

幼儿生活活动设计与组织的原则

莫源秋

(广西幼儿师范高等专科学校, 广西南宁 530022)

【摘要】幼儿园生活活动影响幼儿身心的健康与发展。在设计和组织生活活动过程中,既要关照幼儿的生理需要,又要关照幼儿的心理需要,在满足幼儿生理需要的同时,满足幼儿心理安全需要、尊重需要、关爱需要、自主需要、成就需要,进而促进幼儿身心的健康发展。

【关键词】生活活动;设计;组织;原则

【中图分类号】G617 【文献标识码】A 【文章编号】1005-3476(2020)01-Y065-05

幼儿在园的生活活动,不仅涉及幼儿的生理需要,还涉及幼儿的心理需要;不仅关系到幼儿的身体健康,还关系到幼儿的心理健康;不仅关系到幼儿的发育,还关系到幼儿的发展。因此,在设计和组织幼儿的生活活动时,应该遵循以下四个原则。

一、自然性需要原则

幼儿生活活动要尽量根据幼儿需要的自然状态来设计和组织,即幼儿生活中的吃、喝、拉、撒、睡、衣服增减等都应该是基于幼儿自然产生的内在需要,比如:吃,是因为肚子饿;喝水,是因为口渴;增加衣服,是因为感觉到冷了;减少衣服,是因为感觉到热了……

现实中,有时可以看到幼儿园的生活活动不是出于幼儿自然状态的需要,而是为了其他目的,比如,幼儿吃饭不是因为肚子饿,而是吃饭时间到了,或者是为了得到老师的表扬和奖励(比如:老师时常说“哪个小朋友吃得快,

等一下吃完后老师就奖励他一朵小红花。”“今天谁吃得多,放学时,老师就送一颗五角星给他。”)或者为了避免受到惩罚(比如:有时老师在幼儿吃饭的过程中说“哪个小朋友不好好吃饭,等人家去玩了,他就不能去。”)或者是被老师“塞饭”而不得不吃。如此被动地吃饭,不仅影响幼儿身体健康发展,还会影响幼儿心理的健康成长,会让幼儿逐渐形成被动型人格——时时、处处、事事都等别人安排了才会去行动,否则,就一直在等待。

因此,保教人员要创造条件,尽量让幼儿处于各种生理需要的自然状态,如,加大幼儿活动量,或让幼儿进食些有助于消化的食物,进而让幼儿在开饭时间前有饥饿的感觉和较强烈的进食欲望;又如,让幼儿有足够的活动量或睡前让其从事单调的活动——或听具有催眠作用的音乐或故事,或进行睡前仪式性活动,进而让幼儿在睡觉时间前进入困乏状态和具有较强的睡眠需要等,如此,幼儿生活将不再被动,生活活动组织起来也将不再艰难。

作者简介:莫源秋(1965-),广西南宁人,广西幼儿师范高等专科学校教授,研究方向幼儿心理卫生、幼儿教师教育。

二、自主性原则

在吃、喝、拉、撒、增减衣服等生活方面，尽可能让幼儿根据自己的需要自行决定自己的行为，在生活问题上，多给幼儿自主的机会，尽可能不要强迫幼儿进行相关的生活活动。有一天，我带学生到幼儿园观看幼儿的室外体育活动，发现一男孩由于运动而满头大汗，我就问他：“小朋友，出那么多的汗，为什么不脱掉一件衣服呢？”令我没有想到的是，该幼儿这样回答我：“老师没有叫我脱衣服，我不敢脱。因为我脱了会被老师批评的。”如果幼儿的生活总是被安排好的——什么时间吃饭、喝水、上厕所、穿脱衣服等都是被安排好的，那么，孩子们将处处被动——并且这种被动状态有可能会蔓延到他们的生活、学习等方面。

为了尊重和培养幼儿生活的自主性，为了满足幼儿的自主需要，在幼儿园生活管理中应该注意以下几方面：

（一）吃的自主性

〔案例1〕有一天午点水果是榴莲，老师规定每位幼儿可以拿2块榴莲果肉，多数幼儿都拿了2块，只有A小朋友1块也没有拿，而且还不停地说：“榴莲臭臭的，我不喜欢吃。”在W老师多番动员下，他才十分不情愿地拿了1块并咬了一小口，然后就跟老师说：“老师，我不想吃了。”W老师瞅了他一眼说：“这种水果是有营养的。如果你不吃，等一下你就不能玩积木。”A小朋友听了W老师的话又闭上眼睛咬了一小口，最后，还是吃不下……

