

学校代码: 10739 分类号: 学号: 20171501003



天水师范学院

教育硕士学位论文

幼儿园小班生活常规教育的行动研究

学 院 : 教师教育学院

学位类别 : 教育硕士

学科领域(方向) : 学前教育

研究生姓名 : 翟 姝 翠

指导教师 : 牛 震 乾

完成日期 : 2019 年 6 月

天水师范学院学位论文独创性声明和使用授权说明

学位论文独创性声明

本人郑重声明：所呈交的学位论文是我个人在导师指导下进行的研究工作及取得的研究成果。尽我所知，除了文中特别加以标注和致谢的地方外，论文中不包含其他人已经发表或撰写过的研究成果，也不包含为获得天水师范学院或其他教育机构的学位或证书所使用过的材料。与我一同工作的同志对本研究所做的任何贡献均已在论文中作了明确的说明并表示了谢意。

作者签名：程琳琳

2019年6月1日

学位论文版权使用授权书

本学位论文作者完全了解天水师范学院有权保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和电子版，允许论文被查阅和借阅。本人授权天水师范学院可以将本学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索和传播，可以采用影印、缩印或扫描等手段保存、汇编、出版本学位论文。

作者签名：程琳琳

2019年6月1日

导师签名：程乾
2019年6月1日



天水师范学院

TIANSHUI NORMAL UNIVERSITY

教育硕士学位论文

幼儿园小班生活常规教育的行动研究

The Action Research of the bottom Class Life Regular Education
in a Kindergarten

研 究 生	翟 姝 翠	培养学院	教师教育学院
学科专业	学前教育	申请学位	教育硕士专业学位
导 师	牛震乾（副教授）	校外导师	王 锐（高级教师）
答辩日期	2019 年 5 月 31 日	答辩委员会主席	孙爱琴（副教授）

二〇一九年六月

摘要

俗话说“无规矩难以成方圆”，规则存在于我们生活的方方面面，我们也会受到规则的限制，幼儿也不例外。幼儿园常规通常可以分为生活活动常规、教育活动常规、游戏活动常规，而生活常规是幼儿进入幼儿园所面临的第一类常规，在幼儿园的生活中显得尤为重要，是幼儿园教育阶段的开始，也是良好习惯形成的开始，同时也为今后的生活和学习奠定了良好的基础。国内外的学者主要对生活常规教育的作用、内容、实施途径及现状进行了研究，但是对于生活常规教育采用行动研究的方法进行研究还较为缺乏。行动研究法对解决教育中所存在的实际问题有着独特的价值，因此，对幼儿园小班生活常规教育进行行动研究是非常有意义的。

本研究首先用文献法了解关于生活常规教育的现状，并对相关概念进行了界定，同时组建了研究团队，确定了研究对象，了解了研究对象的基本情况，然后用访谈法和观察法对研究园进行了预观察，并对合作教师和诸位小班带班资深的教师进行了访谈，根据所存在的问题和研究园的基本情况以及《3-6岁儿童学习与发展指南》指南中的要求制定了生活常规。其次用行动研究的方法以甘肃省天水市S园小一班的44名幼儿为研究对象，与合作教师一起开展了以小班幼儿生活常规教育为主题，以“问题诊断—行动的目的和计划—行动的实施与反思—行动小结”为环节的行动研究。行动研究共包括三个循环，分为初步观察探索阶段、调整实施阶段和提升深化阶段，研究的主要内容包括：就餐活动、喝水活动、盥洗活动、如厕活动和睡眠活动。

经过三个循环的行动研究，笔者对幼儿、合作教师和自身的成长进行了总结。幼儿的成长主要是生活自理能力的提高和对生活常规的遵守；合作教师的成长在于专业素质的发展和自我反思观察能力的提升；笔者的成长在于研究能力的提升以及提高了对幼儿的认知；与此同时本研究还推动了该研究班级生活常规教育的进展。

生活常规教育是永无止境的，在对行动研究的过程进行分析和归纳后，笔者总结出了以下有利于提高幼儿园小班生活常规教育有效性的建议：一是采用多种方式进行生活常规教育，其中包括两方面：一方面是发挥环境创设的隐性力量，用环境指引幼儿行为，另一方面是发掘音乐的价值，用音乐提醒幼儿；二是把握好过渡环节，班级教师分工明确；三是增加教师人数，提升教师的专业素质；四

是密切家园合作，提高教育一致性；五是提高生活常规目标设定的适宜性，满足幼儿的个性需要。

关键词:小班幼儿；生活常规教育；行动研究

Abstract

As the saying goes, "No rules are difficult to make a square", rules exist in all aspects of our lives, we are also subject to rules, and children are no exception. Kindergarten routine can be divided into life routine, education routine and game routine. The routine of life is the first kind of routine that children face when they enter kindergartens. It is not only the beginning of the formation of good habits, but also a good foundation for future life and study. Scholars at home and abroad have mainly studied the role, content, implementation methods and current situation of routine life education, but there is still a lack of research on the use of action research methods in routine life education. The action research method has unique value for solving the practical problems existing in education. Therefore, it is very meaningful to conduct action research on the routine education of small classes in kindergartens.

This study used methods of action research, literature, observation, and interviews. Firstly, we use the literature method to understand the current situation of routine life education, and define related concepts. At the same time, we have established a research team, determined the research object, understood the basic situation of the research object, and then used the interview method and observation method to study the research park. Pre-observation, interviews with co-teachers and senior teachers in small classes, and based on the existing problems and the basic situation of the research institute and the requirements in the Guide to Learning and Development of Children 3-6 Years conventional. Secondly, using the method of action research, 44 children from the S-small class of Tianshui City, Gansu Province were selected as the research object, and together with the cooperative teachers, the theme of the routine education of small class children was carried out, with the purpose of "problem diagnosis - the purpose and plan of action" The implementation of action and reflection - action summary is the action research of the link. The action research consists of three cycles, which are divided into preliminary observation and exploration stage, adjustment implementation stage and promotion deepening stage. The main contents of the study include: dining activities, drinking activities, washing activities, toilet activities and sleep activities.

After three cycles of action research, the author summarized the growth of young children, cooperative teachers and themselves. The growth of young children is mainly the improvement of self-care ability and the observance of daily routine. The growth of cooperative teachers lies in the development of professional quality and the improvement of self-reflection and observation ability. The author's growth lies in the improvement of research ability and the improvement of children's cognition. At the same time, this study also promoted the progress of routine life education in the

research class.

The routine education of life is endless. After analyzing and summarizing the process of action research, the author summarizes the following suggestions to improve the effectiveness of routine education in small classes in kindergartens: First, adopt a variety of methods for routine life education. Including the hidden forces of environmental creation, using the environment to guide children's behavior, discovering the value of music, reminding young children with music. Second, grasping the transitional link, the division of labor is clear. Third, increasing the number of teachers and improving the professional quality of teachers. It is to cooperate closely with the homeland to improve the consistency of education. Fifth is to improve the suitability of the routine setting of life and meet the individual needs of young children.

Key words: small class children; General education; action research

目 录

摘 要.....	I
Abstract.....	III
绪 论.....	1
(一) 研究缘起.....	1
(二) 研究意义.....	2
(三) 相关概念界定.....	2
(四) 文献综述.....	4
(五) 理论基础.....	7
(六) 行动研究的设计.....	8
二、行动研究的准备阶段.....	13
(一) 生活常规教育中存在的问题.....	13
(二) 生活常规的制定.....	14
三、言传身教立规矩——观察探索阶段.....	17
(一) 问题提出.....	17
(二) 行动目的与计划.....	17
(三) 行动实施与反思.....	18
(四) 行动小结.....	29
四、耳濡目染学规矩——调整实施阶段.....	31
(一) 问题诊断.....	31
(二) 行动目的和计划.....	31
(三) 行动实施和反思.....	31
(四) 行动小结.....	41
五、潜移默化存规矩——提升深化阶段.....	43
(一) 问题诊断.....	43
(二) 行动的目的和计划.....	43
(三) 行动的实施和反思.....	44
(四) 行动小结.....	48

六、行动研究的收获.....	49
（一）幼儿的收获.....	49
（二）研究者的收获.....	50
（三）参与研究的合作教师的收获.....	50
七、提高生活常规教育有效性的建议.....	53
（一）采用多种方式进行生活常规教育.....	53
（二）把握好过渡环节，班级教师分工明确.....	54
（三）增加教师人数，提高教师的专业素质.....	54
（四）密切家园合作，提高教育一致性.....	54
（五）提高生活常规目标设定的适宜性，满足幼儿的个性需要.....	55
附 录.....	57
参考文献.....	59
学位论文数据集.....	63
致 谢.....	64

绪 论

（一）研究缘起

俗话讲，“无规矩不成方圆”，每个人都时时刻刻置于各种规则之中，这些规则制约着我们的行为习惯，幼儿也不例外。幼儿园的常规教育对于幼儿良好生活行为习惯的养成、智力的开发和身心健康的发展有着重要的促进作用，在幼儿的成长中发挥着不可替代的作用。《幼儿园教育指导纲要》指出：“通过制定良好的常规，尽量缩减不需要的管理行为，逐渐养成幼儿的自律习惯。”^①良好常规教育对于幼儿来说不仅能够养成良好的生活行为习惯，而且还能够促进幼儿对知识的汲取和技能的培养，同时还能使幼儿有目标性和针对性的发展自我能力，提高幼儿的社会适应性，促进幼儿以后的长期发展^②。幼儿园常规通常可以分为生活活动常规、教育活动常规与游戏活动常规。

幼儿园生活常规能够将幼儿的生活安排的更有合理性和规范性，一方面可以促进幼儿养成良好的生活和行为习惯，具有一定的生活自理能力；另一方面也可以促进幼儿有目标性的学习知识、技能和人际交往技巧，能够更好的适应集体生活，促进幼儿的健康长远发展。小班是幼儿离开家庭后，进入的第一个集体生活，也是幼儿培养良好的生活和行为习惯以及构建常规观念的重要阶段，在此阶段建立良好的常规尤为重要。由于刚踏入幼儿园的幼儿的年龄比较小、生活自理能力不足、语言沟通与表达能力比较弱、社会适应性较差，因此需要有针对性的小班常规来确保幼儿各种活动的进行。良好的生活常规教育对幼儿将来更好的适应社会，起着举足轻重的作用，并为之奠定了强有力的保障。

然后在幼儿园的教育实践中，由于班级生活常规的不良养成，造成很多教育教学活动无法进展或者进展速度缓慢。例如到了教育活动的时点，部分幼儿依然在喝水或者在进行午点，由于幼儿园中幼儿的活动是环环相扣、紧密相连的。因此，接下来的教学活动必须减少部分环节或者加快教学进程。常规教育并非仅仅是帮助幼儿教师进行班级管理，更重要的是促进幼儿良好生活和行为习惯的养成，但是在实际操作中，部分教师常常偏离了生活常规教育的指导目的。

① 教育部基础教育司组织编写. 幼儿园教育指导纲要(试行) [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2001

② 张燕. 幼儿园管理[M]. 北京: 人民教育出版社, 2008:131.

因此,如何才能使幼儿快速的融入幼儿园的集体生活之中、制定哪些切实可行的生活常规以及采用哪些教育方法来培养幼儿的生活常规习惯,以此提高小班生活常规教育的有效性具有重要的意义。基于上述出现的问题,笔者确定了本研究的主题。通过笔者在幼儿园的观察、记录、调查、并对小班幼儿生活常规教育的当前现状进行分析,探讨科学合理的指导方法,进行参与式研究,与研究团队一起开展合作研究,对研究中发现的问题进行反思并提出改进的策略,借此来推动研究班级的生活常规教育,同时提出提高生活常规教育有效性的建议。

(二) 研究意义

1.理论意义

幼儿的可塑性非常高,小班是幼儿园阶段的开始,同时也是良好生活和行为习惯养成的重要阶段。幼儿园制定完善、良好的生活常规一方面有利于幼儿规则意识的形成,另一方面也有利于促进幼儿良好的生活行为习惯的培养。本研究的理论意义在于帮助教师加深对生活常规教育的认识和理解,同时对幼儿园小班生活常规教育进行行动研究还能够为幼儿园生活常规制定的内容和培养的方法提供或补充一定的参考依据。

2.实践意义

笔者通过深入实践与合作教师一起开展幼儿园小班生活常规教育的行动研究,一方面有利于合作教师专业素养的提升,在行动中提升计划、研究、观察和反思的能力;另一方面推动所在班级的生活常规教育的进展,帮助教育工作者卓有成效地开展幼儿园小班的生活常规教育,促进幼儿的全面发展,并提出优化生活常规教育的建议。

(三) 相关概念界定

1.幼儿园常规教育

常规是指在日常或工作当中需要遵守的规则、章程,或者是自上而下经过很多年之后所沿袭下来的规则。

幼儿园常规是为了确保幼儿园一切生活和教学活动顺利进行而制定的有关规定，良好的常规不仅确保幼儿有一定的自由空间，而且还要对幼儿有一定的约束。幼儿园常规主要包括三个部分，分别为生活常规（小班）、游戏活动常规（中班）和教育活动常规（大班）。韩静指出幼儿园常规是幼儿在生活活动中所必须遵守的，它将幼儿在一日生活中在什么时间点做什么事情进行了固定化和规范化分类安排，不是允许幼儿按照自己的意愿随心所欲的做自己想做的任何事情，而是培养幼儿更为规范化、制度化日常生活活动的良好行为习惯，使得幼儿能够快速的适应幼儿园的生活。^①张永英认为幼儿园常规是幼儿在幼儿园的日常生活活动当中所需要遵守的行为准则。^②沈艳凤也认同此观点。^③同时王建华等人与张永英有也相同的见解。^④

幼儿德育教育包括幼儿园的常规教育，是将幼儿的行为规范和生活行为习惯的教育寓于在每日的生活和教学活动当中。祝士援、唐淑在《幼儿教育百科词典》中对幼儿园常规教育作了如下定义：幼儿园常规教育是指对幼儿一日生活中各个环节中的具体规则和行为规范的教育。幼儿可以通过在幼儿园进行的各项活动学会按时作息，学会有规律、有节奏地生活，帮助幼儿形成良好的生活自理能力，保证身体的健康。还可以使幼儿快速适应集体生活，并且还可以掌握幼儿园的基本行为规范及生活技能。^⑤

本研究中笔者将常规教育定义为：幼儿园常规教育是指对幼儿进行正确执行每日生活当中各个环节的具体制度和行为准则的教育。

2. 幼儿园生活常规教育

幼儿园生活常规是幼儿在幼儿园生活活动中所需要遵循的规则，不仅保证了幼儿日常活动中形成规范性的行为活动，养成良好的行为习惯，而且能够促进幼儿规则意识的养成和人际交往能力的提升，对幼儿长远的发展有着不可替代的促进作用。

在本研究中笔者将幼儿园生活常规教育概念定义为：幼儿园生活常规教育是基于培养幼儿养成良好卫生习惯，帮助幼儿尽快适应幼儿园集体生活的教育。本研究主要针对小班幼儿进行生活常规教育，具体包括幼儿园生活常规教育中的盥洗活动、进餐活动、睡眠活动、喝水活动、如厕活动方面进行教育。

① 韩静. 幼儿常规培养的策略[J]. 教育前沿, 2006(6):180

② 张永英. 关于幼儿常规教育的思考[J]. 幼儿教育(教育科学版), 2006(10):28

③ 沈艳凤. 幼儿园常规教育的理性思考[J]. 成才之路, 2007(6):69-70.

④ 王建华. 如何培养幼儿良好的常规[J]. 山东教育, 2003(9):61.

⑤ 祝士援, 唐淑. 幼儿教育百科词典[M]. 上海: 上海教育出版社, 1989: 239.

