

宝宝就要上幼儿园了！

这可是宝宝开始集体生活的第一步，
如何才能走好这第一步呢？

一本书，让宝宝快快乐乐上幼儿园！

帮孩子做好入园准备
就能减少孩子的分离焦虑

陪宝宝 一起上幼儿园

维宁◎编著

写给父母的100个入园建议

父母的正确的引导
就能让宝宝爱上幼儿园

北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

陪宝宝 一起上幼儿园

写给父母的100个入园建议

维宁◎编著

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

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

陪宝宝一起上幼儿园 / 维宁编著. —北京: 北京理工大学出版社, 2016. 7
ISBN 978 - 7 - 5682 - 2253 - 2

I. ①陪… II. ①维… III. ①学前儿童 - 家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第091423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)
(010) 82562903 (教材售后服务热线)
(010) 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 / 北京泽宇印刷有限公司

开 本 / 710毫米 × 1000毫米 1 / 16

印 张 / 15

字 数 / 214千字

版 次 / 2016年7月第1版 2016年7月第1次印刷

定 价 / 29.80元

责任编辑 / 杨海莲

文案编辑 / 杨海莲

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 马振武

图书出现印装质量问题, 请拨打售后服务热线, 本社负责调换

前言

孩子在家长们的呵护下长到了两三岁，转眼到了上幼儿园的年龄。送孩子去什么样的幼儿园呢？是公立幼儿园，还是民办幼儿园？是双语幼儿园，还是蒙特梭利幼儿园？是离家近的普通园，还是离家远的贵族园？是两岁半送，还是三岁送？这些问题是每个妈妈都要考虑的问题。选择好了幼儿园，孩子能快一些适应，能少一些焦虑和不安。

孩子要上幼儿园了，对于妈妈来说，不是仅仅把孩子送到幼儿园就没事了，也不是给孩子选一个托费最贵的幼儿园就是对孩子最好的。负责任的妈妈会弄清楚各个幼儿园的优势，会根据自己家的实际情况和孩子的性格选择一家最合适的幼儿园；在孩子入园前带他先熟悉幼儿园的环境，让孩子先认识一下小同学；负责任的妈妈还会事先按照幼儿园的作息时间安排孩子的生活，会锻炼孩子自己吃饭、穿衣服的能力。这样的妈妈带出来的孩子，能很快地适应幼儿园，能早点从分离焦虑中走出来。妈妈做完这些，也仅仅是完成了一些准备工作。等孩子上了幼儿园，真正的战争就打响了。

孩子们进了幼儿园，离开了家人的呵护，他们需要适应全新的环境。他们有了老师，有了同学，开始了集体生活，每个孩子都会面临分离焦虑的考验。孩子们的分离焦虑很正常，他们渴望在熟悉的环境中被呵护。孩子刚上幼儿园的时候，那些撕心裂肺的哭声里，更多的是不安和委屈。他们害怕妈妈不要他们了，他们在全新的环境里不知所措。这个时候，妈妈要给孩子一个大大的拥抱，接纳孩子的无理取闹，适当地转移孩子的注意力，告诉孩子，妈妈永远爱他，上幼儿园只是和妈妈短暂的分离，告诉孩子，晚上还要

他帮助妈妈择菜做饭，帮助妈妈扫地。当孩子知道妈妈永远爱他，知道上幼儿园只是待一会儿而不是不回家了，孩子就会慢慢走出分离焦虑的困扰，开始快乐的幼儿园生活。

随着孩子在幼儿园的时间越来越长，孩子的各种问题也会逐渐暴露出来。有的孩子胆子小、害羞、不善于表现自己、害怕与人交往；有的孩子开朗外向、总是闯祸、喜欢攻击小朋友；还有的孩子喜欢告状，别的小朋友都不喜欢跟他玩……不管孩子是哪种情况，妈妈都要帮助他们解决这些问题。妈妈要跟幼儿园的老师紧密联系，及时掌握孩子的各种信息。还要积极参与到孩子的成长过程中，让孩子做一个懂礼貌、爱进步、喜欢帮助人的小朋友。