W老师不应该强迫A小朋友吃榴莲，因为每个人都会有这样那样的食物偏好，只要做到营养均衡合理就没有问题，强迫并不能解决幼儿的偏食和食欲问题，相反还会让幼儿更加讨厌某种食物。

幼儿可以决定自己吃与不吃。幼儿不想吃，不喜欢吃，教师可以做幼儿的工作，比如，向他介绍这些食物对健康成长的好处，但最后吃

与不吃由幼儿自己决定——当然，幼儿要对自己的决定负责任，作出了不吃的决定，那么，他就应该承受下一餐到来之前饥饿的痛苦。这方面，教师要引导家长支持这一做法，因为这样做有利于孩子健康发展。

小班教师帮幼儿盛饭菜，但要依据少盛多添的原则来进行，“少盛多添”不仅可以增加幼儿吃饭的成就感（因为可以较快吃完），而且还可以增加幼儿对吃的自主性，幼儿在吃完老师盛进碗里的少量食物后，可以自主决定是否还再添加食物。而对中大班幼儿，则可由幼儿自己盛饭菜，自己决定吃多吃少。

在用午点方面，在规定数量的范围内，让幼儿自主选择一定数量的点心。比如，某一天午点规定每个幼儿可以取“1根香蕉、3勺葡萄干、5颗花生”。那幼儿在葡萄干的选择上可以根据自己的爱好选择1勺、2勺或3勺，也可以选择“根本不要”；对其他两种食物也可以根据自己需要作适当选择。

在吃方面，教师不仅要尊重幼儿自主的需要，还要尊重他们的自主决定，并且将自主性与责任感培养相结合。

（二）大小便的自主性

在幼儿自由活动中，幼儿可以根据自己的情况来决定是否上厕所，而无须统一安排时间。哪怕有时候部分幼儿玩得忘乎所以了，结果导致尿裤子了，这也没有关系，这时，教师适当引导幼儿今后如何避免类似事件的发生即可。

（三）喝水的自主性

班级里提供一个出水温度在38-40度之间的饮水机。从小班开始训练幼儿根据自己的口渴情况来决定自己喝水的时机。幼儿拥有生存的本能，要相信幼儿的感觉。教师不应硬性规定幼儿一天要喝多少杯水，不喝够这个数量就不给发小红花等。

（四）穿脱衣服的自主性

平时，要让幼儿根据自己的体感来决定是否增减衣服——教师不要代替幼儿来做决定。

外出活动，如果外面比较冷，教师可提醒幼儿根据外面的温度加点衣服，但不能强迫每个幼儿都要马上添加衣服，如果幼儿仍然选择不加衣服，届时真正受冷了，那就让“寒冷”的自然后果来教育他——不能参加有趣的游戏活动了，因为必须回去加衣服，这样，下一次外出活动时，幼儿就会自觉思考外出前是否要增减衣服。

生活中形成自主习惯了，幼儿就会慢慢地成为一个富有自主性的人，这将会让其终身受益。

三、尊重性原则

生活活动中，应该让每位幼儿感受到被尊重和感受到有尊严，不要让幼儿因先天因素或后天因素而成为大家的笑料，或者成为大家贬低、取笑的对象。为此，在生活活动过程中，老师应该注意以下几点：

（一）让幼儿感受到被尊重

由于生理特点，人类在幼年，时常会出现大小便失禁、大小便感觉不敏感的现象，这些都是很正常的生理现象，不是什么丢人的事情。因此，当幼儿出现尿床、尿裤子等现象时，老师不应该批评幼儿，更不应该呵责幼儿，而应该同情、理解、接受、体谅、协助幼儿，并在班级中营造这样的一种氛围。

〔案例2〕有一次，Z老师在集体教学活动中闻到臭味，她没有在小朋友面前大声喊叫，而是默默地走到幼儿当中，通过嗅觉寻找尿裤子的孩子，当Z老师走到E小朋友旁边时，她的嗅觉告诉她：尿裤子的人很可能就是E小朋友了。于是，Z老师就小声地问E小朋友：“E小朋友，是不是你尿裤子了？”令Z老师没想到的是，E小朋友大声地回答说：“老师，不好意思，我尿裤子了。”Z老师什么都没有说，直接将E小朋友带到卫生间去——帮他洗、擦干净后，带他回活动室，然后询问：“你告诉我，刚