（四）文献综述

生活常规教育历来受到学者们的关注，良好的生活常规教育对幼儿的一生的意义非比寻常。国内外的众多学者对于幼儿园的生活常规教育进行了深入的研究，分别提出了自己的观点及建议。经过收集和整理，分别从幼儿园常规教育的研究、生活常规教育作用和内容研究、生活常规教育实施途径的研究进行综述。

1. 幼儿园常规教育的研究

我国学者王文英认为常规教育有利于构建良好的教学和教育氛围、能够促进幼儿有目标性的汲取知识、培养人际交往技巧、培养幼儿规则意识的遵守，更好地适应于快速发展的社会^①。

蒙台梭利阐述了科学的常规教育对于幼儿自由发展具有重要的意义。自由和纪律相辅相成，融为一体。指出幼儿个性的自由发展应以科学的教育学为根本准则，在这样的前提之下幼儿可以无忧无虑的、大胆的展现自己的天性。由此肯定了常规教育对于幼儿自由发展的作用。同时强调幼儿的个性发展不是允许他们能够无所顾忌的随心所欲，而是让幼儿根据自我身心发展的需要而全面地自我发展，而且幼儿对纪律有了一定的理解才会去接受和遵守，幼儿才会由外到内地形成遵守纪律的行为。^②

常规教育另外一个非常重要的方面则是有利于幼儿规则意识形成。

所谓“规”就是指规则，幼儿园常规教育不仅能够促进幼儿良好的生活行为习惯的养成，而且能够促进幼儿规则意识的形成。无规矩不成方圆，很多学者都认为建立幼儿的规则意识尤其重要。孙瑞权指出幼儿可以多参与问题情境以促进幼儿对于规则的了解，体会到与规则矛盾所产生的一些后果，学会遵守规则，促进幼儿自律行为习惯的养成^③。

皮亚杰指出构建道德的基础包括两个方面，分别为纪律和规则，肯定了规则意识对幼儿道德的形成的意义。在其《儿童道德的判断》一书中提出“纪律和规则构建形成道德，不仅需要一切行为需要有纪律，而且还需要遵守一定的规则^④”。郑洁将幼儿规则意识的发展过程分为三个时期，分别是不承担义务的任意规则阶段；绝对的，强制性的规则阶段；在彼此同意的基础上形成的合理规则阶段三个

① 王文英. 必须重视幼儿的常规教育[J]. 幼儿教育, 1986(12):18-19.

② 蒙台梭利著, 任代文主译校. 蒙台梭利幼儿教育科学方法[M]. 北京: 人民教育出版社, 1993:126.

③ 孙瑞权. 中英幼儿教育中“规则意识”培养之比较——兼对幼儿“规则”教育的几点思考[J]. 赤峰学院学报(汉文哲学社会科学版), 2008(4):137.

④ 皮亚杰, 傅统先译. 儿童的道德判断[M]. 济南: 山东教育出版社. 1984.

部分。而对于幼儿来讲,幼儿正处在第二个时期,在他们的意识之中,认为规则是绝对性和强制性的,如果违反了规则,则要受到一定的惩罚;幼儿的规则意识属于“他律”的阶段^①。

郑三元认为儿童的规则意识、执行规则的能力会关系到个人生活幸福和将来的事业成功,因为这两项内容是儿童社会性适应的基本内涵。^②

通过上述学者的研究能够得出:常规教育不仅是对幼儿养成良好生活行为习惯的教育,同时也是对幼儿规则意识的培养。对于幼儿规则意识的培养和教育是众多教育学者所关注的,幼儿只有形成一定的规则意识,自发地认同并遵守规则,才能促进教育工作者的教育工作的进行。虽然对教师和幼儿园的管理者而言班级常规教育能对幼儿的日常行为习惯起到一定的规范作用,便于对幼儿进行管理。但是规则意识的构建,不仅仅是对幼儿在幼儿园中生活行为的规范,更对幼儿的社会性发展有重要意义,同时也为幼儿的长期发展所需要。

2. 幼儿园生活常规教育作用和内容研究

谈到生活常规教育,第一个想到就是幼儿“吃喝拉撒睡”的教育,每日必须进行为满足生理需要所进行的教育。卓亚锐指出具有良好的生活常规的幼儿,一方面能使幼儿更快的融入到幼儿园这个集体大家庭生活当中,帮助教师提高常规的有效性;另一方面对于幼儿自身的长期发展具有一定的促进作用^③。赵玲认为幼儿生活常规的形成可以使幼儿从进园接受晨检的那一时刻起就能感受到来自幼儿园这个大家庭带来的归属感,能够在幼儿园的集体活动之中感受到愉悦,进餐与午休期间感受到的大家庭的温暖^④。

对于生活常规教育的内容方面,不同的学者则提出了不同的主张与观点。

广东省所发布的《广东省幼儿园一日生活指引(试行)》提到进园、就餐、喝水、盥洗、午休和离园等活动项目均包含在幼儿生活活动常规之中,主要是培养幼儿的规则意识、良好生活行为习惯、人际交往能力和社会适应性,能够快速适应社会的发展。李秀芬将幼儿生活常规教育划分为三个方面,分别为个体性、群体性和社会交际规则^⑤。学者李力则提出生活常规是根据来自不一样的家庭环境、幼儿不一样的饮食生活习惯而对幼儿要求的一些基本准则,其中主要包括饮食、活动、睡眠及盥洗等方面。生活常规占据幼儿日常生活中的大部分时间,也是促成培养

① 郑洁. 反思规则教育[J]. 班主任之友, 2006(1):6.

② 郑三元. 规则的意义与儿童规则教育新思维[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2006, 5(5):45.

③ 卓亚锐. 浅谈小班幼儿生活常规的培养[J]. 教育研究, 2010(09):15.

④ 赵玲. 幼儿园生活常规活动的价值与开展策略[J]. 学前教育研究, 2017(03):64-66

⑤ 李秀芬. 幼儿园小班日常生活活动常规教育研究[J]. 当代教研论丛, 2015(4):128-129.

幼儿养成良好生活习惯的开端。比如幼儿餐前、便后要洗手；按秩序就餐，就餐时不能讲话；幼儿午睡时间要保持安静等等。^①

熊红也指出幼儿的生活常规教育的内容主要包含幼儿遵守一日生活环节中的进餐、盥洗和休息等所有活动的规定，幼儿不仅要在幼儿园中遵守，在家庭与社会集体中同样需要去遵守，幼儿的成长发展是在家庭、幼儿园和社会环境的共同影响之下完成的^②。王春芝认为生活活动是一日生活中的重要组成部分，主要包括有生活自理、人际交往、集体活动、规则遵守等活动^③。

综上所述对小班幼儿进行生活常规教育，主要包括的是饮食、活动、睡眠及盥洗等方面的教育。本研究内容主要是对幼儿在幼儿园的就餐、喝水、午休、盥洗和如厕等方面进行教育。

3.幼儿园生活常规教育实施途径的研究

教育者需要正确的教育方法来培养幼儿的生活常规。

学者裘指挥认为可以通过让幼儿加入到一些班级规则的制定，让幼儿也成为规则的制定者与遵守者，这有利于幼儿良好常规习惯的养成。^④对于如何建立良好的常规，学者 Young 提出教师在制定常规之前需要和幼儿一起讨论它们的重要性，同时教师要向幼儿讲解制定各个常规的原因，尽量和幼儿一起制定常规，这样更能体现出人性化与主人公的意识，更方便后续常规的实施。^⑤

郑名教授也指出需要幼儿切身参与到规则的制定之中，幼儿形成了一定的规则意识，并能够自觉地去遵守所指定的规则，才能真正的实现由“他律”变为“自律”^⑥。

我国学者钱海娟指出幼儿教师采用积极鼓励的话语引导幼儿接受常规，不能用责备、谩骂、消极的言语刺激幼儿，教师多采用在旁边观察的方法暗示、提醒幼儿的一些违反常规的行为习惯^⑦。郑三元也提出类似的观点，教师要把自己的教育行为从简单一味的限制转变为积极的期望、鼓舞和指引，来支持幼儿主动建构规则^⑧。王玲莉和宋军则认为通过增加日常生活活动中的良好行为的反复练习有利于幼儿生活常规教育的实施，幼儿在练习中加深对于常规的适应性和规则的遵守，

① 李力. 幼儿园常规教育内容构建及实施原则研究[D]. 淮北: 淮北煤炭师范学院硕士论文, 2007: 54

② 熊红. 小班幼儿生活常规的培养[A];江苏省教育学会 2006 年年会论文集(综合一专辑)[C]; 2006 年

③ 王春芝. 幼儿生活自理能力培养的实践研究[J]. 上海教育科研, 2008(12):62-64.

④ 裘指挥. 早期儿童社会规范教育的合理性研究[M]. 南昌: 江西教育出版社, 2009.

⑤ 转引自李金英. 幼儿园小班日常生活活动中常规教育研究[D]. 河北大学, 2014.

⑥ 郑名, 孙爱琴. 幼儿园常规教育的反思与批判[J]. 教育研究, 2006(04):89-92.

⑦ 钱海娟. 反思教师作用与幼儿园常规教育[J]. 内蒙古师范大学学报(教育科学版), 2005, 18(4):64-66.

⑧ 郑三元. 规则的意义与儿童规则教育新思维[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2006, 5(5):45.

幼儿也更容易养成良好的行为习惯、品行和良好的社会适应性。^①正是幼儿的生活活动之中处处有常规教育的存在,幼儿更易加深对于常规教育的具体化理解,因此,幼儿生活常规教育的实施离不开平时生活活动的环境氛围。这一点与陶行知先生的生活教育理论不谋而合,陶行知先生认为教育和生活是浑然一体的,可以在生活中进行教育,也可以将教育寓于生活之中。

德国教育学家赫尔巴特在其研究中指出对幼儿进行科学的教育是对幼儿教育的前提条件,对幼儿的教育需要教师与家长正确、科学的引导。而幼儿园时期的幼儿还没有形成正确的道德观念,必须严格的执行家长或教师的要求,相对来说较为严苛。^②

但是洛克却有相反的观点他认为幼儿应该发展内在的自由,但是需要根据幼儿的具体问题实行不同的教育方法,也在《教育漫话》一文中指出了常规教育的具体实施的阶段和方法。

从以上的研究中可以发现:幼儿生活常规教育历来受到研究学者的广泛关注和重视。虽然国内外学者对生活常规教育的作用、具体内容及实施途径进行了研究,还对生活常规教育的现状和发展趋势进行了研究,但是在生活常规教育领域采用行动研究进行相关研究的方法还较为缺乏。生活常规教育的进行需要家庭和幼儿园共同努力,同时还要采用科学合理的方式进行。本研究的开展将为幼儿园小班生活常规教育的具体内容制定与具体实施提供一定的参考依据,帮助教育工作者卓有成效地开展幼儿园小班的常规教育,促进幼儿的良好发展。

（五）理论基础

1.班杜拉的社会学理论

班杜拉的社会学理论认为幼儿可以通过模仿其他人表现行为并观察其行为产生的后果进行学习,幼儿教师和父母可以利用幼儿学习模仿的这一特点,采用积极鼓励的言语表达方式,赞扬幼儿的一些规范性行为,并为幼儿起到模范带头作用,起到榜样的力量。在本研究中,笔者借鉴班杜拉的社会学理论中的观察,模仿,通过表扬达成常规目标的幼儿,从而引起同伴的关注,进而学习模仿,增加幼儿完成常规目标的人数。

① 王玲莉,宋军.自己的事情自己做[J].学前教育,1995(21):17-18.

② 赫尔巴特著,李其龙译.普通教育学·教育学讲授纲要[M].北京:人民教育出版社,1989.

2.行为主义

行为主义理论的代表人物斯金纳(B. F. Skinner) 强调行为的强化和塑造。他更注重对于强化的控制,即对于行为的控制,因为幼儿的行为发生变化是由于强化的影响。幼儿的许多行为会受到幼儿教师强化的影响,强化换句话可以理解为能够加大反应率的影响作用,对于行为的发展强化起着举足轻重的作用。在使用强化时,可以运用普雷马克原理,即用高频的活动作为低频活动的强化物,或者说用学生喜爱的活动去强化学生参与不喜爱的活动^①。在本研究中,用幼儿喜欢的活动,比如小贴纸奖励,口头奖励等方式来进行正强化,强化幼儿的正确行为。

3.动力定型理论

动力定型理论是指大脑皮层对一定的复合刺激物形成的完整的自动化的反应系统。通过反复多次的练习能够实现一定的熟练程度或达到一定的自动化水平,能够大大的节省人的时间和精力。动力定型的表现包括一些熟练的动作、技能、经验和生活行为习惯,可以随着条件的变化而得以构建或改造,年龄阶段越小越容易建立动型^②。对于幼儿园的小班幼儿来讲,促进幼儿良好的生活行为习惯的养成也是动力定型的体现,幼儿通过遵守每一条常规,经过反复多次的行为练习之后达到一定的熟练程度或自动化水平,自然而然地就形成了常规。需要教师在幼儿练习阶段依据不同幼儿的年龄阶段和接受快慢,采取一定的方法调动幼儿的积极性与参与性,使幼儿尽可能的参与到常规的构建过程中。在本研究中,在餐前等待环节,和空余时间多次重复有关生活常规教育步骤的手指谣,使其达到自动化程度,这样在进行生活活动的时候会较为顺利,有助于常规的形成。

(六) 行动研究的设计

1.研究目的

①通过与合作教师共同开展行动研究,推动研究班级生活常规教育的进展,提高小班生活常规教育的有效性。

②提升研究者与合作教师的专业化发展,其中包括研究能力、反思能力、观察力。

① 杨美男. 小班幼儿生活常规教育的现状研究[D]. 吉林: 东北师范大学硕士论文, 2014: 4

② 李玉玲. 幼儿园小班常规教育的现状调查[D]. 天津: 天津师范大学硕士论文, 2012:9

③为幼儿园小班的生活常规教育提供一定的参考依据和价值。

2.研究方法

本研究主要采用行动研究法。行动研究法：Dave Ebbutt 对行动研究进行了界定，在教育界内广泛流传。他认为“行动研究是教师利用自己的一些教学观念，在教学活动中，对所采用的教学方法和所产生的教学效果进行的反思。在反思中重新审视自己的教学观念，探讨、研究和改进教学方法，以进一步提高教学效果”^①。由此可见，行动研究是通过反思和实践来改进教学效果的一种方式，并借此来提高教师的专业化的发展。本研究的行动研究法是指笔者通过参与式教学并与合作教师一起对小班幼儿进行生活常规教育，然后观察记录幼儿的情况、实施的状态，之后进行反思，调整策略并再次实施，以此来促进并完善生活常规教育，并提升笔者自身及合作教师的专业化发展。

在具体资料的收集方面主要采用观察法和访谈法，在文献的收集方面采用文献研究法。

②观察法：本研究通过对甘肃省天水市 S 园小班幼儿生活常规教育进行观察、记录，并进行参与式教学，与合作教师一起发现其中所存在的问题，提出解决的方法并再次实施再次进行观察。

③访谈法：一方面主要针对于幼儿园的一线教师进行访谈，对于幼儿园小班的生活常规教育中潜在的问题加深了解；另一方面是与幼儿家长进行访谈，详细掌握幼儿在家庭生活中的日常常规行为习惯，以便更好的家园配合帮助幼儿养成良好的生活行为习惯。

3.研究工具

本研究所采用的主要研究工具为访谈提纲和观察记录表。参考东北师范大学硕士研究生杨美男在《小班幼儿生活常规教育的现状研究》一文中的访谈提纲和观察记录表，并根据研究需要进行了一定的改动，访谈提纲主要是在研究的准备阶段对小班带班资深的教师及合作教师进行访谈以了解生活常规教育的现状，观察记录表用来记录在生活常规教育的过程中幼儿的具体情况。

① 王蔷. 英语教师行动研究[M]. 北京: 外语教学与研究出版社, 2002: 198.

