



生活准备篇

宝宝入园的四大准备事项

吃喝拉撒睡 要学会生活自理

自己会吃饭;到时间就能睡;知道跟大人表达大小便的意愿;养成饭前、便后洗手的习惯;有自己的毛巾,有自己的喝水的杯子;会穿、脱简单的衣服、鞋子……如果你的孩子基本掌握了这些生活技能,那么恭喜你,他适应幼儿园的速度将会很快。

关键词:自己吃饭

“该是让孩子自己吃饭的时候了。给他一个吃饭的环境,安静地坐下来吃饭,学会握勺吃饭并且在一定时间内把饭吃完。也许他吃得到处都是,一团脏乱,但即便如此,仍然不要追着喂、边吃边玩。”南京市第二幼儿园园长朱玉华告诉记者,现在很多家长过于包办,让孩子吃得太过精细,菜剁成泥、水果榨成汁,其实这些都不利于训练孩子牙齿的咀嚼功能,要让孩子多吃一些粗纤维的

菜。同时,不要在孩子耳边唠唠叨叨:“怎么又不好好吃饭了!”而是用一些赞美的、惊喜的语言取而代之,如“今天的饭真香啊”“宝宝吃得真好啊!”

关键词:规律午睡

“幼儿园一般要求孩子中午12点多开始午睡,下午2点半左右起床,那么,家长从现在开始,这个时间段就不要带孩子出去玩。”南京市游府西街幼儿园园长李德萍建议说,“把窗帘拉上,放一段轻柔舒缓的音乐,要求全家人都不要制造声响,总之给孩子一个适宜午睡的环境。当然孩子如果睡不着,也不要呵斥,而是告诉他,可以躺在床上休息。”除了午睡,了解幼儿园一天的作息安排也很重要,并据此逐步调整孩子的生活起居规律,而不是根据大人的时间规律来安排,不要让孩子大中午还

在外面疯玩,也不要到了晚上九点还没让孩子上床。早睡早起,帮助孩子尽量与幼儿园作息同步。

关键词:表达便意

“刚入园的孩子不小心尿湿裤子,或者睡觉时尿床是很正常的,小班的孩子毕竟还小。尤其是在入园之后,随着天气逐渐转凉,如果尿在身上而不及及时换掉,孩子很容易生病。”朱园长表示,“这个时候,让孩子明白想要大小便,或者不小心弄在了身上要及时告诉老师,这很重要。当然,在幼儿园老师会提醒孩子上厕所,所以在家里时,父母也要及时提醒孩子大小便。”其实,在家庭生活中,家长完全可以尽早训练孩子正确表达大小便的意愿,大概1岁半左右,就可以让宝宝学说:“我要小便,我要大便。”此外,睡前、醒后等可以提醒宝宝小便。

资料准备篇

了解幼儿园 也让老师了解孩子

就要把自己亲爱的宝贝送到幼儿园去了,你是否足够了解孩子即将生活的幼儿园呢?在此,快报“好孩子”幼儿园的园长们提醒广大家长,了解一些幼儿园的情况,并且向幼儿园的老师提供一些必备的资料是非常重要的。

关键词:你要了解的

孩子在幼儿园的“一日生活常规”,这包括孩子在幼儿园的一天当中所有细节的规则训练,主要包括:正确洗手、正确吃饭、安静进餐、饭后擦嘴、安静睡眠、专注活动、正确的坐姿等……这些细节在家庭环境中同样要求孩子做到。孩子在幼儿园会参加“主题课程”的学习,一个主题课程往往涵盖了社会、语言、数学、科学、健康、艺术等各个方面的内容;“区域活动”也是一项主要内容,

以孩子感兴趣的活动材料和活动类型为依据,将活动室相对划分为不同的区域,赋予不同的主题内容,让孩子自主选择,在活动的过程中通过与材料、环境、同伴的充分互动而获得学习和发展的。此外,幼儿园的“开放日”,一般为半日开放活动,家长可以从孩子入园到午餐环节了解孩子的所有情况。幼儿园有“家长学校”,有的幼儿园还有“家委会”,是增加家长和学校沟通的活动等,家长有必要多向老师了解。

关键词:你要提供的

入园前一个月内带孩子进行体检,并把体检表提供给幼儿园,以及孩子的预防接种证,另外,孩子如果有特殊的情况,如健康状况,特别的生活习惯嗜好最好尽早跟保健老师沟通。

物质准备篇

拍一张照片 记录孩子成长过程

入园前几天,也许一切都准备就绪了,但是,别忘了,还有很多细节,要替孩子想到哦!比如给孩子准备一件礼物,毕竟这可是他迈出的人生重要的一步。

关键词:舒适的衣服鞋子

也许你的小公主很喜欢穿那件蓬蓬裙,可是,想一想孩子要穿着这样的衣服呆在幼儿园一天,9月份的天气还有点热,这样的选择似乎不太合适。给孩子多准备几套宽松的、舒适的、柔软的衣服,纯棉质地最好,最好是有兜的,开身的,穿脱方便。女孩的衣服不要有太多装饰物,男孩最好不要穿带拉链的裤子。一定要穿内裤。鞋子大小要合适,尽量不要选择新的皮鞋,底软、轻便的布鞋或运动鞋较好,适合跑跳活动。款式以松紧口或粘扣的为好,最好不要系鞋带。

