

BAOBAO RUYUAN WANQUAN SHOUCE

宝宝入园

晏红/著

- ★ 中国家庭教育专业委员会 常务理事
- ★ 中央电视台少儿频道 特邀专家
- ★ 《妈咪宝贝》《家庭教育》专栏主持

完全手册

中国家庭教育专业委员会
中国妇女读物研究会
强力推荐



妈妈最想了解的上幼儿园的76个问题

让宝宝快乐上幼儿园的300个好办法

中国妇女出版社

幼稚教育是一件很复杂的事件，不是家庭一方面可以单独胜任的，也不是幼儿园一方面可以单独胜任的，必定要两方面共同合作方能得到充分的功效。

——我国著名幼教专家陈鹤琴先生

- ☆ 宝宝多大年龄上幼儿园合适？
- ☆ 日托幼儿园好还是寄宿幼儿园好？
- ☆ 选择公立幼儿园还是私立幼儿园？
- ☆ 离家远但质量好的幼儿园，及离家近但质量一般的幼儿园，该怎么权衡？
- ☆ 入园的分离焦虑会不会给宝宝带来不良后果呢？
- ☆ 幼儿园老师会给宝宝母爱和亲情吗？
- ☆ 怎么让宝宝爱吃幼儿园的饭菜？
- ☆ 宝宝为什么不爱在幼儿园上厕所？
- ☆ 宝宝回家为什么不爱跟爸爸妈妈说幼儿园的事？
- ☆ 幼儿园的宝宝要报兴趣班吗？报几个班合适？
- ☆ 老师为什么总是报喜不报忧？
- ☆ 女教师=教育女性化？
- ☆ 宝宝在幼儿园“学坏了”怎么办？
- ☆ 爸爸妈妈对幼儿园老师有意见该怎么办？

.....

家园合作，和谐共育，才能使宝宝的健康成长优势最大化。本书解答了家园共育中常见的问题与困惑，有助于爸爸妈妈正确认识家园关系，为宝宝营造和谐的成长环境，让宝宝爱上幼儿园。



ISBN 978-7-80203-755-7



9 787802 037557 >

定价：32.00元

中国家庭教育专业委员会 强力推荐
中国妇女读物研究会

宝宝入园

完全手册

BAOBAO RUYUAN WANQUAN SHOUCHE

晏红/著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

宝宝入园完全手册 / 晏红著. —北京: 中国妇女出版社, 2009. 8

ISBN 978 - 7 - 80203 - 755 - 7

I. 宝… II. 晏… III. 学前儿童—家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 100844 号

宝宝入园完全手册

作 者: 晏 红 著

责任编辑: 廖晶晶

责任印制: 王卫东

出 版: 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号

电 话: (010) 65133160 (发行部)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京才智印刷厂

开 本: 170 × 240 1/16

印 张: 17.25

字 数: 220 千字

版 次: 2009 年 8 月第 1 版

印 次: 2009 年 8 月第 1 次

书 号: ISBN 978 - 7 - 80203 - 755 - 7

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)



楼房有多高，根基有多深。幼儿教育是根的教育，幼儿园是宝宝生根发芽的沃土。宝宝上幼儿园是成长中的一件大事，也是家长最牵挂的事。宝宝第一次离开家长的视野和怀抱，走进陌生而又丰富多彩的幼儿园，家长对宝宝充满了期待，也充满了担忧和困惑。如何给年轻的父母提供一个有益的指导和帮助，这是我多年来从事幼儿教育研究与实践的一项重要内容。

我在工作中接触过众多关心子女的家长，大家对幼教的重视程度比较到位，但是认识水平并不到位。例如有的家长一方面踏破铁鞋想为宝宝寻觅一个质量好的幼儿园，另一方面，他们又简单地认为幼儿教育没有什么内容。其实他们心里并不清楚一个幼儿园好的标准是什么，也不清楚作为家长应该怎样配合老师教育宝宝。有的家长一方面认为宝宝的学习潜力很大，另一方面，他们却把学习看成是识字、计算、唱歌、跳舞等比较外显的知识与能力，并不知道宝宝的心理素质、行为习惯、性格个性、人际交往和良好品德是更重要的学习内容……这些似是而非的观念和态度都会影响宝宝的健康成长和全面发展。