4.研究流程

本文基于相关参考文献研究的基础上，确定研究对象并组建研究团队，随后对研究园所进行了预观察并对教师进行访谈，找出其中存在的问题。并根据《3~6岁儿童学习与发展指南》和研究对象具体情况制定出生活常规教育的常规要求，开展三个循环的行动研究，分为初步观察探索阶段——调整实践阶段——深化提升阶段。研究流程如下图1所示：

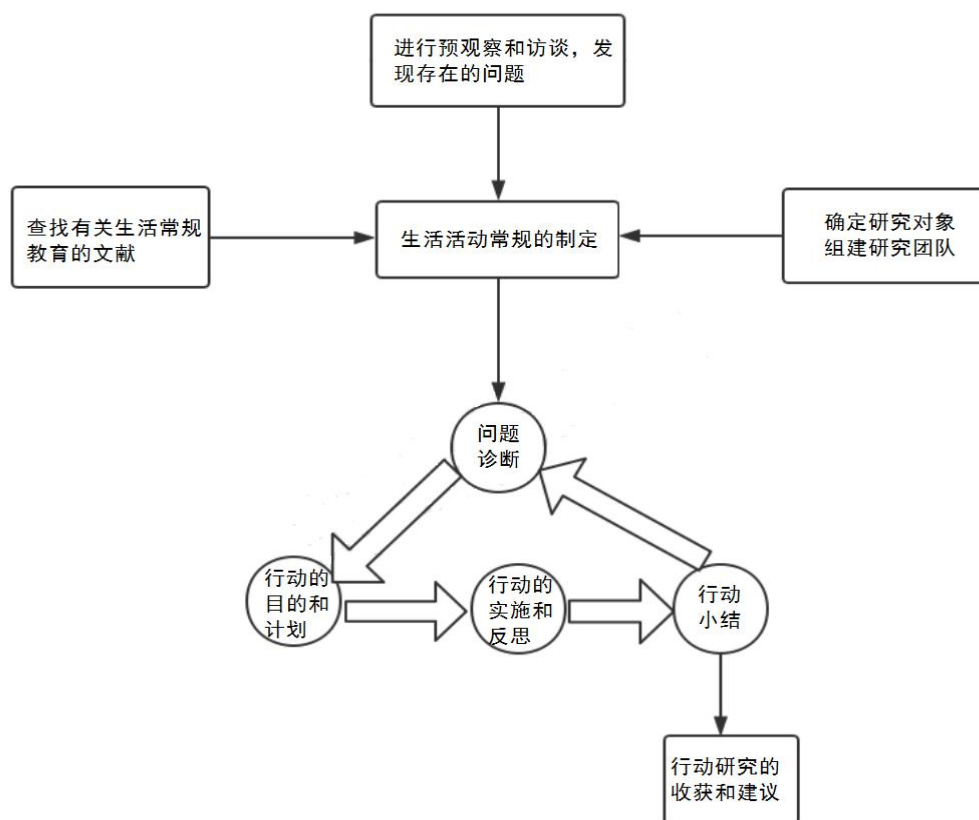


图1 研究流程图

5.研究对象

①研究场域

本次研究的研究对象为甘肃省天水市某公立幼儿园S园的小一班幼儿。S园为甘肃省示范性幼儿园，办园历史悠久，教育理念新颖，深受家长及社会的喜爱。同时也是笔者所在学校的教育硕士实习基地和教研基地。因此，笔者将该园作为本次的研究园所。

②研究的合作团队

对于本文中研究班级的选择,是在该园负责人的推荐下确定的。该园负责人详细介绍了研究班级的三位教师,她们具有高的综合素质,教育教研能力非常强、带领的班级氛围融,同事关系和谐团结,并且获得了家长们广泛的好评。合作的幼儿教师总共有3位,其中一位为主班教师,一位为班级配班教师,另外一位为班级生活教师,三名班级教师的详细介绍情况如下表1所示。

表1 三名教师的详细情况表

合作教师代称	职务	年龄	教龄	学历
A 教师	主班教师	30 岁	10 年	本科
B 教师	配班教师	26 岁	3 年	本科
C 教师	生活教师	40 岁	7 年	高中

③研究对象的基本情况

表2 幼儿的基本情况表

项目		人数	百分比
幼儿性别	男	22	50%
	女	22	50%
幼儿年龄	3 岁~3 岁 3 个月	3	6.8
	3 岁 3 个月~3 岁 6 个月	11	25
	3 岁 6 个月~3 岁 9 个月	9	20.5
	3 岁 9 个月~4 岁	21	47.7
是否为独生子女	是	38	86.4%
	否	6	13.6%
幼儿的主要带养人	母亲 父亲 祖父母 外祖父母	32 0 9 3	72.73% 0% 20.45% 6.82%

从上述表2中我们能够直观看出:研究班级共有44名幼儿,女幼儿22名,男幼儿22名,年龄的在三岁六个月以上的占68.2%。大部分的幼儿为独生子女。研究班级幼儿主要带养人方面,主要有母亲、祖父母和外祖父母带养幼儿,超过

百分之七十的幼儿主要是由母亲带养，剩余近百分之三十的幼儿主要是由祖父母或者外祖父母带养。这说明在幼儿的成长过程中，母亲是幼儿的主要带养人，母亲能够陪伴在幼儿身边，对于幼儿的健康快乐成长是非常有意义的。

二、行动研究的准备阶段

（一）生活常规教育中存在的问题

笔者在教育见习的过程中对 S 园小班的生活常规教育进行了预观察，经过文献的收集整理以及前期对合作教师及诸多小班带班资深教师进行访谈。目前了解到 S 园小班生活常规教育存在有以下 4 个问题：

1.生活常规教育的指导目的不太明确

《幼儿园工作规程》提出：“幼儿园日常生活组织，要从实际出发，建立必要的合理的常规，坚持一贯性、一致性和灵活性的原则，培养幼儿的良好习惯和初步的生活自理能力”。^①生活活动对幼儿的成长和发展起着不可替代的作用，不仅满足了幼儿最基本的生理需要，而且对幼儿良好生活行为习惯的养成及个性品质的形成都有着重要的意义。^②在实际中，生活常规教育成为了教师管理幼儿的手段，掌控幼儿的办法。还有教师说道：“幼儿园最重要的事情就是保障幼儿的安全，而良好的常规是保证安全的前提”。幼儿园最基本的事情是时刻保证幼儿的安全，但常规教育绝不仅是保障幼儿安全，管理幼儿的方法和手段。这一点与常规教育原本的意义背道而驰，不得不让我们深思。很多时候幼儿教师的生活常规教育的规则只是为了得到领导的肯定，为了管理的方便，殊不知忽略了幼儿本身的特性和爱说爱闹、活泼好动的天性。

2.家园沟通与合作存在障碍

小班刚入园时期，家长和带班教师还处于较为陌生的阶段。家长对教师的教育方法和理念还不能完全理解，完全信任，而这个过程正是幼儿最无助和脆弱的时候。更需要家长和教师相互合作和理解。在访谈中有教师说道：“家长刚开始的时候完全不相信我们，我们会每天拍照发群里，而且家长在看到孩子的进步和发展的时候才能逐渐相信我们”。孩子的健康成长不仅需要教师的培养，而且还需要家长的共同配合。

① 中华人民共和国教育部. 幼儿园工作规程 [S]. 北京：人民教育出版社，2016.

② 莫源秋, 韦凌云, 刘揖建. 幼儿常规教育指导手册 [M]. 北京：中国轻工业出版社，2013.

3.教师分工不明确，过渡时间出现断档现象

在幼儿园中，同一班级三位老师有时候配合可能会出现断档问题，使幼儿处于无人监管的状态中。尤其是在过渡的时间段之内。“教育活动结束了，一部分幼儿从教室进入水房、厕所进行喝水、如厕或者盥洗；而另一部分幼儿还在教室之中。两位教师在教室里忙着收拾整理刚才教育活动所用到的教具、材料等教学道具；另外一位老师则去了卫生间。此时水房、厕所是没有教师在场的，幼儿们乱作一团——观察日志”。幼儿园的安全事故有很多是发生在如厕的时候，但是此时的厕所和水房却没有在教师的监管之下，没有成年人在场。可想而知，这种情况有多不安全，非常容易造成不必要的安全问题。

4.幼儿分离焦虑对生活常规教育的不良影响

小班刚入园时幼儿的分离焦虑较为严重，教师很大的精力都被用于减轻幼儿的焦虑，影响了正常的常规教学。在访谈中有教师提到：“每年新幼儿入园的时候，是我们最害怕时候，这几年稍微好一点，前几年状况更糟糕，这个孩子还没有哄好稳定下来，那个孩子又开始哭。家长也不配合我们的工作，一直在教室外看着不愿意离开，孩子本身好好的，一看见家长就哇的一声，严重影响了我们的工作”。幼儿的分离焦虑在很大的程度上制约着常规教育的发展，因此要尽可能的减轻幼儿的分离焦虑，同时需要家长配合教师的工作，尽快的减轻或消除幼儿的分离焦虑，促进生活常规教育的顺利进行。

（二）生活常规的制定

在《3~6岁儿童学习与发展指南》一书中对于3~4岁幼儿的良好生活与卫生习惯的目标如下表3所示：

表3 3~4岁幼儿的良好生活与卫生习惯的目标

常规项	内容要求
喝水	愿意饮用白开水，不贪喝饮料。
进餐	在引导下，不偏食、挑食。喜欢吃瓜果、蔬菜等新鲜食品
洗漱	在提醒下，每天早晚刷牙、饭前便后洗手。
睡眠	在提醒下，按时睡觉和起床，并能坚持午睡。 在帮助下能脱衣服或鞋袜。

参照指南中的目标要求，并根据 S 园的实际情况，研究者与合作教师共同制定出以下活动常规，包括喝水活动常规、进餐活动常规、盥洗活动常规、睡眠活动常规、如厕活动常规。

（1）喝水活动常规

表 4 喝水活动常规

常规项	内容要求
喝水	排队按顺序取自己的水杯喝水。
	喝水中不说话，不打闹。
	喝多少水接多少水，不浪费。如果喝不完，要告诉老师。
	喝完水把杯子放回自己的杯子架上。

（2）进餐活动常规

表 5 进餐活动常规

常规项	进程	内容要求
进餐	餐前准备	吃饭前洗手
		洗手后回到座位上坐好
		身体坐直，双手放在膝盖上
		等待教师口令就餐
	进餐中	一只手扶着碗、一只手拿勺子、不洒饭。
		不挑食，细嚼慢咽，尽量保持自己衣服、地面、桌面的整洁
		需要添饭举手，需要添汤举拳头
	餐后	饭后送碗并分类
		饭后漱口、擦嘴

（3）盥洗活动常规

表 6 盥洗活动常规

常规项	内容要求
盥洗	排队洗手、不拥挤，不打闹
	洗手时把袖子挽起来，自己不会挽告知教师
	学会正确洗手（洗手六步法），知道饭前便后洗手
	节约用水，洗完后用自己毛巾擦干

(4) 睡眠活动常规

表 7 睡眠活动常规

常规项	内容要求
睡眠	睡前上厕所，睡觉过程中需要上厕所举手轻声起床。
	认识自己的床，迅速找到自己的位置
	把外套脱掉，鞋子放好，需要帮助举手
	盖上被子，闭上眼睛

(5) 如厕活动常规

指南中对于如厕活动没有明确的目标,但在“具有基本的生活自理能力”目标中,提出了以下教育建议:指导幼儿学习和掌握生活自理能力的基本方法,如穿脱衣服和鞋袜、洗手洗脸、擦鼻涕、擦屁股的正确方法。

表 8 如厕活动常规

常规项	内容要求
如厕	想去厕所的时候举手告诉老师
	在厕所不推不挤、不打闹、不在厕所逗留
	能自己脱裤子、提裤子、大小便入池
	大便完不会擦屁股要主动告诉老师

三、言传身教立规矩——观察探索阶段

（一）问题提出

经过了前期的准备工作，在正式的行动研究前，研究者和合作教师一直在思考两个问题：

第一个问题是如何解决在研究的准备阶段发现的问题？包括生活常规教育的指导目的不太明确、家园沟通与合作存在障碍、教师分工不明确、过渡时间出现断档现象、幼儿分离焦虑对生活常规教育的不良影响。

第二个问题是本阶段的生活常规教育究竟该如何开始？是直接进行生活常规的教育还是先观察幼儿的情况再根据实际情况进行生活常规的教育？

（二）行动目的与计划

本阶段的行动目的有两方面，一是尽可能解决在研究的准备阶段发现的问题，二是对幼儿进行生活常规教育的初步探索。

对于如何解决在研究的准备阶段所发现的问题，正当研究者和合作教师一筹莫展的时候，S园和W园长给予了极大的帮助和贡献。S园决定在新生入园前召开入园前家长会同时开展家长陪伴下的“弹性入园”活动，以此来缓解分离焦虑对幼儿不良影响，帮助幼儿快速适应幼儿园大家庭的集体生活同时加强对教师的信任，密切家园合作。对于研究者和合作教师来说这不仅仅一系列帮助幼儿适应幼儿园生活的活动，更重要的是在这一系列活动中能帮助研究团队解决一部分研究前发现的问题，至少在一定程度上减轻这些问题的不良影响。

对于本阶段的生活常规教育究竟该如何开始？是直接进行生活常规的教育还是先观察幼儿的情况再根据实际情况进行生活常规的教育？研究者和合作教师讨论后决定在这一阶段中，笔者和合作教师只对生活常规进行讲解和简单示范，以观察幼儿的真实情况，并根据观察记录到的幼儿实际情况进行反思、调整和下一阶段的计划和实施。

（三）行动实施与反思

在 S 园正式的系列活动之前，研究者和合作教师组建了微信群用于沟通。针对在过渡时间可能存在的分工不明确，幼儿无人监管的现象进行了交流，同时一起进行理论的学习。通过理论知识的学习，研究者和合作教师树立了正确的生活常规教育的理念，与此同时研究团队还向教学经验丰富的教师和专家请教以探索有效的新策略来推动生活常规教育的进行。另外还利用业余时间加强专业化的培养和技能的学习,以此来推进生活常规教育的进程。

幼儿正式入园前，S 园召开了新生班的家长会并进行家访，了解了每一位幼儿的家庭情况和幼儿在家庭中的基本生活与行为习惯，这是家园合作的开始。教师与幼儿家长进行了全方面的沟通，加深彼此的信任。教师及幼儿园向幼儿家长详细介绍了幼儿入园前家长需要准备的工作和幼儿入园后的各种表现以及家长应对和处理措施，主要包括：教给幼儿基本的生活自理能力，如：能够独立吃饭、喝水、独立穿脱裤子并如厕、独立入睡等；同时对幼儿进行心理准备教育，坚持入园，正面引导幼儿入园；引导家长转变心态；遇见问题应及时的告知教师等等，诚如 A 教师在家长会上说道：“家园之间最需要的是信任，家长和教师是最忠实的合作者，也家园教育需要一致，孩子的成长需要家长和教师的共同努力”。

接下来到了 S 园设置的“弹性入园”活动的环节。所谓“弹性入园”活动是新入园幼儿在入园前两天的时间内不跟随幼儿园原有的时间安排进行入园离园，同时在入园首日由家长陪同，减轻幼儿的焦虑感，下图 2 为入园首日时晨检接待的照片。

又到了一年一度开学的季节，笔者的实习也正式开始。新入园的幼儿首次离开家人的怀抱来到一个全新的环境之中，面对的是一群新的小伙伴，新的游戏场地与新的生活环境。可想而知他们的不安感和兴奋感，而更多的是离开家来到新环境的陌生感。



图2 幼儿第一天入园时的晨间接待

入园首日，S园今日计划将在家长的带领下实行半日入园活动，由于幼儿人数较多，老师将幼儿分为两组，每名幼儿身边跟随一名家长陪伴。一组在室内先熟悉了解新的环境。然后幼儿之间进行自我介绍，了解新的小伙伴。最后组织游戏活动使幼儿尽快熟悉全新的环境与朋友。另一组跟随家长熟悉幼儿园的外部活动环境。图3为弹性入园的室内游戏活动照片。



图3 弹性入园的室内游戏活动

游戏开始了，小朋友们伴随音乐声和道具皮球相互介绍自己，有的小朋友很大胆，我叫糖糖，我的大名叫**，今年我3岁了。“我叫明明，我4岁，我喜欢唱歌。有的小宝贝就比较害羞，当小皮球滚向自己的时候，往父母的怀里钻，或者躲在父母的身后”——（观察日志，2018年9月3日记录）

半日的家长陪伴入园活动一眨眼间结束了，孩子们和家长们都很开心，对于新的环境、新的小伙伴与新的老师，幼儿在家长的陪伴之下相处的非常愉快，宝贝们带着笑容快快乐乐的离开了幼儿园。

第二家园里继续实行弹性入园，但是幼儿园建议家长不在幼儿园陪同幼儿，以便观察幼儿在脱离父母的情况下独自在幼儿园的状态。为了帮助幼儿快速适应全新的集体生活，减轻幼儿的焦虑和不安，S园建议幼儿先脱离父母独自在幼儿园适应半日，观察幼儿脱离父母进入新环境之后的情绪与适应状态，家长可以在幼儿午睡之后将其接走。对幼儿脱离父母采取循序渐进的方式，使幼儿进入新环境、新集体和接受新的面孔有个过渡缓冲的时间。