当了妈妈，就要让自己成为一个“战士”。只有妈妈做好了准备，用知识武装了自己，遇到各种问题都能找到恰当的方法引导孩子，才能让孩子多一些欢乐、少一些烦恼。我们在这里要讲的，就是怎样成为一个全能型妈妈，怎样让我们的努力真正帮助到孩子，让孩子度过快乐的幼儿园生活，让他们在我们的努力下得到最好的照顾。每一个有心的妈妈，都要用知识武装自己。不要害怕自己的孩子胆子小受欺负，不要害怕自己的孩子老惹祸，孩子都是需要教的。只要有一个懂教育的妈妈，就会有一个大方开朗、懂礼貌的孩子。

妈妈永远要记住一点：只有妈妈最了解自己的孩子，也只有妈妈能给孩子最好的帮助。不要把孩子的一切都推给幼儿园。好妈妈胜过好老师！

CONTENTS

第一章 妈妈们所不知道的孩子的幼儿园生活

1/选对幼儿园，孩子不受罪	2
2/孩子必须上幼儿园吗	11
3/孩子要上幼儿园了，父母要准备些什么	15
4/孩子能独立，就会尽快适应幼儿园	20
5/和老师多沟通，了解孩子的幼儿园生活	24
6/分离焦虑没那么可怕，我们一点点处理掉	30

第二章 孩子在幼儿园最常遇到的问题

1/孩子去幼儿园会撕心裂肺地哭	42
2/孩子上幼儿园总是生病	47
3/孩子胆子小，被小朋友欺负	53
4/孩子喜欢攻击别人	60
5/孩子不和小朋友分享	68
6/孩子挑食，不爱吃饭	75

7/别人有的，我也要有	80
8/孩子“爱告状”	86

第三章 孩子上幼儿园，应掌握的本领和规则

1/动别人东西前要征求意见，别人动了自己的东西要维护权利 ...	92
2/犯错了就得受惩罚	97
3/说脏话必须及时制止	102
4/别人的东西不要拿回家	108
5/让孩子懂得帮助他人	112
6/自己的问题要自己解决	119
7/养成良好的睡眠习惯	124

第四章 我喜欢上幼儿园，幼儿园里朋友多

1/父母对孩子社交的关注能让孩子少走很多弯路	134
2/帮助不合群的孩子适应集体生活	140
3/孩子和小伙伴闹了矛盾，父母尽量少插手	144

第五章 上幼儿园该养成的好习惯

1/让孩子爱上阅读	150
2/锻炼孩子的表达能力，引导孩子口齿伶俐地表达自己	155
3/培养孩子的专注力，一定不要突然打断孩子正在进行的事 ...	157

4/幼儿园时期应该早点养成的好习惯	163
-------------------------	-----

第六章 成功的幼儿园教育，离不开妈妈的参与

1/和孩子一起快乐地识字	176
2/认真对待孩子的提问	181
3/避免会惹麻烦的不良沟通方式	185
4/父母不能恐吓、吓唬孩子	191
5/孩子上幼儿园不能缺少的安全教育	194

第七章 当敏感期、叛逆期碰上幼儿园

1/接纳孩子的第一个叛逆期	204
2/孩子发脾气要疏不要堵	210
3/尊重孩子的个性，少命令、多沟通	215
4/接纳孩子的负面情绪，让孩子发泄出来	222
5/怎样教见人来就兴奋的孩子	227