注意鞋底防滑。也许孩子刚到幼儿园还会不小心尿湿裤子、吃脏衣服,那么,多准备一套衣服,带上围兜放在幼儿园是很明智的。

关键词:送孩子一件礼物

选一件礼物郑重地送给孩子,你的尊重会让他觉得自己正在做一件了不起的事,标志着他长大了,一件心仪很久的玩具;或者是一本纪念册,写上他的幼儿园名字、入园日期、班级名称、自己的名字,或者老师名字都很有纪念意义。

关键词:拍一张照片留念

最后,准备好照相机或者DV,为这个里程碑的一刻留下永久的纪念,别忘了,在送他去幼儿园的时候,告诉孩子:“我爱你,我为你骄傲!”

快报记者 袁永红

心理咨询师—
朝阳的职业,
身心健康的良师益友

现代生活中的人们逐渐感受到来自家庭和工作的双重压力,于是我们经常听到这样的词汇:焦虑、抑郁、职业倦怠等等,心理健康越来越受到关注。

受国家人力资源和社会保障部的指定,江苏省心理学会作为心理学学术与治疗权威机构于7月至10月开办一流规范的心理咨询师培训。培训集结省内乃至全国最优秀的心理学术和治疗专家,其中包括省心理学会理事长、博导谭良教授,我省唯一国家心理督导师专家委员会委员、博导傅宏教授,心理咨询专家桑志芹教授,青少年咨询专家陶口恒教授,心理专家顾雪英教授等。除了规定的教学内容之外,学员还能得到模拟咨询、个人成长、督导等专业素质训练。参加全国统考合格可获得国家人力资源和社会保障部颁发的心理咨询师职业资格证书。

成为心理咨询师的过程也是增强观察、理解、人际沟通、自我调节能力,提高个人生活质量的过程。心理咨询知识,可以为企事业单位以人为本的管理提供有效帮助,也可让个人在亲子教育,处理婚恋关系以及增加就业机会等方面获益匪浅。

咨询电话:
84492690 83598491
培训地点:南师大
随园校区
网址:www.jspsy.com

心理准备篇 认识幼儿园 爱上老师和同学

一般来讲,孩子对陌生的环境会有一定程度的焦虑感,所以,让孩子接受幼儿园最为重要。这个接受的过程首先应从让孩子认识幼儿园开始,这是一个人和环境的接触,此外,人和人的沟通也极其重要,包括和老师、和同伴的沟通过程。

关键词:认识幼儿园

“首先,家长要对幼儿园有个正确的认识。选择幼儿园并非取决于是否名气大、收费高、硬件设备好,而是要看这个幼儿园、老师是否适合孩子。每个孩子都是不一样的,有的内向收敛,有的外向活泼,那么内向的孩子可以选择开放一点的,有艺术气质的老师。同时,老师的责任心和爱心非常重要,多听听已经入园或已经毕业的孩子家长的意见,切忌攀

比。”南京市第二幼儿园园长朱玉华表示。“这段时间,家长可以带孩子参观一下幼儿园,熟悉幼儿园的环境,关注幼儿园有哪些亲子活动,因为现在有些幼儿园的一些活动是对社区开放的,可以不失时机地参与进去,让孩子近距离接触幼儿园。”南京市游府西街幼儿园园长李德萍提醒广大家长。

关键词:和老师沟通

李园长告诉记者:“通常在新生入园前,老师会上门家访,这其实就是让孩子与老师近距离接触的一个机会,孩子入园的时候,会对班上的老师有初步印象,这个老师是我见过的,他至少不会过于排斥。同时,家访也会让老师对孩子的家庭环境、家庭教育状况有所了解,孩子到了幼儿园以后,老

师可以有的放矢地进行教育。”而同时,孩子在入园以后,家长和老师的沟通对于孩子适应入园也非常重要,李园长继续强调说:“和老师的沟通也有讲究,建议选在接孩子的时候和老师沟通。”

关键词:和同伴相处

孩子从家庭生活向集体生活转变,是一个非常大的转变,对此,朱园长表示:“从现在开始,家长可以有意识地增加孩子和同伴交往的机会。告诉孩子该怎么和同伴相处,要交往、分享、合作,而不是抢、咬,帮助孩子做好集体生活的准备。”而李园长则建议说:“从现在开始,多带孩子去小区中、社区广场中玩,同时有意识地让孩子多跟同龄的孩子一起玩,告诉孩子什么是分享、什么是谦让。