早上入园时，家长根据入园前家长会的要求将幼儿送入所在班级之后就离开同时不在班级或者幼儿园周围停留。因为有了前期的弹性入园活动，观察中发现一半以上的幼儿情绪良好。妞妞、洋洋，明明等幼儿明显情绪高涨，带着对新环境的好奇在活动室里参观探索，先去图书角翻翻书籍，之后又到睡眠室里去玩游戏。与此同时另一部分幼儿哭闹较为严重，潇潇、小雨、硕硕在撕心裂肺的大哭，耳边不时传来“我要妈妈”，“妈妈去哪里了”，“姥姥怎么还不来接我”，“给我妈妈打电话”“快给我爸爸打电话”。各位教师分工有序，A老师负责接待新进班的家长及幼儿，B老师和笔者负责对情绪激烈的幼儿进行安抚和管理，C老师负责消毒，准备早餐。经过大家的共同努力，除了个别幼儿情绪不稳定外，多数幼儿情况良好。为了不影响其他幼儿的情绪，笔者和合作教师将情绪激烈的幼儿暂时与其他幼儿分开，在睡眠室内进行安抚，待其情绪稳定后再依次帮助他们找到座位并开始就餐。经过安抚后，除了硕硕依旧在低声啜泣，其他幼儿情绪稳定。四位教师轮流在睡眠室内陪伴硕硕，帮助他尽快适应新的环境。

案例1：硕硕一直在寝室里坐在板凳上大哭，A老师告诉他，不要哭了，等睡觉起来妈妈就来接你了，但是效果收效甚微，过了一会儿，C老师告诉他，你别哭我给你爸爸打电话，好不好。硕硕安静了1分钟左右，恳求着C老师给爸爸打电话，于是C老师便假装给硕硕爸爸打电话（实际未接通），电话接通后C老师让硕硕爸爸早点来接硕硕，听到了爸爸早点来接硕硕，硕硕的啜泣终于停了下来。不停的向C教师确认“爸爸马上就来接我了”“爸爸忙完就来接我了”

案例中硕硕的分离焦虑在研究班级中属于比较严重的幼儿。幼儿从出生到进入幼儿园之前基本上全部时间都是在家庭中度过，有爸爸妈妈、祖父母和外祖父母的陪伴，对于家人的依赖性特别强，突然离开家庭进入到一个新的环境会使幼儿举手无措、无所适从，便通过情绪上的发泄将其表现出来。此时教师与家长要有耐心慢慢的让幼儿熟悉、喜欢、接受并融入到这个环境之中，才能使幼儿在幼儿园生活常规教育的培养之下养成良好的生活行为习惯。这对于他们的未来有着重要的影响，是促进幼儿能够健康快乐的成长的关键。

幼儿的生活常规教育正式开始。经过了入园环节，接下来面临的的就是就餐环节，在正式进餐之前幼儿们首先要洗手，在制定的就餐活动常规中，餐前要洗手。由于幼儿是分不同的时间段来园的，没有在幼儿园规定的统一时间段内来园。有的幼儿来的很早，在幼儿园规定的统一时间段之前就已经进入了幼儿园，而有的幼儿由于哭闹或者其他原因来园的时间相对较晚，超出了统一规定的来园时间段。根据当天的实际情况，采用分组洗手的方法，将同一时间段（来园相差时间在五分钟之内）内到来的幼儿一起引导到盥洗室进行洗手活动。

洗手活动由 B 教师组织，在活动常规教育的实施中，B 教师先讲解了洗手活动的常规要求，具体要求包括：（1）排队洗手、不拥挤，不打闹；（2）洗手时把袖子挽起来，自己不会挽袖子要告知教师；（3）学会正确洗手（洗手六步法）；（4）节约用水，知道饭前便后洗手，洗完后用自己毛巾擦干。幼儿还处于对幼儿园的好奇和离开家人的不安感中，讲解后幼儿似懂非懂的点点头。B 老师继续讲解了洗手六步法，之后帮助幼儿洗完手后来到了教室坐好，等待早餐开餐。

早餐为金银粥、鹌鹑蛋及小馒头。鹌鹑蛋由教师剥好分发在小碟子内，早饭时笔者和合作教师对幼儿先进行了观察，以观察幼儿在独立并且没有干预的情况下的就餐状态“今天是生活常规教育开始的第一天——早餐时间，A 教师忙着迎接晚到的幼儿、与此同时 B 教师在盥洗室内帮助幼儿洗手，C 教师在给幼儿添加早饭。如如，糖糖，洋洋等小朋友正在进餐，糖糖先吃了鹌鹑蛋，之后喝了金银粥，在喝金银粥的时候她用勺子一口一口把粥送入口中，期间没有发现把饭撒到桌面上，粥喝完了，但是糖糖好像觉得还没有满足，于是开始示意老师她还要粥，大声朝着 C 老师的方向“老师，老师”。C 老师回头朝向糖糖回应道“需要添饭的小朋友请举手”并示意糖糖举手，糖糖举手后，C 老师提着饭桶来到糖糖身边，给糖糖添饭。观察中发现如如，洋洋，糖糖、等幼儿十几个幼儿就餐情绪良好，但是家家、明天、潇潇明显对早餐不感兴趣，20 分钟过去了。小碗里的粥只下去了五分之一，

鹌鹑蛋也只吃了一个，小馒头更是没有任何被吃掉的痕迹，原封不动的放在碟子里。——（摘自观察记录 2018 年 9 月 4 日）

而屋里的硕硕更是不肯进餐。四位老师分别用不同的方法让硕硕去吃饭，硕硕不肯，一直重复在家里已经吃过了，妈妈做的葱花面。

餐后，C 老师告诉幼儿们吃完饭后要将小碗、勺子、还有碟子送到开饭桌子上，并示范了一下，把碗放在用来装碗的大盆子里，同时把勺子放在回收勺子的筐子里，但是只有 6 名幼儿按照老师讲解的方法将餐具送回开饭的桌子上并正确分类。

因为幼儿刚入园时还并不适应幼儿园的新环境，为了帮助幼儿快速适应新的环境和生活常规的养成。S 园建议在入园一周内不进行集体的教育教学活动，而主要是对幼儿园环境的适应及常规的培养。早餐之后幼儿们在室内休息了一会儿，跟随教师来到室外，进行游戏和大型玩具的玩耍。

大约过了一个小时之后，幼儿们跟随教师回到教室内，进行如厕、盥洗和喝水等活动，如厕、盥洗、喝水活动顺次进行。A 教师负责在盥洗室帮助幼儿洗手，将洗完后的手用毛巾擦干；B 教师负责帮助幼儿认识自己的水杯，依次按照秩序排队接水；C 教师和笔者负责在厕所内引导幼儿正确如厕并确保幼儿的安全。

在如厕活动前，先进行洗手活动。由 A 教师负责帮助幼儿洗手，并对幼儿进行管理。如厕活动中，将幼儿分为男生和女生两个小组，依次按照秩序排队如厕。由笔者向幼儿讲解如厕要求，具体内容包括以下四个方面：（1）想去厕所的时候请举手告诉老师；（2）在厕所内不推不挤、不打闹、不逗留；（3）能够自己脱裤子、提裤子且大小便入池；（4）大便完不会擦屁股请主动告诉老师。大多数的男孩子在如厕中基本都能达成常规要求，不打闹，不推不挤并且大小便入池，但是大概有 10 名左右的女孩子穿脱裤子不熟练，需要帮助才可以把裤子脱掉，还有 5 名男孩子在脱裤子的时候也需要教师的帮助，有两名幼儿进行了大便，大便后没有告知教师需要擦屁股，而是一直在等待，等了一会儿就哭了起来。于是笔者帮助幼儿擦了屁股，并向幼儿简单讲解了如何正确擦屁股。如厕后笔者和 C 教师将幼儿引导至盥洗室，A 教师再次帮助幼儿洗手。幼儿在盥洗后到保温桶旁边等待喝水。

在喝水活动中，B 教师先让幼儿从水杯架上找到自己使用的杯子。在每个杯子上面都贴有幼儿的照片，并写有幼儿的名字。在找杯子的过程中，有 3 名幼儿由于不认识自己的照片一时没有找到自己的杯子，在教师的帮助下，这 3 名幼儿找到了自己的杯子。B 教师先讲解了喝水常规的要求：（1）按顺序排队拿取自己的水杯喝水，喝水过程中不说话，不打闹；（2）杯子里的水喝多少接多少，如果喝

不完，请告诉老师；（3）喝完水把杯子放回自己的杯子架上。接着 B 教师示范了接水的动作，把杯子先放在饮水机的水龙头下方，之后打开水龙头，眼睛看着杯子，接好水后将水龙头关掉。B 教师接着说：“在接水的过程中要一个一个的接，不能推挤前面的小朋友，前面的小朋友接完把水龙头关好后，下一个小朋友再接水。喝水的时候要慢慢喝，不要乱跑，不能打闹说活，以免呛水，把水洒到地下或者衣服上。喝完水把杯子放回自己的杯子架上。”喝水活动进行的不是特别顺利，只有六名幼儿把杯子里的水喝完，并且将杯子送回杯子架上，没有把水洒在地下或者衣服上。

喝水活动结束后，幼儿回到活动室，这时候，如如和林林突然哭了起来，耳边又传来了“给妈妈打电话”，“我要回家”的声音，笔者和合作教师继续进行安抚，但是效果并不明显。因幼儿年龄小，独立性较差，易受到周围环境的影响。在如如和林林哭了之后，又有两名幼儿哭了起来。这时候为了转移幼儿的注意力，B 老师打开了一体机给幼儿讲起了绘本故事和手指谣。

过了一会儿到了午餐的时间，今日的午餐是粉条胡萝卜炖肉丸、米饭和紫菜汤。餐前，根据早餐的情况，A 老师讲解了进餐常规，具体内容包括：（1）饭前要洗手，洗完手后回到座位上坐好；（2）身体坐直，双手放在膝盖上；（3）等待教师口令就餐；（4）一只手扶着小碗、一只手拿勺子、不洒饭；（5）不挑食，细嚼慢咽，尽量保持自己衣服、地面、桌面的整洁；（6）需要添饭请举手，需要添汤请举小拳头；（7）饭后送碗分类并漱口、擦嘴。午餐进餐情况比早餐略好。20 名左右的幼儿进餐情绪良好，早餐时情绪不太好的幼儿在午餐时有了一定的改善。尤其是潇潇，在午餐时添饭了两次。但是在送碗分类中依旧不太理想，有 8 名幼儿完成了分类。在添饭时，依旧大声叫老师老师，“饭后漱口”，只有个别幼儿做到，大部分的幼儿没有饭后漱口的意识。

午餐后进行餐后散步。A 教师和 B 教师带领幼儿在户外散步，帮助消化，C 教师和笔者负责将睡眠室内的床铺整理好。散完步后，幼儿们回到教室，依次按秩序排队上厕所、洗手，上完厕所把手擦干。由于 S 园的统一要求，所有幼儿的床上用品花色是一致的，但是被褥上有幼儿的名字，同时推拉床的床边也同样贴有幼儿的名字，因此需要幼儿认识自己的床，准确知道自己床的位置，以便在以后的午睡活动中可以迅速找到自己的床。A 教师、B 教师和研究者带领幼儿认识自己的床，C 教师帮助还在如厕或者盥洗的幼儿。笔者及合作教师将幼儿引导至睡眠室的中间位置，三位教师分别从睡眠室的前方、中部、后方唱念幼儿的名字，帮助幼儿找到自己的床，认识自己的床的位置。但很快发现这种方法并不可取，睡

眠室内一片混乱，找到床的幼儿在床上不肯躺下，在床上哭闹，或者在床上和旁边的幼儿说话；没有找到床的幼儿，一会儿跑到前方，一会儿跑到后方，在睡眠室内跑来跑去。于是 A 教师提议改变方法，由 A 教师唱念幼儿的名字，B 教师带领幼儿找到自己的床，笔者负责对幼儿进行安抚并帮助幼儿脱掉鞋子和外套。这个方法实施的很顺利。大约 20 分钟后所有的幼儿的都已经在自己的床上，但并没有入睡。A 教师向幼儿们讲解了睡眠活动的常规：包括以下几个方面：（1）睡前或睡觉过程中需要上厕所请举手并轻声起床；（2）认识自己的床，迅速找到自己的位置；（3）把外套脱掉，鞋子放好，需要帮助请举手；（4）盖上被子，闭上眼睛。讲解完后，幼儿们并没有明显的反应，于是笔者和合作教师播放了睡前故事，并在情绪激动的幼儿身边进行安抚，轻拍。大约 10 分钟后，有一半左右的幼儿进入了睡眠中，睡眠室内传来轻微的呼吸声，还有不时传来的几声呓语。但是依旧有近一半的幼儿依旧在床上睁着眼睛，东看西看，一直到午睡结束，还有十几名幼儿没有进入睡眠状态。

午睡时间结束了，教师们帮助幼儿穿好衣服鞋子等待家长们的到来，很快家长们就来到了教室把幼儿接走。有的幼儿一看家长来了特别开心，有的幼儿看见家长来了就哭了，家长也是泪水在眼眶里打转，人生中的第一次分离并不仅仅是孩子离不开家长，更多的是家长离不开孩子。一天的工作还没有结束，笔者和合作教师展开了第一次生活常规教育的观察分析讨论。

在入园半日的这段时间内，幼儿园安排的一日日常活动流程依次为：来园——早餐（早餐前洗手——早餐进餐——餐后分类放置餐具——早餐后室内休息）——室外活动——如厕、盥洗、喝水——午餐（午餐前洗手——午餐进餐——餐后分类放置餐具）——午餐后散步——午睡——家长接走幼儿。通过对幼儿在各个生活活动中的行为反应进行详细的观察记录，对观察到数据进行详细的整理、分析、研究，得出幼儿对于幼儿园生活常规教育的适应程度的定量分析数据，以此为幼儿制定更为合适的生活活动常规教育形式提供理论依据。

本研究的生活常规项主要包括喝水、进餐、盥洗、睡眠和如厕五个部分，根据各个部分的具体内容要求观察记录达成目标的幼儿人数，详细认真统计整理记录的数据，并进行分析讨论。各个部分具体数据与分析如下表所示：

下述表 9 为幼儿喝水情况记录表，幼儿的喝水环节包括四项内容要求，记录幼儿在各项要求下的满足要求人数与百分比。“排队按顺序取自己的水杯喝水”的人数及所占百分比分别为 15 和 34.1%；“喝水中不说话，不打闹”的人数及所占百分比分别为 20 和 45.4%；“喝多少水接多少水，不浪费。如果喝不完，要告诉老师”

人数及所占百分比分别为 9 和 20.5%；“喝完水把杯子放回自己的杯子架上”人数及所占百分比分别为 6 和 13.7%。通过分析数据可以得出：在喝水的四项内容要求当中，在喝水过程中不说话，不打闹的幼儿人数及按照顺序排队接水的幼儿数量相对较多，所占比分别为 45.4%和 34.1%，说明大多数幼儿还是听从老师的指导完成要求内容。但其它两项完成情况不太理想，可能由于幼儿在家庭中有爸爸妈妈、祖父母或外祖父母的细心呵护，他们是家庭中的小公主或小皇帝，比如喝水及喝水后将被子放回杯架是由家长完成的，他们没有自己独立动手的生活意识。对于幼儿“喝多少水接多少水，不浪费。如果喝不完，请告诉老师”该内容，笔者和 C 教师在整理幼儿喝完水杯的过程中发现存在一部分幼儿的杯中还剩有大部分的水。原因可能包括以下三个方面：第一方面是幼儿可能在家中喜欢喝饮料，对于水不太喜欢；第二方面可能是幼儿进入新环境之后还没能够尽快适应并融入进新集体；第三方面可能是今天幼儿的活动量不太大，身体消耗的水分不多，因此，一部分幼儿的杯中还剩有大部分的水未被喝掉。

表 9 幼儿喝水情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比 (%)
喝水	排队按顺序取自己的水杯喝水	15	34.1
	喝水中不说话，不打闹	20	45.4
	喝多少水接多少水，不浪费。如果喝不完，请告诉老师	9	20.5
	喝完水请把杯子放回自己的杯子架上	6	13.7