良好的愿望和正确的观念，还要通过适宜的教育方法来实现。宝宝学习的效果对家长的教育方法有很强的依赖性，因为宝宝年龄小，不善于听家长讲大道理，如果家长的教育方法单一，不符合他们的年龄特点，往往收不到教育效果，甚至适得其反。一位妈妈为女儿选择了电子琴特色幼儿园，听完我的讲座便来咨询女儿不能坚持弹琴，怎么办？我就问女孩儿：“你是不想弹了呢，还是想休息一会儿再弹？”女孩儿说：“休息

一会儿再弹。”这位妈妈说：“专家就是专家，我就不晓得这样问孩子，而是孩子一不弹，我就发急、生气，问她为什么。”这位妈妈的问题在于不理解孩子的心理特征，没有掌握与孩子交流沟通的技巧。如果孩子不合家长的意愿，家长就问为什么，实际上是在质疑，是对孩子的不信任 and 责怪，会引起孩子的逆反心理。交流的技巧在于学会与孩子商量，设置几个合理的选项，让孩子既有选择的自由，又不能无理取闹。类似操作性强的有效方法是家长很需要的。本书综合了现代儿童心理学、幼儿教育学的最新研究成果，并结合大量的实践经验，为家长提供了一个科学而实用的方法库。

宝宝上了幼儿园，就意味着家长与老师开始共同教育孩子。我国著名幼教专家陈鹤琴先生说：“幼稚教育是一件很复杂的事件，不是家庭一方面可以单独胜任的，也不是幼稚园一方面可以单独胜任的，必定要两方面共同合作方能得到充分的功效。”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，对宝宝的要求也与家庭有很大差异。如果家长与教师的要求不一致，会让宝宝的观念混乱、无所适从。所以，幼儿园与家庭是宝宝的教育合作伙伴，家园合作共育才能使宝宝的健康成长优势最大化。为此，本书解答了家园共育中常见的问题与困惑，有助于家长正确认识家园关系，为宝宝营造和谐的成长环境。

中国有句俗话：“三岁看大，七岁看老。”而3~7岁正是宝宝在幼儿园接受教育的年龄。正如《学喻》所说：“欲求木之长，必固其根本。欲求水流远，泉源须博深。若无底石坚，安得山高峻？向使基础薄，何来塔千层？”在这个关键的阶段进行良好的幼儿教育，能够帮助宝宝文明优雅地生活，奠定宝宝幸福成功的人生。

