



| 园长专访

给家长的“安心锦囊” 园长支招：告别新生分离焦虑

开学在即，您是否也在为孩子开启幼儿园生活可能会哭闹、抗拒而感到焦虑呢？入园焦虑不仅困扰孩子，也牵动着家长的心，这是许多小班新生家庭的“必修课”。为此，记者采访了晋江市第二实验幼儿园园长何秀凤，整理了这份缓解入园焦虑的“锦囊妙计”，帮助孩子们更快地爱上幼儿园。

正确看待入园焦虑

当孩子离开熟悉的亲人和居住环境，首次迈入社会环境——幼儿园时，会产生心理上的不适应，如恐惧、排斥、害怕、紧张等，从而出现入园焦虑。

“小班的孩子入园正常会比较焦虑，虽然有些孩子提前上了早托班，但是离开了熟悉的老师和小朋友，需要再重新融入新的环境和‘社交圈’。很多人说，走进幼儿园是孩子迈向社会的第一步，在这阶段孩子在心理上产生焦虑、排斥、恐惧等情绪都是正常的。”何秀凤表示，这需要家长去接纳孩子，并帮助孩子更快地去适应新的成长阶段。

如果孩子入园适应阶段出现了发烧、梦魇等情况，家长也不要过于紧张。当孩子在适应全新的环境时，心理上也会承受一定的压力。家长能够做的就是给予更多的陪伴和鼓励，当孩子回到家后多跟其聊一聊幼儿园里有趣的事情，切忌以消极负面的态度去引导，比如“今天有没有谁打你啊？”“今天在学校里哭了几次呢？”经过一段时间的沟通和引导，让孩子慢慢建立对幼儿园的期待感。

双方做好心理建设

那么，家长怎么让孩子逐步建立对上幼儿园的期待感呢？“在日常的相处过程中，可以有意无意地就‘上幼儿园’这个话题和孩子聊一聊。比如，幼儿园是一个特别温暖、有爱的地方，有很多的玩具，甚至还有大型的滑滑梯，还有像妈妈一样温柔的老师，以及一群可以一起玩耍的小朋友。”何秀凤表示，在家长有意识地谈话引导间，能够让孩子建立对幼儿园的初印象，以及对即将到来的幼儿园生活的期待。

需要注意的是，家长在帮助孩子做好心理建设的同时，也需要调整好自己的心态。首先，家长要相信孩子能很好地适应集体生活，避免在送孩子入园时优柔寡断、拉拉扯扯，减少不舍等情感的输出，学会做一个勇敢的家长。其次，要相信幼儿园的老师能够在短时间内安抚好孩子的情绪。如果想及时了解孩子的入园情况，可以在中午或放学时段向老师了解孩子情况。第三，还可以在入园前和孩子做好约定，比如妈妈会第一个来接你，给孩子更多积极向上的暗示信号。

此外，还有一种情况需要家长做好心理准备。“有的孩子在刚入园一周时心情都很愉快，但在第二周后出现哭闹、抗拒入园等情况。出现这种情况的话，有可能是孩子入园的新鲜劲过了，想重新回到家里。这个时候，家长要温和而坚定地告诉孩子，每个人都有自己应该要做的事情，爸爸妈妈要上班，而宝贝要上幼儿园。”何秀凤分享道，上学是一个持续性的过程，不能“三天打鱼两天晒网”，孩子一哭闹家长就心软，要坚定让孩子坚持上学这一信念。

提前做好入园准备

记者了解到，为孩子更好地度过入园焦虑，幼儿园也会针对小班新生开展适应性的课程，从家长全天陪同到半天陪同，再到让孩子独立半天入园，帮助孩子更好更快地融入幼儿园生活。

在自理能力培养方面，这段时间里家长要学着放手，在家里尽量给孩子提供锻炼的机会，鼓励其做一些力所能及的事情，提高自理能力。比如，自己吃饭、洗手、如厕、穿脱衣服等，尽量做到自己能够服务好自己。

开学前，家长还可以提前和孩子一起准备小书包，放入日常更换的衣物、汗巾、纸巾、小水壶等，提前给孩子的物品绣上姓名或贴上专属的符号。值得一提的是，为缓解孩子的入园焦虑，家长还可以让孩子戴上熟悉的小玩偶陪孩子一起入睡，帮助孩子平稳地度过适应阶段。

此外，家长务必提前告知孩子的身体情况，如饮食禁忌、隐性疾病等，让老师有心理准备，保障孩子的在园安全。

艺树实验幼儿园艺璟园区 将于9月1日迎接首批新生

本报讯 日前，记者从晋江市艺树实验幼儿园获悉，该园艺璟园区已完成建设及移交工作，将于今年9月1日正式开园。目前，开设了3个小班和1个中班，已招收幼儿96名。该园区的投入使用，将有效满足昇路艺璟小区及周边社区适龄幼儿的入学需求，进一步优化区域学前教育资源布局。

