



陪孩子走过 幼儿园三年

构筑最坚实的安全感

和孩子一起面对天大的小事

吃饭、穿衣、如厕
独立生活的每一件小事，都那么艰难

交往、表达、相处

走进人群的每一个瞬间，都那么烦恼



陪孩子走过 幼儿园三年

构筑最坚实的安全感

杨雪扬 著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

陪孩子走过幼儿园三年 / 杨雪扬著. —北京 : 北京联合出版公司, 2015.1

ISBN 978-7-5502-4278-4

I . ①陪… II . ①杨… 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 290779 号

陪孩子走过幼儿园三年

作 者 : 杨雪扬

选题策划 : 北京博雅广华文化传媒有限公司

责任编辑 : 管 文

特约编辑 : 梅秋慧

封面设计 : 郝薇薇

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京嘉业印刷厂印刷 新华书店经销

字数 167 千字 787 毫米 × 1092 毫米 1 / 16 14 印张

2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-4278-4

定价 : 32.00 元

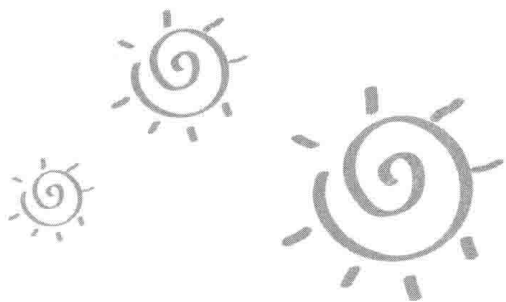
未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话 : 010 - 82894445



前言



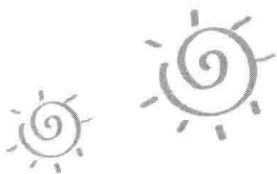
由于工作的原因，我经常有机会和家长就幼儿教育的相关问题深入交流和沟通，我了解家长们所关心的、所焦虑的、所希望的……

每一次沟通之后，绝大部分家长都会放下来时的担心和紧张，换一份释然离开，我呢，也有一点点小小的满足。这种情况很多年一直重复着。

忽然有一天，记忆中是2011年，一位家长在和我沟通之后，非常认真地建议：“杨老师，您有这么丰富的经验，为什么不写一本书呢？要知道能找您沟通的家长对于众多家长来讲毕竟是极少数！”当时我想都没想就摇头道：“写书？我可不行。”

之后，这位热心的家长又与我交流过几次，甚至连书名都替我想好了：“就叫《陪孩子走过幼儿园三年》吧，因为刘老师（刘称莲老师，我的朋友，也是我曾经所带孩子的家长）已经写过《陪孩子走过小学六年》《陪孩子走过初中三年》《陪孩子走过高中三年》，现在您何不将幼儿园这部分写了，让‘陪孩子走过……’系列更加完整呢！”

尽管如此，我仍没有认真想过要写这本书，因为写书对我来说似



乎是一件遥远的事情。

直到有一天，年轻的爸爸妈妈找到我，咨询孩子入园以及成长中遇到的其他一些问题。虽然他们的孩子还有一年才到入园年龄，虽然爸爸经常看看远处以尽量显出男人的镇定，但我仍能够从他们的表情、语气，尤其是妈妈不时闪现的泪光中，感到他们的紧张和迷茫，特别是对一年后孩子入园的不安和焦虑。

那次谈话后，我忽然有一种冲动，也许我真的应该写一本书，也许这本书真的可以帮助到一些家长。又或许它可以让家长更好地了解孩子，了解幼儿园。如果这本书可以让更多的家长放松心情，享受陪伴孩子成长的快乐，如果它可以使社会与教师之间的信任度有那么一点点的增强，也算是我作为幼儿教育工作者为社会所尽的一份责任吧。

2013年的暑假和2014年的寒假，我开始付诸行动。现在想来，我庆幸自己最终做出这个决定。因为幼儿教育是我所钟爱的事业，在这片热土上，我辛勤耕耘了近30年。我爱孩子们，我爱我的事业，我应该为更多的孩子和家长再做一些事情。

我是幸运的，有数不清的孩子们陪伴，让我生活在纯真的世界中；我是幸运的，有众多家长的陪伴，让我感到自己存在的价值；我是幸运的，有爱我的家人、朋友和老师的陪伴，让我感到自己无比幸福！