愿家长朋友享受智慧的幼教！愿天下宝宝享受美好的童年！

作者于清华园

2009年6月





第一章 宝宝入园之准备序曲

一、理念准备——入园为宝宝开启成长新天地 / 2

家庭教育的 / 大特殊优势 / 2

幼儿园教育的 / 大特殊优势 / 5

家园共育使宝宝的成长优势最大化 / 7

二、择园准备——选择最适合宝宝的幼儿园 / 8

宝宝的年龄大点入园好 or 小点入园好 / 8

选择日托幼儿园 or 还是寄宿幼儿园 / 9

选择公立幼儿园 or 私立幼儿园 / 9

选择大幼儿园 or 小幼儿园 / 10

选择特色幼儿园 or 普通幼儿园 / 11

选择远点但质量较好的幼儿园 or 近点但质量一般的幼儿园 / 11

三、心理准备——逐渐消解宝宝入园的各种担心 / 13

怎样判断宝宝基本具备上幼儿园的能力 / 13

入园的宝宝是不是容易经常得病 / 14

♫ 岁以前的宝宝该不该去幼儿园 / 16

宝宝过早离开妈妈入园，会不会给他的心理留下阴影 / 17

怎样弥补孩子入园后亲子在一起时间太少的遗憾 / 19

幼儿园老师会给宝宝母爱和亲情吗 / 20

宝宝越小入园就越容易发生分离焦虑吗 / 21

分离焦虑会不会给宝宝带来什么不良后果 / 23

带宝宝上亲子班有必要吗 / 24



第二章

宝宝入园之生活健康进行曲

一、喜欢吃幼儿园的饭菜 / 28

宝宝不喜欢吃幼儿园饭菜的行为表现 / 28

宝宝为什么不喜欢吃幼儿园的饭菜 / 29

促进宝宝喜欢吃幼儿园饭菜的 10 大良策 / 29

二、高高兴兴吃蔬菜 / 32

宝宝为什么不喜欢吃蔬菜 / 32

吃蔬菜对宝宝的健康意义重大 / 33

培养孩子喜欢吃蔬菜的 9 大良策 / 34

三、培养乐意喝白开水的好习惯 / 36

白开水的保健功能不能被饮料取代 / 36

促进宝宝乐意喝水的 7 大良策 / 37

四、缓解在园如厕的压力 / 39

宝宝不喜欢在园如厕的原因 / 40

缓解宝宝在园如厕压力的 8 大良策 / 41





五、快乐起床不迟到 / 43

叫醒宝宝起床有学问 / 44

宝宝快乐起床的 8 大良策 / 44

六、每天轻松睡两觉 / 46

宝宝睡觉的年龄特点 / 47

培养宝宝每天轻松睡两觉的 5 大良策 / 48

七、做适宜的体育锻炼 / 50

运动锻炼的价值不可替代 / 50

宝宝运动锻炼的年龄特点 / 51

促进宝宝运动锻炼的 5 大良策 / 52

八、生病期间的心理健康 / 54

疾病会影响宝宝的心理健康 / 54

生病期间心理健康教育的 4 大良策 / 55

九、口腔卫生总动员 / 57

宝宝口腔卫生的年龄特点 / 57

帮助宝宝护理口腔卫生的 5 大良策 / 58

十、喜欢自己收拾整理玩具 / 61

收拾整理的习惯为宝宝带来 8 大好处 / 62

宝宝收拾整理行为的发展特点 / 62

培养宝宝收拾整理习惯的 7 大良策 / 63

十一、培养自我保护意识与能力 / 66

宝宝自我保护意识与能力发展的年龄特点 / 66

培养宝宝自我保护意识与能力的 7 大良策 / 68

十二、培养宝宝的穿衣审美情趣 / 70

宝宝对衣服的审美偏爱 / 70

帮助宝宝学会穿衣和审美的 5 大良策 / 71





第三章

宝宝入园之心理健康进行曲

一、根据宝宝的先天气质调节入园分离焦虑 / 76

宝宝先天气质的 3 个类型 / 77

根据先天气质调节入园分离焦虑的 3 大良策 / 77

二、乐意说幼儿园的事 / 80

宝宝为什么不乐意说幼儿园的事情 / 80

让宝宝乐意说幼儿园的事情的 3 大良策 / 81

三、幽默风趣的态度 / 84

幽默感三成天生、七成培养 / 84

培养幽默风趣宝宝的 3 大良策 / 85

四、应对挫折的心理素质 / 87

会给宝宝带来挫折感的 3 大关键事件 / 88

培养宝宝应对挫折的 3 大良策 / 90

五、健康的心理调节方式 / 92

要关注宝宝的心理调节策略 / 92

宝宝的 3 种心理调节策略 / 93

不同的心理调节策略对宝宝的不同影响 / 93

六、在竞争中输得起的心态 / 95

宝宝竞争的最大问题是“输不起” / 96

幼儿的竞争主要是“排我性竞争” / 97

培养宝宝在竞争中输得起的 3 大良策 / 98



- 
- 七、“撒娇”而不“撒野” / 100
- 一字之差，谬以千里 / 100
- 预防“撒娇”变“撒野”的♩大良策 / 101
- 八、安抚愤怒的情绪 / 104
- 宝宝为什么会愤怒 / 104
- 愤怒情绪对宝宝的影响 / 105
- 安抚愤怒宝宝的♩大良策 / 106
- 九、对人说话和气 / 108
- 说话不和气出自一颗无法摆平的心 / 108
- 培养宝宝对人说话和气的♩大良策 / 109
- 十、懂事而不任性 / 112
- 导致宝宝任性的心理因素 / 113
- 培养宝宝懂事不任性的♩大良策 / 114
- 十一、自由快乐又遵守规则 / 116
- 自由与规则的平衡对孩子的重要意义 / 117
- 培养孩子既自由又守规则的♩大良策 / 118



第四章

宝宝入园之快乐学习进行曲

- 一、打开“注意”这扇门 / 122
- 注意力对宝宝意义非凡 / 122
- 培养宝宝注意力的“五项全能” / 122
- 二、锻炼倾听能力 / 125
- 听力≠倾听能力 / 126