艺璟园区位于晓升社区长兴路198号，是昇路地产昇路艺璟项目的配套幼儿园，与艺树实验幼儿园总园区相距仅约450米。园区占地面积4680.03平方米，总建筑面积5975.05平方米，规模为12个教

学班，可容纳350名幼儿。园所主体建筑共四层，还配有教师办公室、会议室、游戏室，以及融合利郎企业文化的服装设计制作室、生活劳作室等多个功能空间，为幼儿提供了安全、舒适、充满童趣的学习与生活环境。

据了解，艺璟园区已于今年6月由昇路地产正式移交至青阳街道办事处，并作为晋江市艺树实验幼儿园的第二个分园区，纳入其统一管理体系。至此，晋江市艺树实验幼儿园正式形成“一块牌子、一套班子、三个园区、分片管理”的紧密型集团化办园新格局。目前，该

暑期晒娃“大赛”终极版 看看你家娃上榜了吗

暑假终将告一段落，但成长故事闪闪发光。在这个刚刚过去的假期里，由本报发起的“难忘亲子时光 爱与创意齐飞”线上互动征集活动，收到不少亲子家庭的积极投稿。无论是跨越千里的壮阔，还是身边一草一木的奥秘，抑或是一个专属夜晚的窃窃私语，都是这个夏天最动人的注脚。一起来看看精彩花絮！



小小探索家 解锁家门口的世界

脚步，丈量山河；好奇，解锁世界。在“小小探索家”互动板块，不少孩子宅家也能发现探索的乐趣。瞧，来自晋江市第四实验幼儿园的杨雅雯小朋友，在清晨时分发现院子里的一片叶子上有个“大块头”，身形比普通蚂蚁大很多，还长着翅膀。正当她以为是奇特大蚂蚁时，妈妈告诉她说：“这是微脚蝇，虽本身无毒，可会携带病菌，不能用手指碰呀。”

晋江市实验幼儿园嘉天下分园的林欣晔小朋友在小区楼下的草地上发现了小蘑菇。而来自晋江市第八实验幼儿园的王培琛小朋友也在晚间散步时发现了一只会发光的虫子——萤火虫。“我在凑近观察后发现，萤火虫跟大多数昆虫一样都有头、胸、腹、触角和翅膀，但它最特别的地方是肚子会发光，一闪一闪的像小星星一样。”王培琛还将自己对萤火虫的观察做成了一幅手工作品。

小小旅行家 用脚步丈量山河

在此次来稿中，不少孩子化身“小小旅行家”，用脚步丈量山河。来自晋江市第三实验幼儿园的李佳禾小朋友站在镜头前开怀一笑，背景是大红色的故宫城墙。“金灿灿的琉璃瓦在太阳下闪闪发亮，脚下的石板路坑坑洼洼，它们都好像在跟我说：‘欢迎来北京故宫呀！’”李佳禾妈妈分享道。

来自晋江市第四实验幼儿园的张墨轩小朋友在父母的陪伴下远赴腾格里沙漠。置身沙漠中，张墨轩也体验了一把滑沙的快乐。“虽然在沙漠里爬坡非常艰难，且途中偶尔还有风沙吹拂，

但跟滑下来的快乐相比那些困难都可以克服。”张墨轩妈妈告诉记者，孩子一趟一趟地来回，对滑沙乐此不疲，沙漠上空回荡着爽朗的笑声。

无独有偶。来自晋江市艺树实验幼儿园的游儒瀚小朋友在家人的陪伴下开启一段丰富多彩的旅程。在浙江省安吉自然博物院，他看到了巨大的恐龙骨架；在杭州西湖，他邂逅了可爱的小松鼠；在太湖古镇，他还看了绚丽的烟花水舞秀。“这次的旅行让我看到了不同的风景，学到了很多知识，真的太开心了！”游儒瀚说道。

亲子奇妙夜 点亮温馨陪伴时光

夏日有期，快乐无限。那些专属的亲子之夜，让陪伴成为最温暖的告白。来自晋江市星星实验幼儿园的陈凌锋小朋友分享了儿童绘本读物《霍金简史》：霍金在21岁患上了渐冻症，医生诊断他最多活两年，但他凭借着强大的意志力多活了55年。

“在这55年中，霍金全身心投入物理领域的科学研究，他所做的科学发现改变了大家思考世界的方式，他还完成了《时间简史：从大爆炸到黑洞》这本巨著。从他身上，孩子学到了克服困难坚韧不拔的品质，对学业的刻苦钻研，以及对科学的执着追求。”陈凌锋的爸爸分享道，暑期亲子阅读不仅能增长孩子的见识，还是一段难忘的仲夏夜时光。



