

您的孩子马上要上幼儿园了吗？让它成为一个美好的体验吧！



开始上幼儿园，对孩子们来说是一种焦虑或兴奋的经历。他们需要到一个陌生的环境，花时间和陌生人在一起，但他们也会交到新朋友，认识新老师，学习新技能。一个好的开始是很重要的！如果孩子们在幼儿园的体验很好，那么他们往往会继续在学校表现出色。如果孩子们觉得上幼儿园很痛苦，那么他们在其后阶段往往也会遇到麻烦。

在开学前谈谈上幼儿园的计划。

在上幼儿园之前，和您的孩子谈谈幼儿园的事。看看她心目中的幼儿园是什么样子。准备好回答她的问题：一天开始时会是什么样子？一天结束后会是什么样子？我在哪里吃午饭和玩耍？

在春季学期参观幼儿园教室。

如果可能的话，在她开始上学之前，在春季学期期间参观幼儿园的教室。和老师聊聊天，在学校里逛一逛。参观游乐场、餐厅和卫生间。看看这些地方和人员可以缓解孩子们可能有一些担忧。

让您的孩子知道焦虑是正常的。

如果您的孩子在犹豫要不要上幼儿园，让她知道您（或哥哥、姐姐或朋友）也曾产生过犹豫。安慰她说她很快就会习惯的。

确保您的孩子休息好、吃好。

对孩子们来说，上幼儿园通常比上小学更累。如果您的孩子休息得好，早餐吃得好，就更能适应幼儿园。当孩子们开始上学时，定时睡觉和进餐比以往任何时候都重要！

帮助您的孩子培养责任感。

在上学期期间，您希望您的孩子能够负起责任，能够自己做好准备并带好自己的个人物品按时到校。您希望她能够完成学业和课堂任务。若她自学校带回重要事项的通知时，您希望她能够告诉您。从上幼儿园开始，尽可能让孩子自己完成这些重要的任务。这样做会让她觉得自己很能干，并学会负责任。

认真对待幼儿园。

对孩子的幼儿园体验表现出兴趣，让他知道学校是很重要的。问他和谁一起玩了，读了什么书，参加了什么活动。了解老师和学校告知的注意事项。只有您有时间，尽可能地参加家长会和其他学校活动。您对他幼儿园经历的兴趣传递了一个重要的信息：学校很重要！

English Title: Starting Kindergarten? Help Make It a Good Experience!



13 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