第一章

妈妈们所不知道的孩子的幼儿园生活





1 选对幼儿园，孩子不受罪

每个幼儿园都是不一样的，有的比较看重孩子自身能力的发展，有的比较看重知识的传授。在为孩子选择幼儿园时，妈妈一定要弄清楚自己的理念是什么。

在乐天儿两岁半的时候，妈妈便打算送孩子进幼儿园。虽然很多人都鼓励乐天儿妈跟上形势，让她将儿子送进贵族幼儿园，可是，乐天儿妈却有自己的想法。她知道，孩子还小，需要大量的玩耍活动，一个连活动课都不安排的幼儿园，是不适合孩子的。因此，她在考察幼儿园的时候，每次都会问时间安排，给孩子安排的活动课是多少小时，会给孩子安排一些什么样的游戏活动……经过比较之后，乐天儿妈最终将儿子送进了自己中意的幼儿园。因为，这所幼儿园每天会为孩子安排两个小时的课外活动课。

乐天儿妈在为孩子选择幼儿园的时候，一点都不盲目，而是心中早就定好了目标，就是要有丰富的课外活动。

如果你希望孩子能够在幼儿园学到知识，就将孩子送进注重教授知识的幼儿园；如果你希望孩子能够自然愉快地成长，能够在童年中充满游戏地欢笑，那么，选择注重知识传授的幼儿园或许就是一种错误。在为孩子选择幼儿园的时候，妈妈要问自己几个问题：

“我们希望幼儿园做什么？”

当我们在给孩子挑选幼儿园的时候，首先需要好好问一问自己：“我们希望幼儿园做什么？”

如果你希望幼儿园能够在孩子上班的时候替你照看孩子，那么，最好选择单位或者社区幼儿园。

如果你希望孩子能够在幼儿园学到很多文化知识，在挑选的时候，你就

要关注一下幼儿园的日程安排、特色课程、教师的资历等方面。

如果你希望孩子得到悉心的照顾，那么，理想中的幼儿园，每班的人数都不能太多。

“我最看中幼儿园哪个方面？”

在为孩子选择幼儿园的时候，要想一想：“我最看中幼儿园哪个方面？”比如：你是否看重双语教学？幼儿园是不是一定要有外教……知道了自己的底线，可以很快排除一些干扰。

在考察幼儿园的时候，如果你看中双语教学，而有些幼儿园没有这一条，你就可以将它们剔除掉，缩小自己的选择范围。

“我究竟是在给自己选择幼儿园，还是给孩子选择幼儿园？”

在考察幼儿园的时候，最好审视一下自己的心态：你究竟是在给自己选择幼儿园，还是给孩子选择幼儿园？

很多时候，妈妈们在选择幼儿园的时候，比较看中幼儿园的名气、价格上的优惠。但是，这所幼儿园是否适合你的孩子？是否适合你的家庭状况？这是你最需要考虑的因素。

未来在幼儿园学习和生活的，是孩子，而不是你。所以，做决定之前，一定要重新审视一下自己，不要因为一时的利益而影响长期的生活。

方法一：先来认识一下幼儿园

馨馨已经两岁了，妈妈开始考虑给馨馨选一个合适的幼儿园。妈妈首先考虑，馨馨有点胆小害羞，不喜欢和人交往，妈妈决定从馨馨的性格特点出发，选择一个最适合孩子的幼儿园。可是馨馨妈妈并不了解现在林林总总的幼儿园，她决定先查查资料，然后有目的地考察心仪的幼儿园。

馨馨妈妈查完资料，对各种幼儿园的优缺点有了比较直观的认识。

一般来说，幼儿园分为公办幼儿园与民办幼儿园两大类。

公办幼儿园，顾名思义，就是由政府设立的幼儿园，幼儿园的一切财产



均属公有，办学经费是由国家直接拨款，园长由教育局任命，建设经费、办公经费、教师及保育员工资均为财政拨付。公办幼儿园有严格的等级划分，幼儿园的软硬件配置都有相对统一的标准，教学内容根据国家规定的大纲执行。教学模式和方法必须遵照国家教育部等相关部门的管理，围绕和遵循国家推广使用的教材开展幼儿早教工作。相较于私立幼儿园，公办幼儿园的优点主要体现在以下几点：

