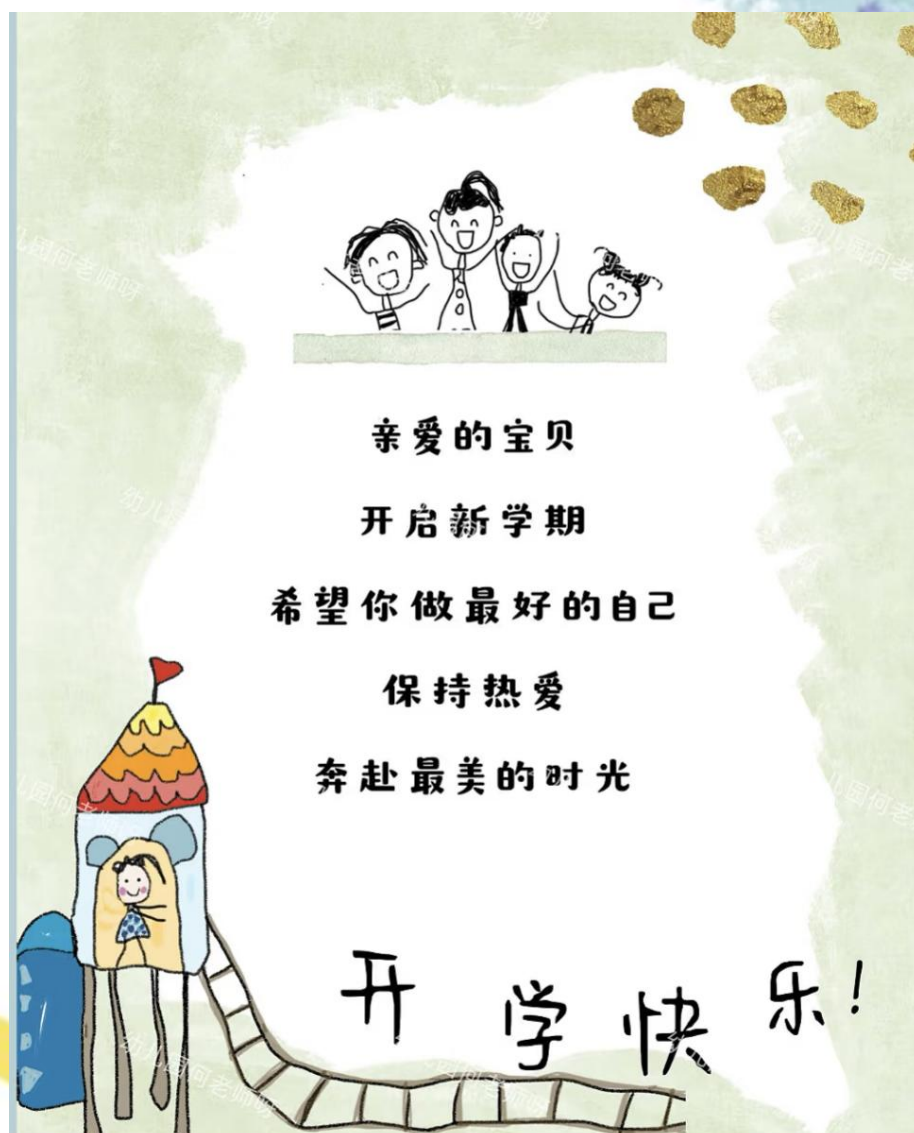


“幼”见美好 秋遇“新”程

青大幼儿园 2025 年秋季学期

开学通知及温馨提示



报到时间

2025 年 9 月 1 日（周一）

开学时间

2025 年 9 月 2 日（周二）正式开学

中大班.返园指南



调整作息时间

1. 开学前逐步将幼儿的入睡和起床时间向幼儿园作息靠拢，避免突然改变导致不适应。
2. 培养良好的午睡习惯，睡前家长可以陪幼儿进行阅读、听音乐等活动，营造安静的入睡氛围。



调整饮食习惯

1. 注意培养幼儿良好的饮食习惯，注意饭菜营养均衡，多吃蔬菜和水果，少吃零食。
2. 营造安静舒适的进餐环境，避免电视、玩具干扰，养成按时进餐和独立进食的好习惯。

培养自理能力

1. 返园前家长可以引导幼儿自主独立地做一些力所能及的事情，如自己穿衣穿鞋、自主进食、独立整理物品等，提高孩子的自我服务能力，帮助孩子更好更快适应幼儿园生活。
2. 在幼儿有所进步时，家长可以对幼儿进行具体的表扬（如“你今天自己穿好了两只袜子！”），而非笼统夸奖。

做好心理建设

1. 开学前和幼儿聊聊好朋友，鼓励幼儿主动问候同学和老师，分享暑假里的旅行见闻、趣味游戏或新学技能，用热情与真诚快速融入集体。
2. 带幼儿回顾以前的成长照片，强调“你现在能自己吃饭、交朋友，升班后可以学更多本领”，提升幼儿自我效能感。



新生入园指南



物品准备

1. 请家长提前准备好幼儿的换洗衣裤、水壶等私人物品，可以提前缝上名字贴或做上小标记，便于幼儿找到自己的东西，给予幼儿一份安全感和归属感。
2. 不带危险及贵重物品(珠子、项链、手镯、硬币等)。

心理准备

1. 报到时可带幼儿参观幼儿园，认识教室和老师，减少陌生感。



2. 家长可以多跟幼儿讲一些关于幼儿园的事情，让幼儿期待幼儿园的生活。也可通过一些绘本或游戏模拟幼儿园生活场景，让幼儿提前熟悉幼儿园流程。
3. 在告别时简短坚定，避免拖延，承诺准时接幼儿，允许幼儿带一件熟悉的安抚物(如小玩偶)，缓解分离焦虑。
4. 幼儿入园，家长也需和幼儿一起调整好心态。相信幼儿一定能很好的适应幼儿园生活。

生活能力准备

1. 帮助幼儿调整作息時間，早睡早起，按时午睡，适应幼儿园作息。幼儿园午睡时间一般在 13:00-15:00(结合季节和年龄灵活调整)。
2. 锻炼幼儿自己吃饭、喝水的能力。在喝水方式上，建议孩子用水杯喝水，可以锻炼幼儿的手眼协调能力;进餐时，让幼儿自己吃饭，并养成不挑食的好习惯。
3. 在家中家长应适当锻炼幼儿独立如厕的能力，尝试自己脱裤子、穿裤子，便后洗手等。

新学期全体教师期待和宝贝们见面!

青大幼儿园

2025 年 8 月 28 日

