在这一时期常常难以变通，有时会达到难以理喻的地步。我们并不知道它的真正原因，但我们确切知道，儿童的心理活动一定是有秩序的，当他没有超越这种秩序时，就会严格地执行它。

建议：解决儿童的执拗问题，一是要理解，二是要变通，三是要成功。

理解不是特别难，但变通需要智慧和技巧。只有变通得好，才能成功解决问题，才有随之而来的快乐。怎样掌握变通的技巧是我们一直研究的课题。要注意的是，孩子对秩序的要求起初并未达到执拗的程度，一开始他会不安、哭闹，随着自我的逐渐形成，他将这一秩序上升到意识层面，才开始变得执拗、不妥协。

追求完美的敏感期：3岁半~4岁半

特点：孩子做事情要求完美，端水时洒出一滴就很痛苦；吃的苹果上

不能有斑点；厕所白色的便盆不能有任何污渍；衣服不能少扣子，等等。接着又上升到对规则的要求：我遵守规则你也必须遵守，人人都要遵守；香蕉皮必须扔到垃圾桶里，没有垃圾桶就必须拿着；红灯亮了，即使马路上一辆车、一个人没有也不能过马路，已经过了必须退回来，退回来也不行，谁叫你这样做了！

建议：依然是尊重孩子！例如，孩子执意要吃一个完整的饼时不要在意是否会演变成浪费问题。孩子的问题不要扩大化，在什么时间只针对什么事。

诅咒的敏感期：3~5岁

特点：“臭屁股蛋”“屎屁屁”“打死你”“把你踢死”，这些听上去既不文明又有些可怕的言辞，总是出自这个年龄段孩子的嘴里。因为孩子在这时发现语言是有力量的，而最能表现力量的话语就是诅咒，而且成人反应越强烈，孩子就越喜欢说。

02

3~4岁孩子的年龄特点和家庭教养策略

3~4岁孩子年龄特点

- (1) 非常活泼好动，偶尔还会说脏话，不与人打招呼，喜欢挑战别人。
- (2) 很顽固，爱发脾气，不大理会别人的感受。
- (3) 非常健谈，心里想什么就会用嘴巴表达出来。
- (4) 好奇、好动、好模仿、喜欢被人称赞。
- (5) 十分喜欢与人亲近，喜欢社交生活，更加自信和独立。
- (6) 对4岁孩子来说，这世界上的事对他们而言大多仍是陌生的，为了了解世界，他们会不厌其烦地去探索。所以，4岁孩子非常喜欢尝试任何事，不论是锤子、剪刀、秋千或三轮车，他都可以自如地玩耍或使用。
- (7) 4岁孩子同时也有大方、自夸且喜欢吹牛的一些特点。4岁的孩子已具有整个人格的缩影，日后会陆续表现出来。
- (8) 爱干净也是4岁孩子的特征之一，这时他会对脏的东西敏感起来。
- (9) 容易出现攻击性行为（打人、抓人、咬人等）是这个年龄的普遍现象，只不过由于个体差异造成的后果不一样。

3~4岁孩子的能力发展水平

- (1) 开始学习按照指令行动，生活自理能力逐渐增强。当孩子想自

己尝试新事物的时候，应该给孩子锻炼的机会。孩子刚开始做不好是正常的，给孩子进行示范，耐心教给孩子。刚开始示范和给孩子收拾烂摊子麻烦些，不过慢慢地孩子学会了就省心了，而且使孩子的能力水平得到提升。

（2）思维存在于行动之中，边想边做，提前没有计划性，记忆以无意记忆和机械记忆为主。

（3）动作协调性增强。大动作逐步协调（保持时间不长，如双脚交替上下楼梯），小肌肉发展相对迟缓，双手协同能力有较大提高（折纸、画画等）。掌握了一些精细动作，比如自己吃饭、系扣子、自己倒水等。

（4）对自己开始有一个整体的观念，体验到整个身体，甚至会有“心”的存在。自我中心倾向明显，出现反抗现象。以自己的需要作为唯一标准，无法实现目的就以过激反应表现（哭、闹、咬人、打架、抢夺等）。

（5）3~4岁孩子的语言和游戏能力发展极为迅速，他们变得特别爱说话。

（6）对这个时期的孩子来讲，任何事物都是有生命、有灵性的，这个时期被称为魔幻期，经常会看到孩子自己一个人在喃喃自语，跟自己说话，跟积木、大树说话，任何事物都可以成为他们交谈的对象。

（7）孩子之间的话题会更多，他们会交换看电视节目的感受，并会互相夸耀。

（8）游戏是3~4岁孩子的主导活动。开始和小伙伴共同游戏。幼儿园小班上学期以认识伙伴和独自游戏为主，喜欢模仿（玩一样的玩具）、重复（讲相同的故事）。幼儿园小班下学期有了共同游戏的意识，开始学习分享玩具，在游戏中出现管闲事，告状、提问、摆弄物件等行为。

（9）开始学习性别的区分。孩子往往把与自己同性别的家长为榜样，求得同样的行为和感受。

（10）很喜欢结识伙伴。孩子的知识、想象力和各种社会能力都能得到较充分的发展。

(11) 有依恋情绪，行为受情绪支配。

(12) 开始按照社会行为标准认识好坏、美丑，使道德感发展起来。

(13) 了解了游戏规则，开始学会遵守游戏规则。

家庭教养策略

(1) 父母要接受孩子这阶段的多话现象。禁止小孩说话的态度是最不应该的。

(2) 家长不妨多教给孩子一些基本的社会准则，要用夸奖来巩固孩子的利他行为。

(3) 3~4岁的孩子仍然喜欢身体接触，所以妈妈也要尽量地利用各种机会摸摸、拍拍孩子。

(4) 避免对孩子的惩罚。成人对孩子不加理睬，孩子会觉得非常沮丧，很有挫败感，不利于孩子健康情绪的发展，家长应正确引导孩子如何引起他人关注。所以这样的惩罚手段最好不要使用。

(5) 丰富的生活内容、身体健康和良好的行为习惯的形成，有助于孩子情绪的穩定。

(6) 丰富的生活内容会让孩子产生兴趣，有探索欲望，感到快乐和满足。

(7) 良好的情绪示范、家庭和睦、家庭关系亲密，都会给孩子带来良好的情绪示范。

(8) 当孩子说粗话时，家长不要过度关注，有的孩子会为了吸引大人关注，刻意去说粗话。