师资稳定。公办幼儿园老师有事业编制，对老师的专业背景有严格要求。老师大多是师范类院校幼师背景，经过多年的幼师学习，专业操守更强，老师的流动性小，不用担心孩子经常换班主任的问题。不过有些妈妈可能会担心公办幼儿园老师年龄偏大，缺乏活力。其实这倒不必过于担心，因为年龄不是决定老师水准的唯一条件。有的老师虽然年轻，却老气横秋。有的老师虽然年纪大，但是有经验、有童心，深受孩子们爱戴。

硬件设施过硬。每年国家教育机关有专门的款项用于幼儿园硬件设施的调整与更新，因此即使是一所普通的二级幼儿园，在硬件设施上也与示范园标准差不多。而这一点是大多民办幼儿园缺少的。

教学内容更符合国家要求。公办幼儿园的教学理念完全按照国家教育部的要求，更加着重于开展幼儿的启蒙教育，培养幼儿的发散性思维能力，整个幼儿园的就读过程几乎没有要求幼儿死记硬背的内容。当然在某些家长的眼中，这也是一大缺点，会让家长觉得孩子在幼儿园学不到东西。

收费合理。公办幼儿园因为有政府的补贴，收费相对合理一些，只要孩子符合户口等条件，每个月的学费只有1 000元上下，这大大减轻了父母的经济负担。而且收费有国家统一标准，监察制度完善，管理规范，一般不存在乱收费现象。

当然，除了这些优点，公办幼儿园也存在一些缺点。

对户口有严格要求。公办幼儿园一般只招收幼儿园所在地区范围内的孩子，对入园的孩子户籍限制较为严格，尤其是一些声誉良好的公办幼儿园，入园名额很有限。

班级人数多。公办幼儿园每班人数往往在30个左右，孩子与老师的比例多为1:10，中班和大班的比例更高。

与家长的互动较少。除非家长主动询问，公办幼儿园的老师很少会像民办幼儿园那样，每天写家园联系手册，告诉家长孩子在幼儿园的情况。

机械。因为严格执行国家教育部的规定，公办幼儿园只收符合年龄要求的孩子，没有托班，没有兴趣班，对于很多希望孩子早点入园的家长或是希望孩子能在幼儿园学到更多知识的家长来说，他们会有些失望。

民办幼儿园是由国家机构以外的社会组织或个人承办的，利用的是非国家财政性经费。民办幼儿园通常面向全社会招收幼儿，只要有入学名额，孩子符合入学条件，幼儿园一般都会接收。

民办幼儿园根据各自的侧重点不同，又分为许多不同的种类：

双语特色幼儿园：将常规教学英语化，培养教学游戏化。幼儿园中配备外教，专门给孩子教授英语课，以提高孩子的外语能力为主要目的。

艺术特色幼儿园：一般都有自己主打的特长项目，例如武术特色幼儿园，注重体育教学，专门聘请武术教员，让儿童从小习武，强身健体；音乐艺术幼儿园，在幼儿园中开设多种艺术专业课程，如唱歌、乐谱知识、节奏模拟、钢琴、小提琴、打击乐和民乐等乐器课程，对孩子进行比较专业的音乐训练，培养孩子的艺术修养和专业特长；还有“健脑”特色幼儿园，注重开发孩子的智力，通过运动等各种方式开发右脑，促进大脑两半球协调发展，现在艺术特色幼儿园种类繁多，各有所长，家长需要根据自己孩子的兴趣爱好与特长来选择。