下述表 10 为幼儿进餐情况记录表，幼儿的进餐环节包括餐前准备、进餐中与餐后三项内容要求，记录幼儿在各项要求下的满足要求人数与百分比。餐前准备中幼儿在“吃饭前洗手”中的人数为 10 人，所占百分比为 22.7%，“饭后送碗分类”达成目标的幼儿仅有 8 人，由于幼儿刚入园，虽然情绪较为稳定，但是胃口并不好，因此只有 4 名幼儿进行添饭行为。达成“需要添饭举手，需要添汤举拳头”目标的幼儿为 2 人，比较理想。分析原因可能是由于幼儿的就餐常规意识没有形成，因此在下一阶段的教育中，主要加强对这些就餐常规的培养。

表 10 幼儿进餐情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比
进餐	吃饭前洗手	10	22.7
	在座位上坐好等待	30	68.2
	餐前准备		
	身体坐直，双手放在膝盖上	25	56.8
	等待教师口令就餐	16	36.4
	一只手扶着小碗、一只手拿勺子、不洒饭。	25	56.8
	进餐中		
	不挑食，细嚼慢咽，尽量保持自己衣服、地面、桌面的整洁	29	65.9
	需要添饭举手，需要添汤举拳头（添饭人数共 4 人）	2	50
	饭后		
	饭后送碗并分类	8	18.2
	饭后漱口、擦嘴	2	4.5

下述表 11 为幼儿盥洗情况记录表，幼儿的盥洗环节包括四项内容要求，记录幼儿在各项要求下的满足要求人数与百分比。由于幼儿刚入园，还不熟悉幼儿园的环境所以在听了教师的细心讲解之后基本都能够做到排队洗手、不拥挤、不打闹；“洗手时把袖子挽起来，自己不会挽告知教师”的人数及所占的百分比分别为 26 人和 59.1%，有超过一半的幼儿需要依靠教师的帮助能够完成；幼儿学会正确洗手（洗手六步法）并能够饭前便后洗手的人数很少，基本没有能完成洗手六步法的幼儿；幼儿能够遵从节约用水的思想并洗完手后用毛巾擦干的人数及所占百分比分别为 15 人和 34.1%。从统计的数据分析中能够得到：幼儿均能够遵从教师的安排与引导，但是大多数幼儿对于需要自己独立完成的事情需要教师的协助，这侧面反映了大多数幼儿在家庭中是备受宠爱的，许多事情是由爸爸妈妈、祖父母或外祖父母完成的，幼儿独立生活自理的能力相对比较弱，需要进一步提高。

表 11 幼儿盥洗情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
盥洗	排队洗手、不拥挤、不打闹	40	90.1
	洗手时把袖子挽起来，自己不会挽告知教师	26	59.1
	学会正确洗手(洗手六步法)，知道饭前便后洗手	0	0
	节约用水，洗完用自己毛巾擦干	15	34.1

下述表 12 为幼儿睡眠情况记录表, 幼儿的睡眠环节包括四项内容要求, 记录幼儿在各项要求下的满足要求人数与所占比例。45.5%的幼儿基本上都能做到“睡前上厕所, 睡觉过程中需要上厕所举手轻声起床”; 75%的幼儿能够“盖上被子, 闭眼睡觉”。但是对于“认识自己的床, 迅速找到自己的位置”和“把外套脱掉, 鞋子放好, 需要帮助举手”因为幼儿是刚入园, 还不认识自己的床和位置, 所以这一内容没有统计。幼儿进入新环境之后还是比较陌生与胆怯, 对于第一次脱离家人独自一个人睡觉, 还需要一定的时间慢慢的适应, 幼儿与教师接触的时间比较短, 相对比较生疏, 需要渐渐相处交流沟通。教师和幼儿尽快熟悉起来, 消除幼儿的戒备心理才能更利于幼儿适应新的环境和新的集体生活。

表 12 幼儿睡眠情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
睡眠	睡前上厕所, 睡觉过程中需要上厕所举手轻声起床	20	45.5
	认识自己的床, 迅速找到自己的位置	0	0
	把外套脱掉, 鞋子放好, 需要帮助举手	0	0
	盖上被子, 闭上眼睛	31	70.5

下述表 13 为幼儿如厕情况记录表, 幼儿的如厕环节包括四项内容要求, 记录幼儿在各项要求下的满足要求人数与所占比例, 幼儿“想去厕所的时候举手告诉老师”的人数及所占百分比分别为 15 人和 34.1%; 幼儿“在厕所不推不挤、不打闹、不在厕所逗留”的人数及所占百分比分别为 35 人和 79.5%; 幼儿“能自己脱裤子、提裤子、大小便入池”的人数及所占百分比分别为 34 人和 77.3%; 幼儿“大便完不会擦屁股要主动告诉老师”的人数为 0, 说明幼儿对于教师的讲解都能够听懂并能够遵守, 但是幼儿需要自己主动请求教师帮助的时候, 大多数幼儿选择沉默。这侧面反映出了幼儿对于新的面孔与新的朋友不能够快速接受, 需要一个循序渐进的过程和教师不厌其烦的细心照顾。

表 13 幼儿如厕情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
如厕	想去厕所的时候举手告诉老师	15	34.1
	在厕所不推不挤、不打闹、不在厕所逗留	35	79.5
	能自己脱裤子、提裤子、大小便入池	29	65.9
	大便完不会擦屁股要主动告诉老师	0	0
	(幼儿在园大便总人数为 2 人)		

在 A 老师的组织下,笔者与合作教师展开了初次探索后的讨论。笔者在讨论中的代称为 D 教师。

A 教师:今天是孩子们单独的第一天入园,也是我们第一天面对孩子进行常规教育,在仅仅是给孩子们讲解和示范了常规的要求后,孩子们完成的还是比较不错的。大家有什么感受可以说一说,我们一起讨论。

B 教师:这是我第一次带小班,小班的确还是比较累的,需要我们更多的关爱,对我们的要求也更高。

C 教师:我和 A 教师一样,今年的孩子比我以前带的好很多,现在的家长育儿理念比以前好多了。以前我们都这只手抱一个,那只手抱一个。今年除了个别的孩子,大部分孩子还是比较适应

D 教师:这次实习是我第一次近距离接触小朋友,以前都是在学校里学的理论。带孩子,做一名合格的幼儿园教师真的有很多东西要学。

A 教师:虽然相对于往年的情况来说,今年的情况还是比较好的,今天大哭大闹的孩子比以前少多了,但是你们觉得咱们的工作有没有不到位的地方?

B 教师:我感觉今天喝水常规进行的不是很好,很多孩子都把水剩在杯子里,还是孩子喜欢喝饮料,不喜欢喝白水,我们要想个办法引导孩子。

C 教师:对,小孩子都这样,不喜欢喝水,吃饭的时候送碗分类的时候很多小朋友都不知道怎么分类,要在这方面多下功夫。

D 教师:今天的常规教育令我最深刻的就是饭后擦嘴漱口,基本没有小朋友有这样的行为,基本没有这个意识,今天早上我发现班里孩子的牙齿都不太好,可能就是这个问题,婴儿时的奶睡还有爱吃糖,饭后不漱口都会让孩子们形成蛀牙。我们可以在饭后环节多给幼儿留点时间,今天可能时间可能有点赶。

.....

(二) 行动反思

经过了研究者和合作教师的讨论,在这一阶段的生活常规教育中,有以下问题:一是喝水活动中幼儿不愿喝水或者喝不完水的情况比较多,而且幼儿喝水后不送杯子的情况也较为严重;二是在进餐活动中的饭后环节做得还不到位;三是在如厕活动中幼儿独自穿脱裤子的生活自理能力有待提高;四是在盥洗活动中需要加强对洗手六步法的培养;五是在睡眠活动需要增加入睡幼儿的人数。

（四）行动小结

在初步观察探索阶段中存在以下问题：一是喝水活动中幼儿不愿喝水或者喝不完水的情况比较多，而且幼儿喝水后不送杯子的情况也较为严重；二是在进餐活动中的饭后环节中漱口、送碗归类的人数较少；三是在如厕活动中幼儿独自穿脱裤子的生活自理能力有待提高；四是在盥洗活动中对洗手六步法的培养效果不明显；五是在睡眠活动入睡幼儿的人数较少。

笔者和合作教师计划在下一阶段中采用教育活动、调整午餐后的环节等方法来减少或消除初步观察阶段存在的问题，主要是增加幼儿的喝水量，培养幼儿喝水后送杯子的意识，同时加强对餐后环节常规的培养，尤其是送碗归类，饭后擦嘴；增加幼儿午睡的人数；加强引导幼儿的盥洗习惯。

总体而言，幼儿在本阶段的表现还是非常令人满意和欣慰的，在只有教师的讲解和示范下幼儿达成目标的情况令人惊喜。这离不开家长和幼儿园共同努力，也离不开前期的准备工作。常规的教育从来不是一蹴而就的，需要不断的培养，提升，更需要教育工作者兢兢业业，日复一日的用耐心和爱心去灌溉。

四、耳濡目染学规矩——调整实施阶段

（一）问题诊断

在初步观察探索阶段中存在以下问题：一是喝水活动中幼儿不愿喝水或者喝不完水的情况比较多，而且幼儿喝水后不送杯子的情况也较为严重；二是在进餐活动中的饭后环节中漱口、送碗归类的人数较少；三是在如厕活动中幼儿独自穿脱裤子的生活自理能力有待提高；四是在盥洗活动中对洗手六步法的培养效果不明显；五是在睡眠活动入睡幼儿的人数较少。

分析原因可能一方面是由于幼儿在家庭中有爸爸妈妈、祖父母或外祖父母的细心呵护，他们是家庭中的小公主或小皇帝，他们没有自己独立动手的生活意识；另一方面幼儿对幼儿园的环境还比较陌生，较为紧张，或者不知道应该怎么去完成生活常规的要求。

（二）行动目的和计划

经过笔者和合作教师的商榷，研究团队一致认为本阶段行动目的就是要解决以下问题主要是增加幼儿的饮水量，培养幼儿喝水后送杯子的意识，同时加强对餐后环节常规的培养，尤其是送碗归类，饭后擦嘴；增加幼儿午睡的人数；加强引导幼儿盥洗习惯。

笔者和合作教师计划这一阶段中采用教育活动、调整午餐后的环节等方法来完成本阶段的目的。设计了《我爱喝水》教育活动、《漱漱口》教育活动和《如厕》教育活动，同时用儿歌对盥洗活动中的六步洗手法进行教育。

（三）行动实施和反思

经过了生活教育的初步探索，笔者和合作教师对本班幼儿情况有了更为深刻的了解，对下一步的生活常规教育有了新的想法。上一阶段中，幼儿在只有单纯的讲解和示范的教育下，依然有幼儿达到了所规定的常规目标，因此笔者和合作

教师对本阶段的教育很有信心。泰戈尔曾说让我的爱像阳光一样包围着你，而又给你光辉灿烂的自由。教育便是如此，用爱去包围幼儿，而又给幼儿自由，让教育生态化，所以在本阶段的生活活动常规教育中，笔者和合作教师会采用更为民主、鼓励、积极有效的教育方式来帮助幼儿养成良好的生活习惯，促进幼儿的良好发展。

（1）喝水活动

在上一阶段的喝水活动中，发现一方面是幼儿喝水量不够，另一方面是喝水后把水杯送回杯子架上的幼儿人数较少。针对此，设计了教育活动《我爱喝水》。由B教师进行实施，笔者负责配合。

教育活动：我爱喝水

时间：2018年9月6日上午幼儿第一次集体喝水时间

地点：教室、盥洗室

人物：B教师、笔者、40名幼儿（4名幼儿请假）

活动目标：1. 了解多喝水对身体的重要性

2. 激发幼儿养成良好的健康生活习惯

活动过程：

B教师先拿了两盆植物来到教室内，一盆植物生机盎然、另外一盆植物枯萎暗黄，请幼儿观察两盆植物有什么区别。

B教师：请小朋友观察这两盆植物有什么不一样之处？你们更喜欢哪一盆？

众幼儿指着生机盎然的植物：这一盆，这一盆好漂亮。

B教师：请小朋友想一想为什么这一盆很漂亮，而那一盆不漂亮？

瑞瑞：因为漂亮的这个是绿色的，我喜欢绿色。。

瑶瑶：那一盆太丑了，干巴巴的，一点都不漂亮。

B教师：这是因为我经常给这盆好看的植物浇水，而另一盆没有浇水，我们人和植物一样如果不喝水，或者喝水太少了就会变得不好看，会生病。

这时候阳阳说：生病的时候可难受了，我上次生病了去医院打针我都哭了。

B老师：所以以后我们小朋友要多多喝水，每天才能有健康的身体。可是啊，我发现，我们班有的小朋友每次喝水就喝一点点，杯子里面还有很多水没有喝，这样又对身体不好又浪费，现在到喝水时间了我们一起去喝水吧。



图4 教育活动后幼儿喝水照片

接着 B 教师带领幼儿来到盥洗室内进行喝水活动常规教育。首先，让幼儿自由排队，在排队中发现幼儿翔翔有插队的行为，B 教师等待翔翔接水的时候和翔翔进行了交流。上图 4 为教育活动后幼儿喝水过程照片。

B 教师问翔翔为什么要插队。翔翔不高兴的撇着小嘴对 B 教师说因为我很渴，前面小朋友太多了，然后就哭了起来。“我要喝水”，“我要我奶奶”，B 教师安静地等翔翔哭完，给了他一个拥抱。温和而坚定地跟翔翔讲了为什么不能插队的原因，因为如果不排队接水，保温桶里的水可能洒到别的小朋友手上，可能会烫到别的小朋友，而且在插队的时候推小朋友会把小朋友推倒，小朋友会受伤的，B 老师说完原因告诉翔翔以后不能再插队了。翔翔满眼泪水点点头。

翔翔由奶奶一手带大，家境优渥，独生子女，家长宠溺较为严重，从插队的行为为中可见规则意识还是欠缺，需要家长和教师的共同努力。集体生活必须在规则的基础上体现自主，幼儿园同样是一个小社会，需要有规则来约束。

B 教师继续对幼儿进行喝水常规教育，告诉幼儿接水时不要接太满，并请幼儿做示范。然而在示范后下一位幼儿在接水的时候却依旧把水接的满满的，然后又不小心把水洒在衣服上，笔者再次提醒幼儿注意不要把水接得太满并帮助幼儿换好衣服。很快，喝水时间就要结束了，到了户外活动时间，由于时间的关系，幼儿园的各项活动环环相扣，喝水活动的常规教育被打断了。教育存在于生活的点点滴滴。

但是经过刚刚的教育活动，幼儿的饮水量有了一定的增长，笔者和 C 教师在整理水杯的过程中发现只有 10 个幼儿的杯子里还有水。虽然对‘喝完水后送杯子’这一常规再次进行讲解和教育，但是效果依旧不理想。

为了增加幼儿的饮水量，合作教师和研究者商榷后决定增大幼儿的活动量。一方面是增强幼儿的体能，促进幼儿的身体协调性发展。《幼儿园工作规程》中明确指出：“幼儿园的主要任务是实行保育与教育相结合的原则，对于幼儿实施体、智、德、美全面发展的教育，促进其身心和谐发展。^①”将“体”置于第一位，能够看出幼儿的身体发展教育才是幼儿期教育的根本。不管是生活常规教育还是幼儿园的健康教育活动旨在为了幼儿体能的良好发展和良好的生活习惯。另一方面是为了增加幼儿的饮水量，保障幼儿的饮水量即是保障幼儿的身体健康；还有一方面是为了增加幼儿午睡的人数，良好的睡眠有益于幼儿的身体的健康发展。

在户外活动时间内，增加了大型户外玩具的时间和平衡板的玩耍时间，户外活动时间结束要排队回教室。很多幼儿意犹未尽，玩耍是孩子的天性。一定的运动量回到教室后，幼儿来到饮水区喝水。这时候苗苗拿着杯子对B教师说这不是她的杯子，杯子上没有她的照片，B教师问苗苗她把杯子放哪里了，苗苗表示她不知道，忘记放在哪里了。随后家家，糖糖等幼儿也发现了同样的问题，还有幼儿发现杯子架上的杯子不是自己的，但是依旧拿起杯子准备接水，B教师发现了这一情况，进行了制止。告诉该幼儿这样不卫生，容易生病。为了满足幼儿及时饮水的需要，笔者和B教师先帮助幼儿找到自己的水杯，让幼儿接水喝水，等待大部分幼儿喝完水之后，B教师认为到了教育的良好时机，因势利导教育幼儿要把小水杯放回贴有自己照片的格子内。

B教师先向幼儿提问，为什么刚才有些小朋友找不到自己的杯子？但是没有小朋友回应，B教师提示幼儿，请小朋友想一想，上一次喝完水，小朋友把杯子放在哪里了？有幼儿回答说，放在杯架上了。B教师继续发问，那小朋友有没有把杯子放在自己的格子里，特意问了苗苗，家家，糖糖等找不到自己杯子的幼儿，幼儿的回答支支吾吾。接着B教师请了个别幼儿进行放杯子的示范，在喝完水后，请小朋友一个接着一个排队，找到贴有自己照片的格子，把杯子放进去，之后让幼儿尝试按照刚才的方法把杯子放在自己的格子内。并再次向幼儿说明，如果喝完水不把杯子放在自己的格子里，下一次喝水就找不到自己的杯子了，在从杯子架上拿杯子接水的时候如果发现格子里不是自己的杯子，不要用别的小朋友杯子，这样容易生病。

在送杯子教育活动后，“喝完水请把杯子放回自己的杯子架上”这一生活常规的教育效果有了明显的提高。在喝水后，笔者和C教师整理的过程中，发现只有个别的幼儿没有把杯子放在自己的格子里，其余的幼儿都把自己的杯子放在了对应

① 中华人民共和国教育部. 幼儿园工作规程 [S]. 北京: 人民教育出版社, 2016.