感恩我爱的、爱我的以及帮助过我的所有人！



目 录



前言...V

第1章

选择幼儿园，适合孩子的才是合适的

家近是个宝...003

画中看到理念...005

老师的笑容是最好的名片...009

实地考察最重要...011

第2章

了解幼儿园

幼儿园里学什么...019

晚一年入园又何妨...024

寻找教育的契机...026

一日生活皆教育...028

第3章

帮孩子做好充分的入园准备

- 培养孩子的生活自理能力...035
 - 调整作息時間...039
- 教会孩子使用大众化的语言...042
 - 给孩子哭泣的权利...044

第4章

帮助孩子减少分离焦虑

- 带着“宠物”来入园...051
- 家长离园也要讲技巧...054
- 家长和孩子都需要“断奶”...058
 - 分阶段适应入园生活...062
- 离园后，家长与孩子谈话有讲究...065

第5章

亲子交流

- 保持家庭教育的一致性...071
 - 让孩子爱上故事...074
 - 让孩子在试误中学习...078



- 好习惯让孩子受益终生...084
了解孩子的想法最重要...092
引导孩子学会自我保护...095
 令人纠结的兴趣班...101
 让孩子从小输得起...107
让孩子拥有分配时间的权利...112
 让孩子自己做事...117
 我的妈妈去哪儿了...125
 欣赏孩子...129
 游戏的力量...132
 做一个理智的家长...137

第6章

引导孩子学会与小朋友沟通

- 孩子打架之后...145
当孩子的身边有位“特殊”的朋友...148
 老实的孩子不一定吃亏...153

第7章

家长与老师之间的智慧沟通

- 罚站...161
 感谢家长的宽容和信任...163

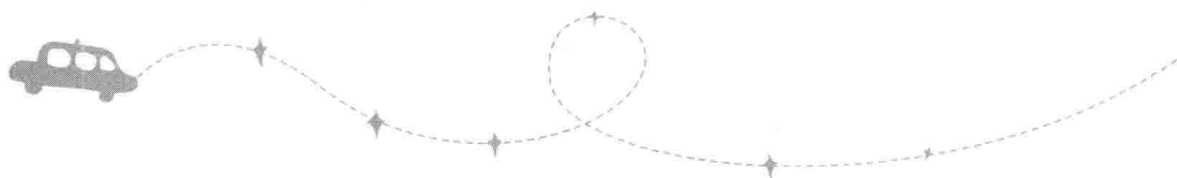


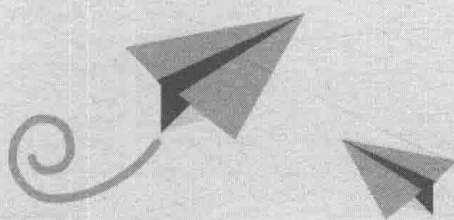
- 孩子受伤之后...167
孩子要升班了...171
家园合力力更大...175
信任是沟通的基础...181

第8章

幼小衔接

- 家有小孩初成长...187
生活中的数学...195
识字与阅读...199
做作文...206





第1章

选择幼儿园，
适合孩子的才是合适的



陪孩子走过幼儿园三年

家近是个宝

“家近是个宝”，这句话在选择幼儿园时同样适用。

学龄前儿童身体发育较快，充足的睡眠是幼儿生长发育必不可少的重要条件。幼儿园离家较近，为幼儿享受充足的睡眠提供了保障。而婴幼儿时期也是人一生的基础阶段，健康的身体是幼儿今后成长发育、学习和参与社会建设的前提条件。

充足的睡眠对于婴幼儿大脑的发育具有重要意义。婴儿刚出生时，已经拥有与成人数量相差无几的脑细胞。之后，大脑体积与质量开始增长，形成神经连接的突触，逐步完成神经纤维髓鞘化的过程。其中6岁之前是大脑发育最迅速的阶段，被称作“黄金阶段”。脑细胞髓鞘化主要在睡眠中进行，这个过程需要蛋白质参与，高质量且长时间的睡眠可以促进脑蛋白质的合成，是婴幼儿大脑发育和智力发展的基础和保障。

充足的睡眠有助于婴幼儿身体的生长发育。老人们常说，孩子睡觉时腿一蹬一蹬的，那是在长个儿。这话不一定正确，却也有一定的道理。孩子熟睡时，脑垂体会分泌生长激素，这是促进骨骼、肌肉和内脏