才尿裤子，感觉怎么样呀？”“很难受！”“现在，洗干净，擦干净后，感觉又怎么样呀？”“很舒服！”然后，Z老师摸摸E小朋友的头，大声地对所有的小朋友说：“今后，我们班不管是谁尿裤子了，都要及时告诉老师，老师帮你们洗干净，擦干净，然后你们就舒服了。”最后，Z老师还故作神秘地对所有小朋友说：“我告诉你们一个秘密：小时候老师也尿过好多裤子。”从此，Z老师班的小朋友不再为尿裤子之类的事而难过、尴尬，更不会感到耻辱，因为他们所喜爱的Z老师也曾发生过此类的事情；当然，当某位小朋友尿裤子了，也不再有幼儿去取笑了。

Z老师不仅没有因为幼儿尿裤子而批评幼儿，相反，还努力通过说“老师小时候也犯过类似的错误”艺术地让所有幼儿感觉到尿裤子之类的事不是一件丢人的事情，而是一件很正常的事情，不让幼儿感到难堪，并采取措施，逐步减少幼儿的这类事情的发生。

（二）体谅和关照幼儿的尊重需要

在发生尿床、尿裤子后，一些幼儿为了尊严，为了避免在小朋友们面前尴尬，他们往往会采取一些措施来掩饰自己出现的一些尴尬的事情。对幼儿类似的行为，应该是可以谅解的。

〔案例3〕午睡起床时，B幼儿无意中发现C幼儿尿湿了被子一大片，然后就在卧室里大喊大叫：“大家过来看！C小朋友尿床了！”没想到C幼儿快速回应道：“不是尿床，我今天中午出了好多汗。”这时，站在旁边的Y老师一眼就看出来，那不是汗水，而是尿。不过，Y老师还是快速地附和道：“哇，C今天真的出了好多的汗。”其他小朋友不再起哄，于是，Y老师带着C幼儿去换裤子，在换裤子时，Y老师没有批评C幼儿，而是温和地告诉他：“以后睡觉前要注意去解小便，还有睡前不要喝那么多的水，起床时，如果尿急应该先去解小便——这样就不会尿床了，老师相信你会做得更好。”然后拥抱了一下C，C幼儿眼神里充满着对Y

老师感激的眼神。

在尿床、尿裤子后，幼儿为了尊严而掩饰时，教师应进行正确的判断，并进行妥善处理，但不当众说破，说令当事幼儿感到难堪的话，这也是一种保护幼儿尊严的教育艺术。

（三）要充分信任幼儿

〔案例4〕集体教学活动才开始3分钟，G小朋友就对W老师说：“老师，我想尿尿。”W老师平和地说：“那就去吧。”G小朋友从厕所回来大约3分钟左右又对W老师说：“老师，我又想尿尿了。”W老师不解地瞅了G小朋友一眼，然后说：“去吧！”令W老师没有想到的是，G小朋友尿尿回来没多久，又说要去厕所了。这一回W老师毫不犹豫就同意了，但随即她却偷偷地在后面跟踪，她想了解G小朋友这么频繁地上厕所的真实原因。得知G小朋友并没啥尿要排时，老师忍不住批评了他……

W老师错误在于对幼儿的不信任和不尊重，这种不信任和不尊重，将会成为G小朋友今后成长中难以逾越的一个成长障碍。因此，幼儿无论何时提出要上厕所，教师都应该无条件地允许他们去上厕所，就算幼儿上厕所不是因为“内急”，而是找借口出来想玩玩，幼儿在集体教学活动时找理由上厕所，则从另一角度提醒教师要改进活动形式，丰富活动内容，让教育教学活动比上厕所更有吸引力，而不应简单地批评幼儿不该在集体教学活动时上厕所去玩。

（四）将错事和人分开

当幼儿在生活上犯了错误后，教师要将事和人分开，我们不满意的是幼儿做的某件事，而不是他这样的人。

〔案例5〕5岁多的K小朋友不小心把一杯牛奶碰翻在桌子上，V老师马上就大声说：“叫你小心，给你讲过多少次了，你就是记不住。”当班的X老师也凑上来责备道：“连杯子都拿不住，我看你呀，笨手笨脚的。”

幼儿被指责后，自信心、自尊心受到伤害造成的损失远高于那杯牛奶的价值，因此，在

生活上，幼儿做错事后，教师不应就事论人，将幼儿整个人否定掉，那样做会让幼儿对自己失去信心。

（五）尊重幼儿的生活行为习惯

有些幼儿生活上的问题往往是其生理特点所决定的，而不是幼儿有意而为的。尊重幼儿的这些生理特点及其对幼儿生活的影响，有利于幼儿身心的健康；反之，教师总是因为幼儿的这些生活问题而不断地批评幼儿，可能还会影响幼儿身心健康与发展。比如，某幼儿每次吃饭都是班上最慢的，老师没有认识到这是幼儿的个别生理差异现象所致，而去不断地批评该幼儿，希望她吃得快一点，因此，该幼儿经常因为“吃得慢的行为”而不断地受到教师的批评甚至指责，如此一来，这位幼儿就会变得自卑，甚至还厌食^{〔1〕}。

