

大班幼儿喝水的问题审视与优化路径

● 龙凤 (湖南省韶山市艺术幼儿园)

《3-6岁儿童学习与发展指南》明确：大班幼儿应主动饮用白开水，不贪喝饮料。《中国营养膳食指南》强调：2-5岁幼儿每日饮水的总量为1300~1600毫升，包括汤水、牛奶和白开水。仓桥物三指出要“尊重幼儿每一天的实际生活”“通过生活学习生活，面向生活”。当前，对幼儿园生活活动，特别是喝水环节普遍存在“研究少、不关注”等现象，导致喝水与幼儿主体相违背，与生活环境相割裂，与学习活动相对峙等现状，严重阻碍了对生活活动本身潜在的、独特价值的深入挖掘。本文通过对大班幼儿如何主动喝水的探讨和剖析，尝试从儿童的视角提出优化路径，为幼儿园生活活动的组织与实施提供借鉴和参考。

一、幼儿园喝水活动的问题审视

(一) 喝水与生活环境相割裂

陶行知提出：生活即教育。幼儿园应创设良好的生活环境、安排丰富的生活活动，帮助幼儿积累生活经验。喝水，是生活活动的重要环节，随需性强，并贯穿整日生活。越来越多的幼教工作者，从环创的视角出发，探索如何提升生活活动质量，却忽略了环创本身的共同建构和相互作用。笔者选取两所公办园（A、B园）6个大班的师幼参与调查，不难发现，虽然活动室内生活标语比比皆是，但就餐记录在角落搁置，标记喝水的小旗破烂不堪，洗手步骤张贴在墙却流于形式，“便便”图标没有实质跟进。教师旨在完成园内下达的各项环创任务，于幼儿而言，生活标语只是诸多装饰中的一项，没有参与权，

与生活环境完全割裂。

(二) 喝水与幼儿主体相违背

毋庸置疑，幼儿生活的主体是幼儿。应倡导从幼儿自然的生活样态出发，帮助幼儿掌握生活技能，探究如何快乐地、有价值地生活。现如今，幼儿本真的生活逐渐被剥夺，多被掌控在成人的任意塑造与他律性的驯化之上，缺乏自我存在感，主体性严重缺失。教师犹如“监工”，忽视了幼儿是鲜活的生命个体，一味地强调言语指令，迫使幼儿在“监管”下机械般地生活，缺乏生命气息。故喝水逐渐演变成“要我喝”而非“我要喝”，孩子机械地完成任务、盥洗室走过场、喝不完倒掉、趁机玩水是常有之事。究其原因在于：幼儿对喝水的重要性认识不够，缺乏内在驱动力；幼儿仅是完成任务，与自身意愿无关；教师为遵循一日流程赶鸭子上架，教师统一步调的组织方式生硬，无法顾及个体的当下需求。

(三) 喝水与学习活动相对峙

幼儿园教育应通过保障幼儿“有意义的生活”来探索如何使丰富的“教育”成为可能。保教结合提倡多年，但在实际操作中，“保”“教”分离普遍存在，狭隘地认为“保”就是生活起居的保护和包办代替，不相信幼儿具备自我充实生活的能力，导致在生活中融入教育不明显，出现装模作样的保教“综合化”。多数情况下，集体教学是为完成园内统一的教材内容，而幼儿当下遇到的问题却无法占用集体教学活动解决。为什么要喝水？谁喝水？什么时候喝水？喝水量多少适宜？怎么做到主动喝水？涉及的相关学习内容不予重视，更无法作为课程有计划地实施，仍被置于相互分离、对峙的状态。



本文系湖南省教育科学工作者协会“十三五”规划一般课题。编号：XTJK019BJJ070；“提升幼儿园生活活动质量的实践研究——以‘午睡后+游戏前’环节为例”研究成果

二、幼儿园喝水活动的独特价值

（一）有利于培养独立性、责任感，养成健康生活方式

会生活、能自理是独立生存的基础与前提。喝水作为幼儿的生活需要，培养其主动喝水的健康习惯，摆脱对成人的过度依赖，不失为独立性、责任感等个性品质形成的良好途径。通过喝水活动，不仅能意识到自己具有把控、主宰自己生活的能力，更重要的是建立积极的自我概念。多吃新鲜蔬菜瓜果、喝水有助排便、营养必须均衡等有助于养成健康的生活方式，让幼儿明晰其在健康生活方式养成中的价值观，并认识到它是人类生存的重要内容。