组织生长发育的必要条件。

充足的睡眠有助于幼儿和家长保持良好情绪。很多孩子在上幼儿园时哭闹，实际上是因为他没有睡醒。如果是冬天，这一点就表现得更为明显。我们都有被迫起床的经历，非常痛苦，孩子也是一样。只不过成人的意志品质比孩子更坚强，而孩子表现得更为直接。孩子的情绪直接影响着家长，面对蹦蹦跳跳上幼儿园的孩子，家长也一定面带微笑，情绪愉悦。

充足的睡眠有助于幼儿具备充沛的精力和体力。这一点对于孩子在幼儿园精神饱满地参与各项活动非常重要，特别是年龄小的孩子，神经易兴奋也易疲劳，我们经常看到两三岁的孩子在户外活动时趴在老师腿上睡着了，还有的孩子吃午饭时手里拿着勺子就趴在桌上睡着了。只有保证晚上充足的睡眠，孩子才能快速恢复体力，有足够的精力参与第二天的活动。

家长要重视孩子的睡眠时间和质量，做到生活有规律，按时睡觉，按时起床。睡前不要给孩子喝太多水，吃太多东西，也不要进行过度兴奋的活动。若家长有睡前给孩子讲故事的习惯，需注意故事中不要有惊险刺激的情节。卧室的光线不宜太亮，睡觉时把灯关上，不要让孩子养成开灯睡觉的习惯。如果条件允许，家长可以给孩子提供独立的小床，让孩子单独睡觉。

家近还能节省出更多可供自由支配的时间。比如，放学后和同伴玩耍，发展小伙伴间的友谊；到小区里运动，强身健体；和爸爸妈妈一起读书，增进亲子感情……这段时间孩子可以自由选择活动内容，自主制订活动规则，这对培养幼儿主动性以及解决问题的能力非常有益。同时，丰富的生活还有助于培养幼儿广泛的兴趣爱好，激发幼儿



的求知欲。

家近对于培养幼儿良好的生活习惯和自理能力也十分有利。比如按时睡觉按时起床，自己的事情自己做，帮助爸爸妈妈做些自己力所能及的事情，等等。很多家长为孩子长大后不能自理而头疼，但追溯起来，往往都是家长包办太多造成的。给孩子穿脱衣服、整理书包，喂孩子吃饭，抱着上中班的孩子送到班上……问起家长为何要这样做，很多家长总是说：“没办法，他动作太慢，再磨蹭我们上班就迟到了。”如果家距离幼儿园较近，就会有更多时间让孩子来做自己该做的事情。

由此可见，很多问题并不是距离远近造成的，但家近的确是个“宝”，可以为家长和幼儿节省出大量宝贵的时间。

画中看理念

孩子的绘画作品可以体现幼儿园的教育理念。

我教过一个男孩，他非常喜欢画画。有一次，他画了几个德国兵、一张地图、一艘军舰、几只大鸟。就在我以为他已经画完的时候，他拿起一支黑色的笔，在纸上旋转着涂开，直到将整张纸都涂成黑色。我虽然没有看懂他为什么这么做，但还是和原来一样，拿出一张卡片纸，静静地听他讲述他的画，并将所讲内容一字不漏地记录下来。原来，他最后那几笔，是“刮起龙卷风，风把德国兵、地图、军舰和大鸟都卷到天上，天变得很黑很黑……”我将他的作品连同记录卡一起放到展示栏

中。晚上家长们来接孩子，刚看到这张涂满了黑色的画纸时都会不解地愣一下，但看到卡片上的注解后，又都感叹孩子的想象力和大胆的表达方式。

试想，如果老师在认为孩子已经画完的时候坚持收回作品，如果老师在看到孩子画黑圈圈时严厉制止了他，如果老师不认真倾听孩子的讲述，如果老师没有认真记录下他说的“画”，孩子的作品能完成吗？能自主表达他心里的想法吗？老师能了解他吗？家长们能理解他的画吗？如果老师经常因为自己没有理解孩子的画而批评孩子，孩子还会大胆地表达内心的真实想法和感受吗？如果老师因为自己的主观臆断不展出孩