幼教集团共拥有23个教学班，在园幼儿达592人，教职工105人，办学规模与影响力持续扩大。

该园园长蔡彩萍表示，未来将

深入实施“总园带分园”的集团化办园模式，通过制定完善的集团共同体合作章程与实施方案，着力推进“一套机制、三类平台、五个共

管”的工作目标，积极探索并实现各园区之间的“管理共建、资源共享、教学共促、文化共融、评价共生、和而不同”的园区发展模式。

“秋老虎”来了 收下这份开学穿衣指南

“开学季”即将到来，受当季天气变化影响，若孩子穿衣不当，很容易感冒生病。穿多了怕在学校活动时热着，穿少了出入室内外又容易冷热交替。那么，家长该如何帮助孩子“穿对衣服”呢？这份秋季穿衣指南快来收下吧！

中午热早晚凉 这样穿衣不踩坑

当下，晋江白天的体感温度较热，尤其是在中午时分仍有高温暴晒的情况。而在近日的早晚时段，人们已经能够感受到秋风的几分凉意。面对这种忽冷忽热的天气，稍不留心就容易感冒着凉。需要家长留心的是，中午的气温虽然炎热，但早晚外出记得给孩子加件薄款的小外套。

如果白天气温在30℃左右，那么建议家长给孩子穿纯棉短袖，薄款防蚊裤或三分运动裤，面料选带网眼的更加透气。需要注意的是，孩子上学期间尽量避免穿无袖的上衣，避免孩子在玩闹时不小心碰到胳膊导致擦伤。此外，家长还可以让孩子多带一件透气的防晒衣，户外活动时穿上可防紫外线，走进室内时还能当薄款外套。

如果碰上刮风或阴雨天气，气温在25℃~30℃之间，那么家长可以给孩子穿纯棉短袖和薄款运动裤，防止不透气、闷汗。需要提醒家长的是，学校室内可能开空调，书包里可以带一件薄款的针织衫，冷了可以随时穿。

注意以下款式 避免潜在危险

很多家长会在开学前给孩子置办款式时尚的新衣服，然而不少衣服“中看不中用”，尤其对于幼儿园阶段的孩子来说，便于手脚展开运动、舒适透气的衣服才是优选。

那么，有哪些款式的衣服需要“避雷”呢？比如，紧身的衣裤不仅勒身体、穿脱费劲，还有可能磨伤皮肤；带抽绳的衣裤，孩子在户外运动时容易被勾住，存在安全隐患；有亮片、流苏、水钻等装饰太多的衣服，孩子可能会误食或划伤自己；另外，尽量避免选择系鞋带的鞋子，孩子跑动时鞋带散开容易绊倒，鞋带散开后孩子不会系，可选魔术贴或一脚蹬代替。

眼下“秋老虎”当道，建议家长及时查看天气预报，在孩子的小书包里提前备好一套换洗的衣服，避免孩子在学校运动后出汗无法及时更换。此外，建议不要过早地收起短袖，早晚备一件薄款外套，做到“随时加减”。

闽南童谣秀

蔡翌晗小朋友分享 闽南童谣《阿婴吃糜要惜福》



传承乡音，收获成长。在晋江经济报发起的晋江市第七届亲子阅读节暨闽南童谣传唱活动中，由晋江市金井镇毓英中心幼儿园小朋友蔡翌晗带来的闽南童谣《阿婴吃糜要惜福》生动有趣，在展示自我风采的同时，还传播了家乡“好声音”。一起来看看他的精彩演绎！

本期嘉宾：蔡翌晗
投稿作品：《阿婴吃糜要惜福》
获奖荣誉：优秀奖
幼儿园：晋江市金井镇毓英中心幼儿园
参与心得：“闽南童谣是闽南地区独具的民间艺术形式，它承载着闽南人民的智慧和情感，是我们闽南文化的瑰宝。”蔡翌晗妈妈告诉记者，此次参赛不仅给孩子提供了锻炼的平台和机会，还意外收获了成长的惊喜。

据了解，翌晗小朋友在上幼儿园后，积极地参与幼儿园举行的闽南童谣活动，曾先后获得该园小班段的“闽南童谣之星”称号，以及学园的“闽南童谣优秀奖”。

“感谢主办方为孩子提供了一个展示闽南文化的舞台。”蔡翌晗妈妈表示，孩子在参与的过程中不仅锻炼了口语表达能力和自信心，还感受到了传承和弘扬闽南童谣的魅力。



本版由本报记者张清清采写