

孩子上学前班的第一天



孩子在托儿所或学前班的第一天，对孩子和家长而言均是一个挑战！
以下是一些有过切身经验的家长的建议，可以帮助缓解第一天的忧虑情绪。

在孩子入读幼儿园之前，提前进行预约和孩子一起参观幼儿园。

- 帮助你的孩子列出她想了解幼儿园的哪些情况。例如，她可能想知道老师的名字、卫生间在哪里以及是否需要午睡。参观幼儿园时带上这份清单。
- 安排幼儿园工作人员和孩子见面，这样你的孩子就会认识一些人并记住工作人员的名字。
- 询问幼儿园工作人员如何帮助家庭为孩子入园第一天做些准备。老师是否进行家访？是否欢迎家庭成员在孩子入园的第一、第二周与孩子一起呆在教室里？孩子们是否可以随身携带具有安抚性质的物品（比如泰迪熊或家庭照片）？
- 在探访后，与孩子谈谈你发现的情况。例如，孩子找到卫生间了吗？孩子知道老师的名字了吗？

为顺利度过第一天提前作安排。

- 在你孩子要开始入园的前几天，和他一起在日历上标出该日期，然后开始“倒计时”。邀请孩子帮助你收集他的学习用品。让孩子决定穿什么衣服和吃什么午餐。
- 确保你的孩子知道她将如何往返于幼儿园——例如，与你或其他亲戚一起乘车、拼车或乘坐黄色校车。

培养良好的告别习惯。

- 从简单的、对你的家庭有意义的告别方式开始。你的孩子可能希望你拥抱她，提醒她一天结束时会返回家中。或者她可能希望与你有一些其他的互动，比如说分享一个笑话，或者一起决定她要先尝试哪项活动。
- 如果你的孩子在你离开时感到痛苦，你可以让他知道你理解他在学校时可能会想念家人，但你确信这些感觉会过去，一段时间后他会感觉好很多。
- 如果你把你的孩子带进教室，千万不要在没有让她知道你要离开的情况下就自行离开，即使你知道你离开时她会很难过。告诉幼儿园工作人员你必须离开；他们可以安慰她，让她把注意力转向某项活动。

English Title: Your Child's First Day in Preschool



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education