的格子内。但是教育活动的第二天,“喝完水请把杯子放回自己的杯子架上”这一常规的完成人数有了下降的趋势,将近 10 个幼儿没有把杯子放回自己的格子内。

在本阶段中,经过仔细的观察和统计,在喝水活动中幼儿的具体表现如下表 14 所示:

表 14 幼儿喝水情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
喝水	排队按顺序取自己的水杯喝水	30	68.2
	喝水中不说话,不打闹	28	63.7
	喝多少水接多少水,不浪费。如果喝不完,请告诉老师	34	77.3
	喝完水请把杯子放回自己的杯子架上	35	79.5

(2) 就餐活动

在上一阶段的进餐活动中存在的主要问题是在“饭后送碗并分类”和“饭后漱口、擦嘴”这两条常规上。经过对“饭后送碗并分类”这一常规实施的仔细观察,并与家长沟通,可能存在以下几种原因,一方面可能是幼儿对幼儿园环境还比较陌生,面对新环境的紧张和不安感让他们感到无从下手;一方面可能是由于幼儿在家是由家长来负责幼儿餐后的整理工作,幼儿并没有餐后整理的意识;另一方面可能是由于幼儿并不知道怎么分类。

幼儿越来越适应幼儿园的生活,对于饭后不分类送碗的情况,笔者和合作教师经过了细心的观察,发现回收碗的大盆子和回收筷子的筐子放置在开饭用的桌子上,桌子上放的东西较多,不适于幼儿进行分类,于是把回收碗用的大盆子和回收筷子的筐子分别放置在空闲的板凳上,实施的状况有了明显的改变。如下图 5 所示:



图 5 幼儿餐后餐具分类

行为主义理论的代表人物斯金纳(B. F. Skinner) 强调行为的强化和塑造。他更注重对于强化的控制,即对于行为的控制,因为幼儿的行为发生变化是由于强化的影响。幼儿的许多行为会受到幼儿教师强化的影响,强化换句话可以理解为能够加大反应率的影响作用,对于行为的发展强化起着举足轻重的作用。在使用强化时,可以运用普雷马克原理,即用高频的活动作为低频活动的强化物,或者说用学生喜爱的活动去强化学生参与不喜爱的活动。因此在幼儿完成“饭后送碗并分类”之后,给予该幼儿表扬,请班级的其他幼儿一起表扬该幼儿,同时教师实物奖励小贴纸。效果非常明显,在第一个幼儿接受到奖励后,随后的幼儿随即模仿第一个幼儿,但是依然有幼儿完成的不是特别理想,但是教师都在第一时间给予奖励,以此来推进常规的进行。

在“饭后漱口,擦嘴”这一常规实施中经过与家长的沟通中得知,很多家庭家长中没有饭后漱口的习惯,因此为了家园教育的一致性,同时更是为了幼儿的口腔卫生和牙齿健康,A教师在家长来园接送幼儿的时间与家长进行了交流,并在班级微信群内发了有关信息,请家长配合幼儿园的饭后漱口的活动,对于“饭后漱口,擦嘴”这一常规的实施笔者和合作教师经过商榷后决定通过活动与幼儿共同探讨为什么要饭后漱口?饭后漱口对我们有什么好处?由笔者进行实施,B教师负责配合,教育活动在早餐后进行。

健康教育活动:漱漱口

活动目标:

1. 知道漱口可以清洁牙齿,保护牙齿
2. 学习正确的漱口方法
3. 愿意坚持饭后漱口,逐渐养成常规。

活动过程:

1. 请幼儿说说今天早餐吃了什么?好吃吗?
2. 请幼儿照镜子,照照嘴巴里面有什么?牙齿是什么颜色?(引导幼儿发现牙齿上的食物残渣。当天早餐有燕麦粥、煮鸡蛋、炒青菜,所以幼儿牙齿上的残渣有不同的颜色)
3. 讨论:牙齿脏了,怎么来把牙齿弄干净那?刷牙、漱口、牙签。
4. 牙齿脏了可以用牙刷刷牙,也可以用漱口的方法。但是幼儿园没有牙刷,所以只能漱口,让我们一起来漱漱口吧。教师带领幼儿来到盥洗室,之后教师进行示范动作:小手拿杯子,喝口清水,扬起头,闭起嘴,咕嘟咕嘟吐出水。
5. 幼儿尝试漱口,比比看,谁的牙齿最干净。正确漱口完成后,对幼儿进行

奖励。

教育活动后幼儿有了基本的漱口意识，再接下来的午餐和晚餐活动中非常积极的去进行漱口，第二天饭后漱口也比较积极，但是几天之后明显不积极，逃避漱口。很多幼儿一直在跟教师“躲猫猫”，偷懒不漱口。

在本阶段中，幼儿在进餐活动中具体表现如下表 15 所示：

表 15 幼儿进餐情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比 (%)
餐前准备	吃饭前洗手	23	52.3
	在座位上坐好等待	33	75
	身体坐直，双手放在膝盖上	30	68.2
	等待教师口令就餐	27	61.4
进餐	一只手扶着碗、一只手拿勺子、不洒饭。	30	68.2
进餐中	不挑食，细嚼慢咽，尽量保持自己衣服、地面、桌面的整洁	33	75
	需要添饭举手，需要添汤举拳头 (添饭人数共 8 人)	6	75
饭后	饭后送碗并分类	21	47.7
	饭后漱口、擦嘴	28	63.7

(3) 盥洗

在上一阶段中，由于时间的关系，加之幼儿刚入园对幼儿园的环境还不熟悉，对于盥洗的常规要求和洗手的步骤讲解不是特别清晰，同时在观察中发现“学会正确洗手（洗手六步法）”这条常规有一定的难度，所以合作团队将这条常规分为两个部分来完成。第一部分着重的是洗手的步骤，包括卷袖子、淋湿小手、打肥皂、搓搓小手、冲冲小手、擦干小手。将洗手步骤通过手指谣来教给幼儿。

洗手歌

小朋友，来洗手；
排排队，卷卷袖；
轻轻拧开水龙头；
先湿手，打肥皂；
搓搓手，冲干净；
快把毛巾来擦干。

在午餐开饭前,早晨入园时,多次重复该手指谣,以便将步骤内化,并在幼儿洗手时将手指谣与动作对应。动力定型理论中指出:对于幼儿园的小班幼儿来讲,促进幼儿良好的生活行为习惯的养成也就是动力定型的体现,幼儿通过遵守每一条常规,经过反复多次的行为练习之后达到一定的熟练程度或自动化水平,幼儿年龄越小越易构建,因此多次重复手指谣及相应的动作。

在本阶段中,幼儿在盥洗活动中的的常规如下表 16 所示

表 16 幼儿盥洗情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
盥洗	排队洗手、不拥挤、不打闹	36	81.8
	洗手时把袖子挽起来,自己不会挽告知教师	30	68.2
	学会正确洗手(洗手六步法),知道饭前便后洗手	0	0
	节约用水,洗完后用自己毛巾擦干	29	65.9

(4) 如厕

如厕在幼儿园的生活中占据着重要的地位。看起来如厕这个事情很小很细微,但是对于幼儿却是特别的重要,很多幼儿在幼儿园都有憋便的行为,严重影响幼儿的身体健康,而且幼儿的尿裤子、尿床、拉裤子的行为对幼儿自尊心自信心的影响会持续深远,甚至很多成年人依旧能想起幼儿期的尿裤子同伴们的耻笑。分析幼儿憋便行为一方面可能是幼儿不习惯幼儿园的如厕环境,跟幼儿家中的不一样;另一方面可能是幼儿的害羞心理,不愿意在陌生人面前进行大小便。尿裤子的原因可能是幼儿只顾玩耍憋便最后控制不住,也可能是脱裤子不熟练,裤子太紧等等。

在本阶段中首先要解决的是熟悉幼儿园的厕所环境和穿脱裤子,在上个阶段中很多女幼儿在穿脱裤子的时候来不及,尿湿裤子。上午的集体教育时间中,笔者和合作教师将幼儿按性别分开,A教师和笔者带领女孩子,B教师和C教师带领男孩子进行如厕活动的常规教育,同时和家长沟通,请家长给幼儿穿上适合穿脱裤子,不要太紧或者太松,不利于幼儿活动和如厕。

活动过程:

1. 男女幼儿分开进入厕所。
2. 向幼儿介绍女生便池和男生便池,如何使用。
3. 分别请男女幼儿上厕所。男幼儿如厕讨论:如何上厕所才不会将小便弄到便池外?(站的离便池近一些,肚子略向前挺)女幼儿如厕讨论:上厕所怎么样

脱裤子？（请一名幼儿配合，教师讲解并示范怎么脱裤子，怎么提裤子。）教师和幼儿共同讨论。

4. 之后请幼儿回到教室。玩游戏时想上厕所怎么办？吃饭的时候想上厕所怎么办？（举手告诉教师，在教师的陪伴下如厕）如果急着上厕所可以请别的小朋友让一让，不能推挤，不争不抢。

5. 如果有小朋友不小心尿湿了裤子，不要害怕，找老师换裤子。

活动结束后尿湿裤子的幼儿减少了，C 教师在打扫厕所卫生的时候发现便池周围的污迹比上一阶段有了很大好转，但是依旧有幼儿憋便，很多家长反映：幼儿在离园回家的路上就忍不住大小便，或者一回家就开始大便，不愿意在幼儿园大便。同时在观察中发现幼儿在幼儿园大便的人数还是较少，只增加了 5 名幼儿，但是幼儿在大便时基本都会告诉教师。

在本阶段中幼儿的如厕活动具体表现如下表 17 所示：

表 17 幼儿如厕情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
如厕	想去厕所的时候举手告诉老师	27	61.4
	在厕所不推不挤、不打闹、不在厕所逗留	35	79.5
	能自己脱裤子、提裤子、大小便入池	34	77.3
	大便完不会擦屁股要主动告诉老师 （幼儿在园大便总人数为 7 人）	7	85.7

（5）睡眠

上一阶段的睡眠活动对于笔者和合作教师来说依旧记忆深刻，幼儿刚入睡时的场景还历历在目。根据对上一阶段的反思，在这一阶段中，研究者和合作教师把主要的调整重心放在幼儿从午餐后到入睡前的时间内，以增加幼儿的睡眠时间。

观察中发现睡眠室内的环境装饰颜色太过鲜艳，装饰过于复杂，幼儿在睡眠室内总是来回观看，看看那边看看这边，一直在寻找新的领域。于是笔者和合作教师先调整了睡眠室内的装饰，贴上了“小猫咪在睡觉”，“月亮”的图片，使幼儿感到舒适、安静，有良好的暗示作用。同时在午餐后散步的过程中，散步地点主要以户外草坪为主，远离大型玩具在散步的时候播放轻音乐帮助幼儿进入安静的状态，同时对哭闹的孩子进行安抚。散步后回到睡眠室，睡眠室内的教师已经把睡眠室内的窗帘拉上，同时播放轻音乐，幼儿们回到睡眠室内在环境的暗示下放轻了脚步。下图 6 为幼儿午睡照片。



图 6 幼儿午睡照片

在调整了屋内装饰后，幼儿的午睡状况有了明显的好转，一部分幼儿如厕后进入睡眠室，轻轻的把鞋子脱掉，安静的躺在床上，慢慢的进入了梦乡。但是还有几个幼儿在床上轻轻啜泣，有一部分幼儿一直在床上睁着眼睛没有入睡或者去玩被褥上缀着的姓名牌。

在本阶段睡眠活动中幼儿的具体表现如下表 18 所示：

表 18 幼儿睡眠情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
睡眠	睡前上厕所，睡觉过程中需要上厕所举手轻声起床	36	81.8
	认识自己的床，迅速找到自己的位置	28	63.6
	把外套脱掉，鞋子放好，需要帮助举手	31	70.5
	盖上被子，闭上眼睛	29	65.9

反思：在这一阶段的生活教育常规的实施中，暴露出了很多细节的问题，反思问题的主要原因是一方面是前期准备不够充分，对于喝水活动，依然有近 10 名的幼儿没有将杯子送回。经过多次的观察，发现这几名幼儿的身高和杯子架的高度相差较大，幼儿取放杯子有一定的难度，不适宜幼儿取放杯子，没有注意到环境的适宜性，在喝水活动中杯子的高度超出幼儿方便取放的范围，在前期往杯架上粘贴幼儿照片的时候并没有考虑到每个幼儿的具体身高。同时睡眠室的环境创设太过复杂，虽然及时进行了干预调整，但是还是在一定程度影响了生活教育的进程。在阶段观察统计中才发现就餐前幼儿没有洗手的意识：另一方面是操之过

急，在盥洗活动中没有考虑到常规的适宜程度，难度对于刚入园的幼儿来说较大，常规需要一步一步进行。

（四）行动小结

在本阶段中，幼儿在生活常规的达成率上有了较大的提高。幼儿的一日活动也较初步探索阶段更加流畅，合作教师的工作强度也有了一定的减轻。

但是也发现了前期工作的失误，没有考虑到幼儿的实际情况，生活常规的教育首先要考虑的是幼儿，一切都必须以幼儿为中心。要考虑幼儿的具体需要，包括幼儿的精细化发展能力、幼儿的身高、幼儿身体的需要、幼儿的心理需要。

计划在下一阶段中，根据身高更改幼儿杯子所在杯架的位置；加强对进餐前洗手的提醒及餐后漱口环节的督促；洗手六步法的再次教学；尽可能的减少幼儿在园憋便的行为。

行动研究是一个无限循环的螺旋式上升的过程，在行动中解决问题，调整问题，但是一个问题的解决意味着的是另一个问题的产生，生活常规教育不是一朝一夕就可以完成的。

五、潜移默化存规矩——提升深化阶段

（一）问题诊断

在调整实施阶段中，主要存在以下问题：

一是对于喝水活动，依然有近 10 名的幼儿没有将杯子送回，经过多次的观察，发现这几名幼儿的身高和其杯子所在的杯子架的高度相差较大，幼儿取放杯子有一定的难度，不适宜幼儿取放杯子，杯子的高度超出幼儿方便取放的范围。在前期往杯架上粘贴幼儿照片的时候并没有考虑到每个幼儿的具体身高。

二是睡眠室的环境创设太过复杂。虽然及时进行了干预调整，但是在一定程度上影响生活常规教育的进程。

三是在实施中发现在盥洗活动中，所制定的常规“学会正确的六步洗手法”对于幼儿来说有一定的难度，于是将其分为二个部分进行教育。第一部分进行洗手步骤的教育，第二部分是六步洗手法的教育。