蒙氏幼儿园：以蒙特梭利教育方法为教育理念的幼儿园。

蒙氏幼儿园的理念有：

以儿童为中心。反对以成人本位的教学观点，视儿童为有别于成人的独立个体。

不教的教育。反对填鸭式教学，主张从日常生活训练着手，配合良好的



学习环境、丰富的教具，让儿童自发性地主动学习，自己建构完善的人格。

把握儿童的敏感期。顺着敏感期学习的特征，得到最大的学习效果。

教师扮演协助者的角色。教师须对孩子的心灵世界有深刻的认识与了解，对孩子的状况了如指掌，才能提供对孩子适性、适时的协助与指导。

完全人格的培养。幼教的最大目的是协助孩子正常化。

尊重孩子的成长步调。以个性化的教育方案，使孩子个体成长的需要和潜能得到最大化的挖掘和发挥。

混龄教学。不同年龄的孩子会相互模仿、学习，养成儿童乐于助人的良好社会行为。

丰富的教材与教具。教具是孩子工作的材料，孩子通过“工作”，从自我重复操作的练习中，建构完善的人格。

摒除奖惩制度。采取尊重孩子的方式，培养孩子正在萌芽的尊严感。

爆发的教学成果。采取尊重孩子内在需求的方式，让孩子适时、适性地成长，短期内不易察觉成果，却会在某一时间以爆发的力量彰显出孩子内在心智的成长。

蒙氏幼儿园收费较高。现在打着蒙氏幼儿园旗号的幼儿园不少，但是教育质量却良莠不齐。如果要选择蒙氏幼儿园，要先考察幼儿园的带班老师是否经过培训，是否有“蒙氏教师初级资格证”，教师的教学态度与经验，还有幼儿园是否具有全套的蒙氏教具，幼儿园开设的课程是否贴近生活，等等。

华德福幼儿园：以华德福教育理念为主进行教学的幼儿园。华德福教育就是配合人类意识发展规律，阶段性地针对意识设置教学内容，让人的身体、生命、灵魂和精神都扮演不同的角色。华德福教育认为，只有针对人的深层意识教育，才能让孩子成长为自己。

华德福教育的本质是人的和谐发展，关注物质身体的同时也关注内心与灵魂的发展。如果要给孩子选择华德福幼儿园，也需要家长进行仔细的考察和鉴别。

国际幼儿园：国际幼儿园种类繁多，有英国式教育、法国式教育、美国式教育，等等，每个幼儿园也都有自己推崇的特色教育。国际幼儿园收费昂贵，一般具备一定经济基础的家庭才会选择国际幼儿园。如果家长想要将孩子送进国际幼儿园，要先了解幼儿园，并且确定自己的孩子到底是否适合在这样的幼儿园就读。孩子进入这样一个环境中，要注意不要让孩子从小就学会攀比。

民办幼儿园和公办幼儿园相比：

教学内容丰富。不同的幼儿园各有各的特色，个性化内容更多一些，针对性更强，教育的灵活性也更大一些，不过收费也会比一般公办幼儿园更高。不同的幼儿园，收费浮动较大。

班级设置灵活。只要家长想让孩子进幼儿园，民办幼儿园的托班基本都可以满足要求，有的孩子1岁多就被送进幼儿园了。

家长与学校的互动性更强。为了让家长放心，不少民办幼儿园每天都会把孩子在幼儿园的情况记录下来，与家长交流孩子的情况。有的幼儿园还装有摄像头，家长可以随时看到孩子在幼儿园的情况。

班级人数相对较少，有的班人员上限约15人，老师与学生的比例可达1:5左右，老师对孩子的关注度会更高。

民办幼儿园也有它的缺点：

在师资力量上，民办幼儿园教师流动性相对于公办幼儿园而言更大些，因为存在办学风险和不确定性，而且民办幼儿园兴起时间较晚，办学成熟度相对于公办幼儿园更低一些。民办幼儿园的师资力量参差不齐，好的幼儿园通常会比较严格审核老师的从业资格，但是不排除一些规模小的幼儿园为了降低运营成本，聘请缺乏从业资格的老师任教。但是民办幼儿园老师普遍较年轻，对待孩子和家长态度温和。