子的作品，孩子还会有自信吗？还能感受到被尊重吗？

几乎所有的孩子在最初抓起笔随意“乱画”的时候，都表现出极高的兴趣和大胆。

几乎所有的孩子在最初抓起笔随意“乱画”的时候，都表现出极高的兴趣和大胆。不用成人教，在

发现笔可以在纸上画出道道时，他们就开始了创作。他们在纸上、墙上、地上或戳、或点、或画，虽然没有一个具体形象的东西出现，情绪却很愉悦。每一张作品都是独特的。即使是同一个内容，或者是同一个孩子的作品，每一张和另一张也都不一样。这样的绘画对于孩子来讲就是游戏，笔就是一种可以留下痕迹的玩具，玩玩具是不会让孩子感到紧张和害怕的。会说话的孩子能对着那张画讲出很丰富的内容，这正是孩子学习运用语言表达自己感受的时候，成人的认真倾听有助于培养孩子的想象力和语言表达能力，为孩子今后写作文奠定良好基础。

可见绘画是孩子原本就会的，但你是不是听过很多孩子说“我不会画”这句话？孩子是从什么时候开始说这句话的？他们从什么时候开始



变得不自信了？是谁让孩子不自信？

实际上，孩子的不自信、不会画，都是成人“教”出来的。当我们教孩子先画一个圆形，周围再画上一圈半圆形就是小花的时候；当我们要求孩子必须在轮廓线内涂色，绝对不能涂到外面去的时候；当我们把着孩子的手告诉他怎么画画的时候，孩子不敢下笔了。他们在成人耐心的引导下开始“学习”绘画：笔下的小草都是整齐地排着队，伸展着方向相同的两片叶子；小鸡都是朝同一个方向同样高度地抬着头；太阳都是在纸的左上角露出四分之一的脸；云彩都长着弯弯的眼睛和胖胖的脸……这时，孩子们画的已经不再是他们自己的画，画中所表达的也不再是他们心中想要表达的内容，而是在画成人心中的“画”，所以他们永远都没有成人画得像、画得好，于是他们不再充满自信。此时，孩子们的作品已不再独具个性，更谈不上富有想象力和创造力。

成人之所以会教孩子画画，是因为他们认为孩子画得不像，因为他们看不懂孩子的画。成人为什么看不懂孩子的画呢？

因为孩子的画抽象，可以只用螺旋形的线条表现跳舞的小人儿；孩子的画夸张，为了表示自己力量大，可以把手臂画得很粗很长；孩子的画概括，可以用一条折线代表一把靠背椅；孩子的画透视，他们画一个房间，既可以画出房间的外观，也可以画出里面的各种物品和人物动作。成人画他看见的，而孩子画他知道的。所以，孩子可以画出妈妈被桌子遮挡住的腿，可以画出小人肚子里有个西瓜，可以画出包包里放着的水杯……

成人画他看见的，而孩子画他知道的。



成人看不懂孩子的画是孩子的错吗？显然不是！成人已没有童心，

更没有大胆表达内心感受的勇气，他们早就被“画得像不像”和“别人会不会笑话我”束缚住。

那么，绘画的价值是“像不像”吗？或者说“像不像”是唯一的价值吗？特别是在学龄前期，孩子绘画的最大价值是什么呢？

绘画是一种艺术表现形式，艺术的核心价值是个性化的感受与表达。只要是孩子真实的感受和自主的表达，对孩子来说都是最有价值的。



让我们来看看毕加索画的牛，寥寥几笔，勾勒出牛的典型特征；再看看米罗的画，如果不解释，你能看懂多少？毕加索说：“我能用很短的时间就画得像一位大师，但我却要用一生去学习画得像一个儿童。”相反，一个孩子却说：“我10岁之前画得像毕加索。”

孩子的绘画作品反映了成人的教育理念，同样，一个幼儿园孩子的画也可以反映出这家幼儿园的教育理念。富有个性的作品越多，越说明老师尊重孩子，懂得孩子。懂得尊重孩子的老师，他对孩子的尊重绝不会仅仅体现在绘画这一件事上。有这样的老师相伴，孩子一定受益良多。

一幅小小的作品，反映了老师的儿童观，反映出幼儿园的教育理念。要做到让孩子的绘画作品富有个性极其不易，幼儿园和老师不仅要有先进、正确的理念，更要具备挑战传统观念的勇气。做孩子的教育工作并不难，难的是做家长的工作，这是很多幼儿园和老师的共识。为什么很多幼儿园和老师，明明知道“教”孩子画画会束缚孩子的想象力和创造力，却仍然在“教”？因为他们要迎合家长的需要，满足家长急于