宝宝倾听能力的发展特点 / 127

培养宝宝倾听能力的 8 大良策 / 127

三、让想象力飞扬起来 / 129

知识 $\rightleftharpoons$ 想象力 / 130

宝宝想象力发展的年龄特点 / 130

培养宝宝想象力的 5 大良策 / 132

四、聪明的宝宝爱观察 / 134

宝宝天生就是自然观察的爱好者 / 134

培养宝宝自然观察智能的 7 大良策 / 135

五、学习兴趣 $\rightleftharpoons$ 上兴趣班 / 138

宝宝学习兴趣发展的年龄特点 / 138

把宝宝的学习兴趣与上兴趣班结合起来的 5 大良策 / 139

六、用日常生活用品开发智力 / 141

宝宝喜欢玩生活用品的原因 / 142

使用生活用品益智的 4 大良策 / 143

七、早期阅读的意义与窍门 / 145

宝宝早期阅读的年龄特点 / 146

培养宝宝喜爱阅读图书的 5 大良策 / 147

八、激发探究与创新能力 / 149

探究是宝宝最有价值的学习方式 / 149

激发宝宝探究能力的 6 大良策 / 150

九、善于口语表达的能力 / 152

宝宝口语表达能力发展里程碑 / 153

提高宝宝口语表达能力的 6 大良策 / 154

十、在生活中学习数学 / 156

宝宝学习数学的年龄特点 / 157



幼儿学习数学的 5 大良策 / 158

十一、每个宝宝都有音乐细胞 / 160

人人都有学习音乐的能力 / 161

学习音乐对宝宝的发展意义 / 161

宝宝学习音乐的 5 大良策 / 162

十二、每个宝宝都有绘画天分 / 165

宝宝学习绘画的年龄特点 / 165

学习绘画对宝宝的发展意义 / 166

宝宝学习绘画的 5 大良策 / 167



第五章

宝宝入园之社会交往进行曲

一、文明礼貌打招呼 / 170

礼貌教育不是小事 / 170

礼貌教育的年龄特点 / 171

礼貌教育的 4 大良策 / 171

二、善于听取建议并乐于配合 / 174

听取建议是一种分辨与决策能力 / 174

培养宝宝善于听取建议的 6 大良策 / 175

三、诚实不欺骗 / 178

宝宝的“骗术”从何而来 / 178

区分心理意义的欺骗和道德意义的欺骗 / 179

防止宝宝欺骗的 4 大良策 / 180

四、愿意谦让别人 / 182

宝宝的谦让有假象 / 182

谦让教育的 8 大良策 / 183

五、主动关心同情他人 / 185

宝宝同情心发展的里程碑 / 186

同情心对宝宝的成长意义 / 186

培养宝宝同情心的 5 大良策 / 187

六、不打扰别人，会自己玩 / 189

宝宝会自己玩是较高人际交往智能的表现 / 189

培养宝宝不打扰别人的 5 大良策 / 191

七、善于接纳他人 / 193

接纳他人的宝宝招人喜欢 / 193

测一测宝宝是否善于接纳他人 / 194

培养宝宝接纳他人的 5 大良策 / 195

八、对自己和他人负责任 / 197

有责任心的宝宝让家长省心、宽心、放心 / 197

宝宝责任心发展的里程碑 / 198