硬件设施相对较差。民办幼儿园的硬件设施大多靠社会或家长投入，不



会像公办幼儿园那样每年都有一笔固定经费投到硬件设施的更新上。民办幼儿园室外运动的场地相对来说也更小一些。

不管是选择公立幼儿园还是民办幼儿园，有一点要注意，下面这些幼儿园最好不要选择。

单纯以营利为目的的幼儿园：这种幼儿园的主办单位和主管部门都需要推敲，设施不够齐全，甚至根本不安全，教师素质和责任心不够，有乱收费现象。

不能给幼儿充分游戏的幼儿园：幼儿园空间太局促、狭小，老师过分禁锢孩子的行动。

对幼儿过分严厉的幼儿园：这种严厉可能出自该幼儿园的“园训”，也就是希望对孩子提出严格要求，达到培养孩子的目的，还有可能就是某位老师的脾气性格给人留下了不太可亲的印象。这需要仔细考察，耐心鉴别。

馨馨妈认真查阅完资料，决定开始对距离家近的幼儿园进行一番考察，找到最适合馨馨的幼儿园。

方法二：带孩子一起考察幼儿园

要给孩子选个最适合他的幼儿园，就要带着孩子一起考察幼儿园，除了看看幼儿园的硬件设施外，老师对待孩子的态度、幼儿园整体的氛围更是要重点考察的内容。为了全面了解幼儿园，多听听别的妈妈的评价更有用。考察幼儿园，妈妈要从下面几个方面考虑。

距离：很多妈妈都同意“最近的就是最好的”这个观点。虽然我们不能绝对地说“远的幼儿园不能上”，但是距离必须是首先需要考虑的问题。实地考察时，家长一定要亲身体验一下从家到幼儿园所需要花费的时间。有些幼儿园虽然条件、设施非常好，却离家很远；离家近的幼儿园，家长又觉得有这样那样的不足。于是索性一咬牙，情愿自己多费点工夫，也要把孩子

送进好的幼儿园。可是，如果孩子每天很早就要起床，然后路上耽误很长时间，这会耗费他很大的精力。这样反而不如把孩子送到离家近的幼儿园，让孩子能多休息，路上也不会耽误太多时间，这对孩子、对家长都是好事。

幼儿园与家的距离最好不要超过20分钟车程，这样，一旦孩子在幼儿园生病或者发生其他紧急情况，家里人能尽快赶到。当然，如果父母工作单位的氛围相对轻松，让孩子上父母工作单位附近的幼儿园也是一个不错的选择。

师资力量：老师是与孩子最接近的人，当孩子进幼儿园后，他每天有8个小时的时间与老师在一起。老师会影响孩子的一生，一个好的老师能对孩子的一生产生积极的影响，一个不爱孩子的老师则会给孩子的一生留下阴影。因此，考察一个幼儿园的教师素质极为重要。

只有经过实地考察，才能真正了解幼儿园的理念。在选定幼儿园后，亲自去幼儿园看看，与老师见个面，找找感觉。与老师见面时，最好带上孩子一起去。这样可以直接看到老师对待孩子的态度以及孩子的反应，还能看到老师与孩子的互动模式。如果孩子在老师面前比较容易放松，老师能够根据孩子的特性耐心地与孩子互动，孩子对老师表现出明显的好感，那么就可以考虑选择这家幼儿园。

除此之外，更要关注老师对待班级中孩子的情况，看看老师是否能够平视孩子的双眼（即能否蹲下身子说话）；老师在组织课程或游戏的时候，能否配合孩子的接受程度和节奏（不是滔滔不绝地灌输，而是以孩子为主体引导孩子发言）；户外活动的时候，老师是否分散在孩子中间以便及时照顾到所有孩子；老师之间的对话是否使用平和、尊重的口吻。最后一点，您要仔细观察老师的笑容，如果他会因为孩子的所有举动而会心微笑，他一定是一位有爱心的老师。

硬件设施：硬件设施的考察重点不是档次的高低，而是是否适合孩子。3岁以前的孩子对物品归属没有概念，容易发生争执，因此小班教室里的玩具应该尽量丰富，活动区域应尽量开阔，以减少孩子之间争抢的次数。此外，