分析最重要的原因就是：前期准备的不够充分，没有充分考虑到幼儿的具体需要和具体情况，同时没有注意到环境的适宜性，不适宜幼儿的行动和学习。因为初次探索阶段幼儿的良好表现，所以对于调整实施阶段笔者和合作教师有些操之过急了，没有完全考虑到幼儿的具体情况。

（二）行动的目的和计划

本阶段的目的是对调整实施阶段中所存在的问题进行解决、改善，并对本阶段中出现的新的问题就及时反馈并调整；对整体的生活常规教育进行提升和深化。

计划在本阶段中要根据身高更改幼儿杯子所在杯架的位置；加强对幼儿进餐前洗手的提醒及餐后漱口环节的督促；洗手六步法的再次教学；尽可能的改变幼儿的憋便行为；帮助午睡中较难进入睡眠的幼儿；设计了绘本阅读《拉便便，真舒服》、洗手六步法的儿歌教育、同时在餐前通过音乐来提醒幼儿进行餐前洗手。

（三）行动的实施和反思

时光飞逝，幼儿入园时的场景还历历在目，现在幼儿在幼儿园的一日生活活动已经较为习惯和顺畅。从刚入园时躲在家长身后哇哇大哭到现在逐渐独立的身影，背后是家长和教师默默的付出，幼儿在成长同时家长也在成长，笔者和合作教师也跟随幼儿在提升着自己的专业化发展和研究能力。在上一段反思后计划在本阶段中要根据身高更改幼儿杯子所在杯架的位置；加强对餐前洗手的提醒及餐后漱口环节的督促；洗手六步法的再次教学；尽可能的改变幼儿的憋便行为；帮助午睡中较难进入睡眠的幼儿进行午睡。

（1）喝水活动

在上一阶段的反思中，经过观察发现未达成“喝完水请把杯子放回自己的杯子架上”常规的这几名幼儿的身高和杯子架的高度相差较大，幼儿取放杯子有一定的难度，不适宜幼儿取放杯子，因此笔者和合作教师根据幼儿的身高更改了个别幼儿的杯架位置。在更改了杯子所在杯架的位置后，这几名幼儿基本达成了这条常规。

在本阶段中，幼儿在喝水活动中的常规表现如下表 19 所示：

表 19 幼儿喝水情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
喝水	排队按顺序取自己的水杯喝水	38	86.4
	喝水中不说话，不打闹	36	81.8
	喝多少水接多少水，不浪费。如果喝不完，请告诉老师	39	88.7
	喝完水请把杯子放回自己的杯子架上	39	88.7

（2）进餐活动

在上一阶段中的反思中发现，幼儿在进餐活动之前没有洗手的习惯，可能是幼儿玩的太尽兴以至于忘了餐前要洗手，于是教师和幼儿讨论后决定在餐前时间由教师在一体机上播放音乐，通过音乐声来提醒幼儿餐前洗手。实施效果较为显著，当音乐响起的时候，幼儿就开心的走进盥洗室进行洗手活动。

经过了饭后漱口的教育活动，幼儿基本有了饭后漱口的意识，但是有幼儿会偷懒，因此笔者和合作教师讨论后决定通过儿歌来强化幼儿漱口的意识。在空闲时间多次重复，以形成自动化程度。

手拿小杯子，
喝口清清水，

抬起头，
闭起嘴，
咕噜咕噜吐出水。

邀请幼儿来监督，每天请 5 名幼儿来当漱口管理员，每日更换不同的幼儿同时给予漱口及时自觉的幼儿表扬，奖励小饼干。根据班杜拉的社会学理论，幼儿可以通过在观察中学习模仿其他人表现的行为及其产生的后果，幼儿教师和父母可以利用幼儿学习模仿的这一特点，采用积极鼓励的言语表达方式，赞扬幼儿的一些规范性行为，并为幼儿起到模范带头作用。幼儿在看到教师奖励了其他幼儿之后纷纷模仿起来，饭后漱口有了很大的改善。在本阶段中幼儿在就餐活动的具体表现如下表 20 所示：

表 20 幼儿进餐情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比 (%)
进餐	吃饭前洗手	38	86.4
	餐前准备		
	在座位上坐好等待	36	81.8
	身体坐直，双手放在膝盖上	37	84.1
	等待教师口令就餐	40	90.9
	进餐中		
	一只手扶着碗、一只手拿勺子、不洒饭。	41	93.2
	不挑食，细嚼慢咽，尽量保持自己衣服、地面、桌面的整洁	37	84.1
	需要添饭举手，需要添汤举拳头 (添饭人数共 12 人)	11	91.7
	饭后		
	饭后送碗并分类	39	88.6
	饭后漱口、擦嘴	40	90.9

(3) 盥洗

在上一阶段中，由于时间的关系，加之幼儿刚入园对幼儿园的环境还不熟悉，所以洗手六步法讲解的不到位，所以临时将洗手活动分成了两部分，第一部分着重于洗手的步骤的教育，第二部分着重于洗手六步法的教育，因此在本阶段中要教给幼儿洗手六步法。

教育活动过程：

1. 请幼儿在一体机上先观看洗手六步法的视频。
2. 教师根据儿歌内容示范讲解动作。

小狗汪汪叫，肥皂手心搓泡泡，

猴子很着急，手背也要搓泡泡，
孔雀开屏了，双手交叉搓之风，
鸽子飞得高，大拇哥转转洗得到，
小鸡手心啄小米，好像指甲挠痒痒，
大象鼻子卷树枝，最后要帮手腕忙。

- 3. 幼儿跟随教师练习
- 4. 请幼儿来到盥洗室，教师强化示范。

幼儿对洗手六步法有了一定的练习和感知，虽然不能每次洗手时完全按照六步法的洗手方法进行，但是有了较大的改善，幼儿洗手照片如下图 7 所示。



图 7 幼儿洗手照片

本阶段中幼儿盥洗活动情况如下表 21 所示。

表 21 幼儿盥洗情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
盥洗	排队洗手、不拥挤、不打闹	39	88.6
	洗手时把袖子挽起来，自己不会挽告知教师	41	93.1
	学会正确洗手(洗手六步法)，知道饭前便后洗手	25	56.8
	节约用水，洗完后用自己毛巾擦干	39	88.6

(4) 如厕

在本阶段中，笔者和合作教师将尽可能的改变幼儿的憋便行为。同时邀请家长和幼儿园的负责人共同分析幼儿的憋便行为可能是幼儿是蹲便而家里是马桶，幼儿不习惯在蹲便上大便。针对这一情况，合作教师与家长进行沟通，在节假日

的时候请家长多带领幼儿到户外公共厕所如厕，户外公共厕所多为蹲便。同时增加幼儿园厕所的打扫次数，加强清洁力度，让幼儿感到舒适和干净。

还有很多幼儿憋便是因为自己不会擦屁股又不好意思请求教师的帮助。对于这种情况，开展了绘本《拉便便，真舒服》的阅读活动。《拉便便，真舒服》绘本是《可爱的身体》系列中的一本。

绘本阅读活动：《拉便便，真舒服》

活动目标：1. 知道大便是怎样形成的。

2. 了解拉大便是一件正常的事情，拉大便有利于身体健康

3. 培养如厕常规

活动过程：1. 请幼儿讨论，人为什么要拉便便，拉便便对我们有什么好处？

2. 欣赏绘本《拉便便，真舒服》

3. 讨论如果拉便便了怎么办？

4. 教师用娃娃模拟讲解擦屁股的方法

5. 请个别幼儿用娃娃进行擦屁股的示范

绘本阅读活动了，幼儿憋便情况有了一定的好转，但是由于时间、环境、心理等影响因素幼儿憋便行为没有明显的提升。不过只要在园内大便的幼儿都会告诉教师，这让笔者和合作教师感到欣慰。

在本阶段中幼儿的如厕活动具体表现如下表 22 所示：

表 22 幼儿如厕情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
如厕	想去厕所的时候举手告诉老师	39	88.6
	在厕所不推不挤、不打闹、不在厕所逗留	38	86.4
	能自己脱裤子、提裤子、大小便入池	40	90.9
	大便完不会擦屁股要主动告诉老师 (幼儿在园大便总人数为 10 人)	10	100

(5) 睡眠

在上一阶段中，笔者和合作教师及时调整了睡眠室的环境，幼儿入睡情况有了较大的好转，但还有幼儿在睡眠时不入睡，经过与家长沟通得知幼儿在家里没有午睡的习惯，而且精力充沛，为了满足幼儿的个体需要，幼儿园负责人的建议如果幼儿实在睡不着或者不想睡，幼儿可以在午睡时不入睡，但是不能发出声音，影响其他幼儿的入睡，同时调整不午睡幼儿的位置，将幼儿调整为最下面一层，便于教师巡视和管理。

午睡时仍旧有幼儿在轻轻哭泣，雯雯就是一个很典型的幼儿。

午睡开始已经半个小时了，可是雯雯仍在轻轻哭泣，我走近她的床边，她马上紧闭眼睛，盖上被子，等我转身离开时她又睁开眼睛，开始轻轻哭泣，我拍了拍雯雯，问她怎么了，她说她想妈妈了，我帮她盖好被子，轻轻拍了拍她，她停止了哭泣，但是依旧睁着眼睛。——观察日志

A 教师与雯雯家长，雯雯进行了沟通，同意在雯雯来园的时候带上她的依赖物——一个奶瓶来陪伴她中午入睡，下午离园时带走。有了依赖物的陪伴，雯雯在中午午睡的时候基本上不再轻轻哭泣，偶尔会轻轻的哽咽一下，却没有入睡过。

在本阶段中幼儿睡眠活动情况如下表 23 所示：

表 23 幼儿睡眠情况记录表

项目	内容要求	人数	百分比(%)
睡眠	睡前上厕所，睡觉过程中需要上厕所举手轻声起床	38	86.4
	认识自己的床，迅速找到自己的位置	37	84.1
	把外套脱掉，鞋子放好，需要帮助举手	39	88.6
	盖上被子，闭上眼睛	35	79.5

反思：幼儿的成长是需要时间，生活常规教育是一个永无止境的过程。在这一段中，反思由于研究者和合作教师的理论水平较弱和科研能力有待提高，并没有找到完全可以解决幼儿憋便的办法，同时在幼儿洗手六步法的实施中也不能使幼儿每次都能完整的使用。

（四）行动小结

在行动研究的过程中有些问题进展的速度较慢，例如并没有找到完全可以解决幼儿憋便的办法，同时在幼儿洗手六步法的实施中也不能使幼儿每次都能完整的使用。这些是笔者和合作教师今后努力的方向，需要教育工作者再接再厉，根据幼儿的具体情况和园所实际的软硬件配置来进行调整实施。

常规教育的行动研究到这里就告一段落了，但是常规教育是没有尽头的，行动研究也是没有尽头的，在研究中观察，反思，实施，调整，再计划实施，这种研究范式对于一线的教育工作者来说最合适不过的，在研究中提升自己，提高自身的专业化水平，并推动教育的发展。在以后的学习和工作中，要继续加强对理论的学习，开阔思维，提升科研能力提高教师的专业化发展。

六、行动研究的收获

（一）幼儿的收获

对于笔者而言，班级里的幼儿们从刚入园的紧张不安，畏畏缩缩的躲在家长身后到日渐独立，自己就餐，饮水，午睡，如厕，虽然有时候依然需要教师和家长的帮助和督促，但是看着幼儿们一步一个脚印，虽然磕磕绊绊，但是却一直向前发展，努力向前向上着，幼儿们在本研究中收获良多，自理能力的提高，规则的遵守，生活习惯的良好养成，同伴的交往，这些都令人欣慰，成长就是这样，磕磕绊绊，却一路鲜花与歌声，伴随着喜悦和眼泪。

在合作教师看来，在研究中，孩子们有了很大的提高，进行午睡的幼儿多了，幼儿饭量和饮水量都有了增加，而且幼儿的情绪稳定，同时生活常规教育的进行也比往年进行的更好。A 教师着眼于带教幼儿的对比：“今年的常规教育比前几年好多了，以前我们根本忙不过来，每天下班回家直接就能躺在沙发上睡着。今年的孩子真是太听话了，而且成长的很快。以前只是就餐常规教育的一条常规就要培养好久好久”。C 教师更关注孩子的生理需要：“孩子们午睡环节提升的最快，我记得开学那天才有几个孩子入睡，现在除了一部分孩子还是不能入睡但是大部分孩子还是能睡觉的，而且尿床的孩子们也少了，饭量也多了”。B 教师更是看到了幼儿情绪的转变：“我感觉在研究中孩子们最大的收获最大的进步就是情绪的稳定，从刚开始的哭闹不止，闹着不进幼儿园，找爸爸，找姥姥到现在的高高兴兴来上幼儿园，还有很多小朋友喜欢上幼儿园，因为幼儿园里有小朋友和老师，还有玩具，我们不仅养成了生活常规，帮助孩子们养成好的习惯更是让他们喜欢上了幼儿园”。

家长眼中幼儿的收获不仅仅是生活习惯的养成，多了好习惯，改掉了一些不好的习惯，更是幼儿的成长。硕硕奶奶告诉笔者以前硕硕都是要追着喂饭但是现在在家可以自己吃饭。潇潇妈妈说潇潇现在可以自己独立上厕所了。雯雯妈妈惊奇的发现雯雯在家可以不用依赖物来陪伴入睡了。可是幼儿何尝不是研究中的行动者，和教师们一起进行着行动研究，一起成长着，一起反思，共同进行“问题诊断——行动的目的和计划——行动的实施和总结——行动小结”的流程。

（二）研究者的收获

行动研究是一个未知的旅程，充满了鲜花和诗意，亦或是荆棘和风雨，但却需要毅然前行。笔者在未知的旅程中努力探索着如何成为一名合格的教育工作者，尽自己最大的可能去帮助孩子们养成良好的生活习惯，同时与合作教师一起进行“问题诊断——行动的目的和计划——行动的实施和总结——行动小结”的流程，期望通过研究去推动研究班级的生活常规教育。

在行动研究中，笔者提升了自身的研究能力，第一次近距离接触幼儿，从理论到实际，路漫漫其修远兮，这个过程艰难而曲折。一方面由于研究者理论基础不够扎实，对理论的理解和运用还尚需学习；另一方面研究者远离幼儿，没有在教学一线，对幼儿比较陌生，不了解幼儿的已有经验和发展。因此在教育幼儿的过程中，走了一定的弯路，但通过反思并与合作教师的交流，进行了调整 and 改变，在反思和调整的过程中收益最多。在与合作教师的合作中，合作教师给予了研究者很多建设性的意见，包括把理论与实践相结合，合理的组织教学活动，让教育生活化，抓住教育的关键点。合作教师一直给予笔者很多帮助，帮助笔者完善材料，分析幼儿，探讨问题。做研究不仅仅是在做研究同时也是在做人。

反思是在研究中最重要的一环，也是作为教育工作者的必须技能和素质，在本研究中笔者认识到，一方面由于自身的理论水平有限，对理论的理解和运用还处于初级阶段，文字水平也有一定的欠缺，并不能用优美的文字来记录研究过程的发展；另一方面是由于时间的关系，并没有完美的解决研究中所存在的所有问题，对此感到很遗憾，希望在以后的学习、生活和工作当中能够不断的提升自我、完善自我。

（三）参与研究的合作教师的收获

行动研究不仅是对研究者的提升更是对合作教师的提升，合作教师通过活动方案的设计，参与幼儿的教育活动，分享幼儿的情绪情感体验，见证幼儿的改变，而不断成长。教师观察幼儿的每一次表现并且记录、每一次对于教育机遇的把握和对幼儿成长的每一次见证都是教育经验的丰富和一笔自我深化的财富，在参与研究中，教师一方面提高了自身的理论水平和自身的教学能力，另一方面教师也在研究中不断地提升自我、完善自我。

B 教师在教学反思中写道：“感谢 D 老师的研究，经过这次研究，我才明白自

己的理论有多欠缺，在孩子们遇到问题而我不能解决的时候真的很无助，同时也看见了自己努力的方向。”

笔者和 A 教师，B 教师同时发现了 C 教师的转变，A 教师说：“我们的 C 老师现在不仅仅是用妈妈的角色来爱孩子，现在会分析孩子们了，多亏了这次研究让我们的 C 教师也慢慢朝着专业教师的方向发展。”同时 A 教师也在教学反思中写道：这次研究让我把以前的教学经验和理论结合了起来，用理论去指导分析孩子的行为，观察孩子的表现，让我们的工作开展的更加顺利了。