四、心理安全性原则

在组织幼儿生活活动的过程中，不要让幼儿感受到过多、过强的心理压力，否则，将会让幼儿长期处于心理不安状态之中，这当然不利于幼儿心理的健康发展。为此，我们应该注意以下方面：

（一）生活常规要求不要超越幼儿的“最近发展区”

对幼儿生活技能上的要求不要超出其生活技能方面的“最近发展区”，否则，就会让幼儿长期处于心理不安状态。在幼儿园里，有一个小朋友睡觉时不盖被子，尽管当时是冬天，外面天气寒冷。后来了解到，原来是老师要求小朋友起床后要自己叠好被子，而她不会叠，只好在上个星期请了一位小朋友帮她叠好，并且从此不再盖被子。我问她：“不盖被子不冷吗？”小女孩很坚决地回答说：“我不怕冷！”^{〔2〕}——我深信，每当午睡来临时，她内心就会惴惴不安——想盖被子，又怕起床后不会叠被子被老师批评和小伙伴们取笑；不盖被子，不用叠被

子,不会被老师批评和小伙们取笑,但又要承受寒冷的煎熬。在幼儿园里,我见过“不脱袜子睡觉的小孩”(老师要求小朋友起床后自己穿袜子,他不会穿,只好穿着袜子睡觉)和“不脱衣服睡觉的小孩”(老师要求小朋友起床后自己穿衣服,他不会穿,只好穿着全套衣服睡觉);我还见过“喜欢谦让的小女孩”(每次幼儿园里吃虾、吃鸡腿时,她总是将一半给其他小朋友,不是因为她喜欢谦让,也不是她不喜欢多吃,而是她吃得慢,担心被老师批评)……幼儿园的生活对他们而言有时存在一些纠结、焦虑和不安。

(二) 不要用吓唬的手段来解决幼儿生活行为问题

幼儿吸吮手指、被子、衣角和恋物等问题行为往往是由于内心不安所引发的。如果幼儿出现了这一类行为时,请不要用威胁、恐吓的手段来对待幼儿,否则,将会让幼儿内心更加不安,进而增加上述行为发生的概率。

〔案例6〕有一个女孩从她自己的家到外婆家,她想开草地上的喷头,非常想玩水,但非常矛盾,犹豫着。外婆说:“你可以开。”但是女孩说:“不,我不能开。因为老师告诉我们不可以玩水。”外婆说:“老师不在呀,外婆让你开,你就可以玩呀。”女孩说:“不,那也不行。”外婆问:“为什么呀?”女孩说:“老师不在也能看得见的!”^{〔3〕}

如果教师经常这样对幼儿说:“老师的眼睛

可尖了,耳朵可灵了。我不在活动室时,谁离开座位,我都能看见;谁说话,我也都能听见。”幼儿就会信以为真。如此一来,幼儿不再觉得有自己私密的空间和时间,他们处处、时时、事事都得小心翼翼,不敢尝试做新的事情。

因此,教师虽然应该让每个幼儿每时每刻都在监护之中,以确保幼儿的生命安全,但教师更应该让幼儿有自由的时间和空间。在这些自由的时间和空间里,幼儿可以想自己心事,可以做自己感兴趣的事,还可以做些他们感兴趣的生活上的事,在这样宽松的环境里,幼儿才会有真正的心理安全感,他们的心理健康才有基础。

幼儿的在园生活,不仅影响到他们身体的健康与发展,而且还影响他们心理的健康与发展,因此,我们应该努力进行相关的研究,进而促进幼儿更好地发展。

参考文献:

- 〔1〕陈帼眉,姜勇.幼儿教育心理学〔M〕.北京:北京师范大学出版社,2007:117.
- 〔2〕刘立霞.叠被子〔M〕//吴晓燕.走进童心世界:幼儿教师优秀教育笔记集粹.北京:北京师范大学出版社,2000:114.
- 〔3〕孙瑞雪.爱与自由:孙瑞雪幼儿教育演讲集〔M〕.天津:新蕾出版社,2004:91.

(责任编辑:赵阳)