培养负责任好习惯的 4 大良策 / 198

培养责任心的教育清单 / 200

九、主动与人交往 / 201

宝宝主动交往的意义 / 201

培养宝宝主动交往的 5 大良策 / 202

十、应对同伴欺负 / 204

同伴发生冲突的年龄特点 / 205

培养宝宝应对同伴欺负的方法 / 206

十一、爱护公共环境 / 208

宝宝爱护公共环境的年龄特点 / 209

爱护公共环境反映宝宝的修养水平 / 209





第六章 宝宝入园之家园合作协奏曲

一、宝宝在园是“星星”不是“太阳” / 214

适应从家庭到幼儿园的生态环境变化 / 214

正确认识幼儿园客观的生态环境 / 215

与宝宝共同享受环境变化的快乐 / 217

二、老师为什么总是报喜不报忧 / 218

老师报喜不报忧的原因 / 218

喜忧只报一半会产生一半的教育 / 219

让老师报喜又报忧的♫大沟通策略 / 219

三、不要让老师对宝宝过度保护 / 221

老师的责任压力越大，过度保护越强 / 222

过度保护对孩子不利 / 223

走出使老师责任压力过强的♫大误区 / 224

四、女教师未必使教育女性化 / 226

男子汉并非天生，而是教育出来的 / 226

被女性包围的男孩子未必就女性化 / 226

培养男子汉的♫大教育策略 / 227

五、宝宝的话可能是“真实的谎言” / 229

宝宝的话常常真假参半 / 230

发生误会后“求善”不“求真” / 231

六、宝宝为什么在家在园表现不一样 / 233

幼儿在家在园不一样的现象很普遍 / 233

培养宝宝家园协调发展四步曲 / 234

七、宝宝听老师的话却不听家长的话 / 237

宝宝更容易在家里表现出第一心理反抗期的特点 / 237

让反抗期宝宝在家里变乖的♂大良策 / 237

八、宝宝在幼儿园学习了坏习惯 / 241

好习惯PK坏习惯 / 241

教宝宝在幼儿园学好不学坏的♂大良策 / 242

九、消除宝宝对老师的偏见 / 244

宝宝对老师产生偏见的两个来源 / 245

消解宝宝对老师产生偏见的♂大良策 / 247

十、家长潜意识的两个偏见 / 249

家长潜意识中的两个“不等式” / 249

消除“不等式”的♂大良策 / 250

十一、家长影响宝宝在园的人缘 / 252

都是家长惹的“祸” / 253

走出“以自家宝宝为本位”的♂大误区 / 254

十二、幼儿园的条条框框≠限制宝宝的个性发展 / 256

“个别性”和“共同性”——个性飞扬需要两只“翅膀” / 256

宝宝的个性发展特点 / 257

在集体环境中发展宝宝个性的♂大良策 / 258





第一章

宝宝入园之 准备序曲

宝宝上幼儿园，是从家庭迈向社会的第一步。幼儿园就是一个缩小的社会，为宝宝的健康成长开辟了更加广阔的新天地，塑造着宝宝作为一个合格的社会人所具备的基本素质。但是各种各样的幼教机构也给家长带来了取舍的困难，选择一个适合宝宝的幼儿园成为爸爸妈妈最关心的问题。同时爸爸妈妈还对即将入园的宝宝产生各种各样的担心。关心和担心都让我们为宝宝入园有备而来，也必将伴随着入园的理性选择和心理调节而转化为成长的快乐！