七、提高生活常规教育有效性的建议

生活常规教育的行动研究还远远没有结束，生活常规教育的探索和改进也是永无止境的。生活常规教育的价值不仅提升了幼儿的生活自理能力、良好生活习惯的养成，而且还促进了幼儿对于规则的遵守、知识的汲取、人际交往能力的提升，这为幼儿之后更好的适应社会的发展作了良好的铺垫。教师应在生活常规教育中运用各种积极有效的方法提高小班幼儿生活常规的有效性,使幼儿遵守、学会常规并形成内化规则。

（一）采用多种方式进行生活常规教育

1.发挥环境创设的隐性力量，用环境指引幼儿行为

要发挥环境的重要作用，将幼儿的生活和学习活动与环境有机的结合在一起，促进生活常规教育的进行。在本研究睡眠活动中，观察中发现睡眠室内的装饰太过复杂，颜色过于鲜艳，一定程度上影响幼儿的睡眠活动，及时进行了更换，幼儿入睡情况有了一定的好转。教师可以将引导幼儿正确洗手的流程图张贴在盥洗室内，方便幼儿洗手前观看。在培养幼儿喝水的时候可以用喝水墙，睡眠室里有小朋友甜甜入睡的画面等等。在楼梯上贴正确方向的小脚丫。随着时间推移，这些常规将逐渐内化为幼儿的生活行为习惯。^①在幼儿园的教学活动中，无论是生活活动常规，教育活动常规和游戏活动常规都可以采用这种方式。

2.发掘音乐的价值，用音乐提醒幼儿

优美的音乐给人快乐，同时也是一种潜在的力量。在本研究中进行餐前的音乐提醒了幼儿去盥洗室洗手。午睡前的轻音乐让幼儿感到放松和愉悦。“让音乐说话”，在音乐的环境之中，孩子们会自觉的遵循常规规则，让音乐说话的行为在于“有序、快乐、活泼”，音乐使教育浸润到思维、态度、行为，以及成长中的每个环节之中。孩子们在音乐的陪伴下，在幼儿园快乐生活，幸福成长。^②

① 李玉玲. 幼儿园小班常规教育的现状调查[D]. 天津: 天津师范大学硕士论文, 2012:31

② 金英兰, 金红花, 金英玉. “让音乐说话”——幼儿园常规教育模式之创新[J]. 中国教师, 2014(S2):47.

（二）把握好过渡环节，班级教师分工明确

由于小班幼儿的每日生活常规内容比较多，每个活动环节之间的衔接显得非常重要。若是教师不能够保障每个环节的良好转换，会造成常规活动的延迟或者出现一些不必要的问题，尤其是安全问题。因此，幼儿教师要提前有针对性的将每个活动安排好。比如在教育活动后的喝水环节，通过播放一些轻柔的音乐或教师现场弹奏一些幼儿较为熟悉的曲调，鼓励幼儿跟着音乐一起歌唱^①。同时在过渡环节中，班级内的教师一定要分工明确，相互配合，避免出现断档现象。在本研究前期准备阶段与教师的访谈中发现S园也存在这断档的现象。而在幼儿园的一日生活当中，要时刻使幼儿在教师的视野范围之内，才能保证幼儿的安全。

（三）增加教师人数，提高教师的专业素质

在本研究中，由于幼儿的人数较多，在一定程度上影响了生活常规教育的进展。幼儿的人数相对过多，而教师的人数和精力是非常有限的，不可能顾及到班级内所有幼儿的方方面面。而且在实际情况中，幼儿教师短缺，专业化水平亟待提升的情况在中西部地区仍旧是个很迫切的问题。在整个教育体系之中学前教育依然是最薄弱的环节之一，而且还存在着普惠性资源供给不足的问题。而教师的专业素质虽然较以往有了非常大的提升，但是优质的教育资源，规范的继续教育资源对于中西部地区还是较为短缺。作为学前教育教育工作者我们一直期待着学前教育的美好明天早日到来。

（四）密切家园合作，提高教育一致性

著名的教育家苏霍姆林斯基曾说过：“没有家庭教育的学校教育和没有学校教育的家庭教育都不可能完成培养人这一极其细致而复杂的任务^②。家庭是幼儿成长的摇篮，对与幼儿的社会性发展起着重要的导向作用。”在本研究中前期的访谈中教师提到家园沟通不够顺畅。为此，在正式研究前我们通过入园前家长会，弹性入园、微信群、QQ群等与家长进行了沟通和交流，同时在家长接送幼儿的过程中与家长进行沟通，请家长配合工作。家园教育的一致性对于幼儿来说也很重要，家长和教师的教育理念，教育方法要一致。本研究在“饭后漱口”的常规进行中

① 李玉玲. 幼儿园小班常规教育的现状调查[D]. 天津: 天津师范大学硕士论文, 2012:31.

② 欧平. 小班幼儿生活常规习得的研究[D]. 武汉: 华中师范大学硕士论文, 2013:23.

得到了家长极大的配合。这极大地推进了“饭后漱口”这一常规的实施进程。家庭是幼儿生活的主要场所,幼儿行为受家庭环境、父母的教育理念和行为影响最大,幼儿在家庭的生活和行为习惯会对幼儿园的常规实施有一定的影响作用。

（五）提高生活常规目标设定的适宜性，满足幼儿的个性需要

生活常规目标设定的适宜性也很重要，在本研究中，“正确洗手六步法”，对于刚入园没多久的幼儿来说有一定难度。生活常规的指导目标不能仅仅追求暂时的效果，而是要循序渐进。另外满足幼儿的个性需要也很重要，研究中的雯雯午睡时总是轻轻哭泣，在不影响正常教学的情况下，让雯雯在依赖物的陪伴下入睡，收到了一定的效果。同时允许精力充沛，没有午睡习惯的幼儿在午睡时可以躺在床上，不影响其他幼儿入睡就可以。正是因为目标设定的适宜性，满足了幼儿个性需要，午睡的气氛才温馨而又和谐。

附 录

附录一

教师访谈提纲

教龄： 任职： 学历：

1. 对于建立幼儿生活常规您有什么看法？
2. 您认为采用哪些方法来让幼儿认识、理解新的生活常规比较好？为什么？
3. 您觉得班级内进行哪些生活常规教育是必要的？请您举例说明。
4. 您认为家长应该在生活常规教育起到什么作用？或者作为什么角色来参与生活常规教育？
5. 您在生活常规教育开展的过程中是否遇到困难或者不知道该怎么办的情況？
您是怎样解决这些困难的？
6. 您期望在生活常规教育的过程中得到什么帮助呢？

附录二

生活常规教育观察记录表

日期:

时间:

来园人数:

生活常规项目	情况描述
喝水活动	
进餐活动	
如厕活动	
盥洗活动	
睡眠活动	

参考文献

一、著作类:

- [1] 张燕. 幼儿园管理[M]. 北京: 人民教育出版社, 2008.
- [2] 裘指挥. 早期儿童社会规范教育的合理性研究[M]. 南昌: 江西教育出版社, 2009.
- [3] 皮亚杰,傅统先译. 儿童的道德判断[M]. 济南: 山东教育出版社. 1984.
- [4] 皮亚杰,王宪细等译,儿童的心理发展[M]. 济南:山东教育出版社, 1982.
- [5] 蒙台梭利著,任代文主译校. 蒙台梭利幼儿教育科学方法[M]. 北京: 人民教育出版社, 1993.
- [6] 蒙台梭利著,马荣根译.童年的秘密[M]. 北京: 人民教育出版社, 1990.
- [7] 蒙台梭利著,任代文主译校. 蒙台梭利幼儿教育科学方法[M].北京: 人民教育出版社, 2001.
- [8] 刘焱. 幼儿教育概论[M]. 北京: 中国劳动社会保障出版社, 1999.
- [9] 刘晶波. 师幼互动行为研究-我在幼儿园里看到了什么[M]. 南京: 南京师范大学出版社, 2008.
- [10] 陈时见. 课堂管理论[M]. 广西: 广西师范大学出版社, 2002.
- [11] 北京市幼儿园品德教育教研组.幼儿园常规教育参考用书[M]. 北京: 华夏出版社, 1996.
- [12] 赫尔巴特著,李其龙译. 普通教育学·教育学讲授纲要[M]. 北京:人民教育出版社, 1989.
- [13] 顾明远. 教育大辞典. 上海: 上海教育出版社, 1998.
- [14] 陈向明. 质的研究方法与社会科学研究[M]. 北京: 教育科学出版社, 2000.
- [15] 王蔷.英语教师行动研究[M]. 北京: 外语教学与研究出版社. 2002
- [16] 莫源秋,韦凌云,刘揖建. 幼儿常规教育指导手册[M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2013.
- [17] 郑三元. 幼儿园班级制度化生活[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2004.
- [18] 祝士援, 唐淑.幼儿教育百科词典[M].上海: 上海教育出版社, 1989

[19] 教育部基础教育司组织编写. 幼儿园教育指导纲要(试行)[M] 北京: 北京师范大学, 2001.

二、期刊文章类:

- [1] 孙瑞权. 中英幼儿教育中“规则意识”培养之比较——兼对幼儿“规则”教育的几点思考[J]. 赤峰学院学报(汉文哲学社会科学版), 2008(4).
- [2] 卓亚锐. 浅谈小班幼儿生活常规的培养[J]. 教育研究, 2010(09).
- [3] 王文英. 必须重视幼儿的常规教育[J]. 幼儿教育, 1986(12).
- [4] 李秀芬. 幼儿园小班日常生活活动常规教育研究[J]. 当代教研论丛, 2015(4).
- [5] 钱海娟. 反思教师作用与幼儿园常规教育[J]. 内蒙古师范大学学报(教育科学版), 2005, 18(4).
- [6] 郑三元. 规则的意义与儿童规则教育新思维[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2006, 5(5).
- [7] 王玲莉, 宋军. 自己的事情自己做[J]. 学前教育, 1995(z1).
- [8] 郑洁. 反思规则教育[J]. 班主任之友, 2006(1).
- [9] 田玉平. 浅谈幼儿活动常规的建立[J]. 教育导刊, 2008 (11).
- [10] 韩静. 幼儿常规培养的策略[J]. 前沿对策, 2006(12).
- [11] 张其龙. 幼儿园小班常规探析[J]. 学前教育研究, 1991 (4)
- [12] 张永英. 关于幼儿常规教育的思考[J]. 幼儿教育(教育科学版), 2006.
- [13] 姚本凤, 樊竹均. 在幼儿一日生活中进行常规教育浅探[J]. 学前教育研究, 1999(3).
- [14] 童时. 反思幼儿园常规教育[J]. 早期教育, 2003 (1).
- [15] 罗志芳. 对常规教育的新思考[J]. 早期教育, 2003(1).
- [16] 韩静. 幼儿常规培养的策略[J]. 教育前沿, 2006(6).
- [17] 沈艳凤. 幼儿园常规教育的理性思考[J]. 成才之路, 2007(6).
- [18] 王建华. 如何培养幼儿良好的常规[J]. 山东教育, 2003(9).
- [19] 金英兰, 金红花, 金英玉. “让音乐说话”——幼儿园常规教育模式之创新[J]. 中国教师, 2014(S2).
- [20] 郑三元. 幼儿园常规教育的困境与出路[J]. 人民教育, 2006(11).
- [21] 邹琼瑶. 对幼儿同常规教育的研究和思考[J]. 学前教育研究, 2007(07).
- [22] 郑名, 孙爱琴. 幼儿园常规教育的反思与批判[J]. 教育研究, 2006(04)

三、学位论文：

- [1] 欧平. 小班幼儿生活常规习得的研究[D]. 华中师范大学, 2013.
- [2] 李金英. 幼儿园小班日常生活活动中常规教育研究[D]. 河北大学, 2014.
- [3] 李力. 幼儿园常规教育内容构建及实施原则研究[D]. 淮北煤炭师范学院, 2007.
- [4] 杨美男. 小班幼儿生活常规教育的现状研究[D]. 东北师范大学, 2014.
- [5] 李玉玲. 幼儿园小班常规教育的现状调查[D]. 天津师范大学, 2012.
- [6] 韩冬梅. 幼儿园常规教育的现状研究[D]. 西南大学, 2013.

四、其它类：

- [1] 熊红. 小班幼儿生活常规的培养[A]; 江苏省教育学会 2006 年年会论文集（综合一专辑[C]; 2006 年
- [2] 中华人民共和国教育部. 幼儿园工作规程 [S]. 北京: 人民教育出版社, 2016

学位论文数据集

关键词*		中图分类号*		UDC		论文资助	
小班幼儿；生活常规；行动研究							
学位授予单位名称*		学位授予单位代码*		学位类别*		学位级别*	
天水师范学院		10739		专业学位		教育硕士	
论文题名*			并列题名*			论文语种*	
幼儿园小班生活常规教育的 行动研究			无			中文	
作者姓名*		翟姝翠		学号*		20171501003	
培养单位名称*		培养单位代码*		培养单位地址		邮编	
天水师范学院		10739		甘肃省天水市秦州区		741000	
学科专业*		研究方向*		学制*		学位授予年*	
学前教育		学前教育		2 年		2019 年	
论文提交日期*			2019 年 6 月				
导师姓名*		牛震乾		职称*		副教授	
评阅人			答辩委员会主席*		答辩委员会成员		
苟顺明、郑名、赵英			孙爱琴		王锐、杨学良、张悦红 牛震乾、栗玲		
电子版论文提交格式 文本 (☒) 图像 (☒) 视频 (☐) 音频 (☐) 多媒体 (☐) 其他 (☒) 推荐格式: Microsoft Word(DOC); Adobe Reader (PDF)							
电子版论文出版(发布)者		电子版论文出版(发布)地			权限声明		
论文总页数*			76				
注: 共 32 项, 其中带*为必填数据, 为 22 项。							

致 谢

光阴似箭，美好的研究生时光在不经意之间流逝，两年的研究生生活马上就要画上圆满的句号，心中充满了兴奋与喜悦之情。但将与敬爱的老师、亲爱的同学与朋友分离，将与陪伴了自己两年的师院校园分离，心中又不时的涌出不舍之情。

首先，感谢我敬爱的导师牛震乾老师，关于该篇论文最初的选题、开题至论文框架的搭建、中间资料的收集与归纳分析到最后的撰写与修改都离不开牛老师的细微不至的帮助。导师是一位治学态度严谨、学识知识渊博、心胸豁达、彬彬有礼的一位绅士。在我的研究生生涯中都有着恩师孜孜不倦的教诲的身影，时常教导我们对于科研要持有求真务实的态度、耐得住寂寞的清苦。我非常荣幸能够作为教授的学生，感谢恩师对自己两年的辛苦栽培，同时衷心的祝愿牛老师身体健康、阖家欢乐、事业一帆风顺！

感谢李艳红教授、杨学良教授、张悦红副教授、栗玲副教授与天水市第二幼儿园王锐园长，感谢他们不仅在学业上是自己的老师，为自己授道解惑，而且在生活阅历上也是自己的老师，教会了自己很多做人的道理，也给予了自己许多无微不至的关心与帮助。在此我衷心的感谢各位老师对自己的教诲与帮助！

其次感谢好友马静悦同学，论文撰写时正逢本人因意外受伤而不方便行走的困难时期，是她一直给予我帮助，做好后勤工作，给予无限的支持和理解。

同时还要感谢我的研究对象小一班的孩子们，是他们天真无邪的笑脸给予我一次又一次前进的力量；感谢我的合作教师，和合作教师一起经历成长让我受益良多；感谢前人的研究，让我可以站在“巨人的肩膀”上来进行探索。

最后，感谢父母的养育之恩与谆谆教诲，对于自己的学业不仅付出了大量的经济支持，而且还给予了自己无私与温暖的爱；感谢杜东辉先生在求学路上得一路支持与陪伴，为自己的论文撰写也提出了许多建设性的建议，论文的撰写完成离不开他的指导与帮助。在此衷心的感谢在我生命中重要的他们能够永远的陪伴在我的身边！

人生苦短，在这美好而又短暂的人生岁月里希望爱我的与我爱的人永远幸福！

翟姝翠

2019年5月