

家长提前准备 孩子轻松上幼儿园

8月,新市民小琼的儿子就要开始为期一个月的幼儿园试读了,她的孩子既期待又害怕,做家长的她却总是觉得自己与儿子都没有准备好。

入园是孩子从家庭踏入社会的第一步,进了幼儿园,小朋友就要开始照顾自己。可是,在进幼儿园之前,孩子们的衣食住行、交际娱乐几乎都是由爸妈“全权包干”的,一下子进入幼儿园,孩子们能适应吗?家长们应该为孩子入园提前做些什么准备?

宝宝要提前学会自理

孩子上幼儿园不仅是从家里玩到幼儿园玩那么简单,校园里日常涉及到的衣食住行都与之前在家的生活习惯息息相关。家长们也不能抱有侥幸心理,觉得将孩子送入园,老师会教吃饭、孩子饿了总会自己吃饭。

其实,孩子三岁了,如养成下面良好的生活习惯,入读幼儿园无论对小孩还是对家长来说,都是一件轻松且充满期待的事。

1.教会宝宝自己吃饭、喝水。这点很重要,孩子中午会留在学校吃饭,中午不吃饱,会饿半天,营养跟不上。在上学前一两个月,放手让孩子自己拿勺子,吃饭,拿杯子喝水。

2.教会宝宝自己如厕。具体是指会表达如厕需要,会自己上厕所,会提裤子,会擦屁股,并且擦干净。

3.教会宝宝自己穿衣裤鞋。注意给孩子买的衣服不要复杂,尽量选择套头式上衣,松紧带裤子,魔术贴黏扣的鞋子。方便简单,孩子

更方便。早晨起床,午休起床可以耐心让孩子自己慢慢摸索着穿戴。

4.给孩子调整作息时间。上学时间早起早睡、午休休息,与在家休息时间不一致,需要调整跟上学时间差不多。一般是晚上8、9点开始睡觉,早晨7点半开始起床,午休时间休息一个小时候左右。保证孩子可以有12小时的睡眠。

5.让宝宝有防范心理,对危险常识要有认知。危险的事情防不胜防,在平时与孩子的沟通中就要有所普及,水、电、火、爬高等安全常识,遇到困难要找谁帮忙,不与陌生人的搭讪等,同时教会孩子背诵家长的电话号码和家庭住址、家长姓名等。

6.教会宝宝表达沟通。学会表达,学会复述,学会交友,不仅可以促进孩子与外界接触的自信心,变得更开朗,更健康活泼;通过表达也能够让家长了解孩子在学校的表现,帮助孩子健康成长。

宝宝入园家长要这样做

在日常生活中,家长们都会发现,提前跟孩子沟通即将发生的事情,让孩子有个心理准备,孩子往往能接受很多家长以为他会抗拒的事情。所以,在孩子上幼儿园前,家长除了要跟老师沟通外,还要提前充分让孩子了解幼儿园,并适当放松心情。

1、提前和孩子沟通。在准备送孩子上幼儿园之前要提前跟孩子沟通好,让孩子有心理准备,比如在幼儿园可以认识很多小朋友一起玩耍,可以学到很多知识和本领,可以参与很多爸爸妈妈不会的游戏等,使孩子能产生期待和向往。

2、提前和老师沟

通。一方面是了解幼儿园的日常工作安排,比如上下课时间、餐饮、孩子作息等;另一方面主要跟老师说明一下自己孩子的情况,比如性格、爱好、特长,以及孩子哭闹了怎么办等,帮助老师尽快地了解宝宝,更好的教育管理照顾宝宝,促进宝宝融入班集体。

3、确保准时接送。一定要准时接宝宝放学,让宝宝一放学就能看到爸爸妈妈,增强好早的安全感。要树立孩子的安全意识,放学后不要跟陌生人走,不要容易被哄骗,一定要见到最亲的家人才可以。

4、正确应对孩子哭

闹。对于刚刚上幼儿园的孩子来说,哭是非常正常的表现,孩子的哭闹最集中的时间,是早晨进园时。家长要做的只有一件事,和他说再见,然后快速离开。家长要相信幼儿教师,他们会采取多种办法迅速转移孩子注意力,使他们很快停止哭闹。

5、不要养成吃零食习惯。孩子刚上幼儿园,心情难免紧张,一开始会吃不好饭。每天接孩子时,问清楚今天吃了什么。如果吃得不多,不要轻易给零食养成不好习惯,而是回家后再让他跟着家人一起吃顿晚饭。在最初入园的两周内,家长可以在家做些简单的早餐,让孩子先吃一点再去幼儿园。

应对孩子不肯去幼儿园有妙招

支招1 承认孩子的真实感受

当孩子说“不想去幼儿园”时,他们是真的不想去,因为他们对陌生的环境和离开父母非常不安。很多无可奈何的父母会用“你怎么能不想去幼儿园呢”等来回应孩子。其实,这就犯了否认孩子

真实感受的错误。

当孩子抵触上幼儿园时,首先要理解、承认孩子的感受,“妈妈也一样会想你的,一放学妈妈就来接你,你又可以和妈妈在一起了。”这样做才能让孩子逐渐放心。

支招2 妈妈的焦虑不要“传染”给孩子

在孩子上幼儿园这件事上,你是不是有过太多焦虑和不安呢?“幼儿园老师会不会对孩子不好啊”“我的孩子能不能好好地

自己吃饭啊”,这些焦虑和不安都会传达给孩子,让孩子觉得上幼儿园是件很可怕的事,所以自然会产生抵触了。

支招3 不要说“要是学不会这个,上了幼儿园可不行”

很多孩子在初上幼儿园时都不“完美”,有的孩子不会自己上厕所,有的孩子不会自己系扣子、穿鞋子。

各位妈妈们自己一定要有真切体会,过于焦虑不安时,学习也通常会失败;要想学好一件事,首先要有自

信。可是,和孩子说“你不会吃饭到了幼儿园可不行”“你还是上不好厕所,到了幼儿园可怎么办呢”,这些话可没法帮助孩子建立起信心,反而会给孩子“幼儿园很可怕、我去不了幼儿园、我做不到”的印象。

支招4

坚持送孩子上幼儿园

对孩子哭闹不肯上幼儿园这一问题,最重要的原则是:父母要坚持接送,勤与教师交流沟通,家园一致,及时发现和解决问题;多鼓励,多表扬,培养孩子的独立和自理能力。

坚持送孩子上幼儿园,不管天气冷热、刮风下雨,都要按时。如果经常强调客观原因不去幼儿园,会养成孩子怯懦、娇气、任性和自由散漫的不良习惯。因此,家长要从小培养孩子的纪律性,培养他坚强的意志和勇于克服困难的精神,平时还要鼓励宝宝多交朋友,可以邀请其他的小朋友到家中来玩,促进孩子们之间的友谊。

撰文/整理 欧林菊