卡耐基成功素质经典课程

卡耐基当众讲话风靡南京

克服紧张、轻松自如地当众演讲

巴菲特说,有一件事你是必须做的,不管你喜不喜欢,那就是轻松自如地当众演讲。卡耐基学校年长的学员,这方面的同感愈强。其中一位担任处长的学员说,回顾过去的当众讲话经历,可以用血泪来形容。因为不能轻松自如地当众演讲,让我失去了太多的机会。这位学员分享收获时说,通过这次学习,1、真正懂得了如何正确准备当众发言。以前也经常发言,到下面给市里

面做培训,常常心里想准备,可力不从心,无从下手,最近到下面去培训,完全不一样了,效果非常好;2、增强了说服力。学习期间向领导汇报了自己在数据准确性方面的想法,领导马上就赞同了我的想法,并让我负责这方面;3、变成更热忱了。在办公室做完事后,我发现自己能主动地走到同事、领导、下属办公室沟通交流……

在竞争激烈的今天,卡耐基当众讲话训练为什么这么有

效,如何进行,是如何帮助自己脱颖而出的呢?南京卡耐基学校(www.njknj.com.cn)当众讲话免费体验活动为您揭密。

最近开班:

暑期青少年演讲培训班6月22-26日、青少年情商培训班7月22-8月8日。

成人当众讲话培训班:6月14日周日班、6月19日晚班。每班名额有限,欲报从速,报名热线:025-84210358 84210359

九年诚信办学,口碑传遍万家,卓越成绩造福社会!

中考合同制精品班招生

南师、南外、金陵、县中、力小、琅小、北小等名校命题,阅卷老师精心打造小班化,分层次、滚动式,首家连续八年与学生签协议,承诺考取省重点名校的品牌办学机构,名师辅导的内容与中考题型完全吻合,考试时学生轻车熟路。连续八年取得中考辉煌成绩,高分学生云集,100%考取省重点,80%达到南师附中、金陵中学分数线,成为名副其实的中考第一品牌。(招新七、八、九年级学生,考试入学,签订协议)

小升初分班考前特训班

连续六年举办分班考试集训,系统收集整理29中、树人、9中、13中、郑外、育英一外、玄外、三中等名初中的分班测试资料,针对性强,许多学校的考点就是我们讲课的重点,分层次小班教学,效果明显,不仅在分班考试中胜人一筹,而且为初中阶段学习夯实了基础。(新3至6年级同时招生)

电话:025-84409401 86647551 13584088860 校长热线:13952014400 南京教育家协会地址:太平北路39-1号四楼(1912斜对面) 网址:www.xs.jedu.com.cn 南京新世纪学校

东南大学 远程教育本、专科招生

东南大学是教育部直属全国重点大学,是全国最早开展现代远程教育试点高校之一。学院在教学实践中积累了丰富的教学资源,管理规范有序,学习方式灵活主动。入学考试自主命题,学习年限2.5-5年,学习形式业余,国家承认学历,教育部电子注册,09年继续向社会招收本、专科学历。

专升本	南京地区招生专业及咨询电话	高起专
东大本部: ●会计学 ●电子商务 ●机械设计制造及其自动化 ●电气工程及其自动化 ●法学 ●计算机科学与技术 83795905 83795276 83795469 金陵图书馆报名点: ●政治学与行政学(原公共事业管理) ●旅游管理 84412055 83900665 南京房产局报名点一: ●土木工程 52334737 52343742 南京房产局报名点二: ●工程管理 83790580 83793181	东大本部(九龙湖校区): ●机械制造与自动化 52090536 江苏万和报名点: ●计算机应用技术(游戏动漫方向):83242999 南京协同报名点: ●计算机应用技术(软件工程方向):84455499 (网络工程方向):84731858 南京房产局报名点一: ●建筑工程管理 52334737 52343742 南京房产局报名点二: ●房地产经营与估价 83790580 83793181 金陵图书馆报名点: ●旅游管理 84412055 83900665	教育网: http://netu.seu.edu.cn 欢迎登陆: 电信网: http://www.seuyc.com.cn/ 浏览查询 远程教育学院监督电话:83795686 83792665 报名请携带毕业证书、身份证原件及复印件2张,照片3张。

高薪稳定的好工作 在哪里?

400-888-6020

详情请点: www.js-btesting.com

你还在为找工作而奔波吗? 你还在为毕业回国而烦恼吗? 你还在为失业而焦虑吗? 你还在为业余时间做什么充电而发愁吗? 你还在为不知往哪里“跳”而困惑吗?

不再羡慕公务员, 找“茬”照样找出好工作!

- 软件测试工程师人才缺口30万, 入行无专业限制。
- “紧缺人才”, 以稀为“贵”, 月薪3000-4000/月。
- 工作二至三年, 年薪可达8-10万。
- 就业起点均为中大型企业, 福利待遇好, 发展空间大。
- 掌握企业核心技术, 求职、跳槽有资本。

凭此据可领取:

价值200元的个性职业规划 课程免费体验活动券 五月“乐博大礼包”更多惊喜!

北大青鸟(泰思特)校区 全国教学品质典范校区
地址: 南京市中山北路26号新厦国际大厦14层(鼓楼地铁4A出口)