（二）有助于树立整体课程观，培养自我管理能力

游戏是幼儿园的基本教育活动，教学是知识传授的主要途径，生活是幼儿园课程实施的重要途径。为帮助幼儿更好地生活，三者之间应是共生发、协调促进的。在实践中，将喝水出现的极小问题生成多个教学活动内容，让幼儿感受问题来自自己的实际生活。以问题“究竟多少喝水量适宜”为例，通过问卷调查发现每日人均喝水量仅为500毫升（牛奶和汤水除外）后，组织语言活动，探讨喝水的重要性；借助美术区域，用图标记录自己喝水的杯数和喝水量；观察调查表，分析汇总数据；与平行班互动交流，宣讲喝水量多少适宜等等。又如喝水活动中，值日生的管理协调能力、沟通交流能力（针对不喝水的孩子）、数物对应理解能力（学号与幼儿姓名）、分析甄别能力（清查不喝水的孩子）、总结归纳能力（清查后提醒）等都得到培养和提升。

三、幼儿园喝水活动的路径优化

（一）尊重幼儿每日的实际生活

幼儿园的实际生活分为两类，一类是对于幼儿个人来说是必要的实际生活，另一类是对幼儿园的集体生活来说是必要的实际生活。

以“孩子，你今天喝水了吗”为主题，从家长、

教师、幼儿不同层面针对家庭和幼儿园两大场景展开调查。通过访谈,发现很少关注幼儿喝水的家长占 50%;知道要喝水却不主动喝水的幼儿占 70%;教师能时刻提醒幼儿喝水但未全面核实的占 60%。以 A 园某大班某日起床后观察为例:19 人喝水 30 毫升;3 人喝水 80 毫升;1 人喝水 100 毫升;另 13 人未喝;其他时段,教师每间隔一段时间会引导幼儿排队喝水,或在关键时间段内友善提醒,但真正落实均有待质疑。

尊重幼儿每日的实际生活，让孩子通过生活本身来学习生活，是优化喝水活动最基础的路径之一。怎样通过生活本身来学习生活呢？以“我，今天喝水了吗？”为主题的谈话活动，让幼儿畅谈自己喝水的情况，并引导通过数字、图画、图表或其他符号，录音笔、小视频等方式连续记录一周后，比照、分析、梳理。通过有关喝水重要性的 PPT 播放，联系到喝水记录分析，孩子们商议用实验的方式验证“水”对植物生长的重要性及观察自身尿液的颜色来了解个人喝水的情况(见图 1)，幼儿分工准备材料、制作记录表、安排监管员、咨询专业人士，其一系列自发性活动得到教师的认可、适宜的反馈和刺激。利用集体教学活动时间，将 A 园某大班幼儿起床后随机拍摄的喝水视频与之分享，幼儿作为“当事人”和“旁观者”，自身参与讨论的热情和主动性被有效激发。

教师灵活把控一日各个环节的起承转合，打通所有活动之间的内在关联，充分尊重了他们学习、生活的步调、节奏与风格。这种根据实际情况来实施一日生活课程的方式，避免了成人主宰的教育与儿童自身生活相对峙的现象，保障了幼儿自身生活

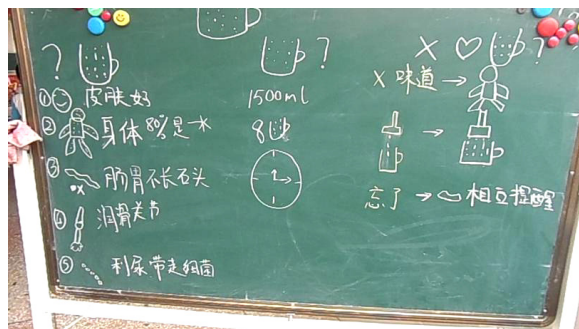


图 1



图2



图3



图4



图5

的自然性及自我探索的有效推进。它与以往循规蹈矩、按部就班的组织相比，更体现出教师高超的保教智慧，真正实现了让幼儿的生活如流水般地、连续地流动起来，充满生命气息。

（二）相信幼儿的自我充实能力

有文献表明，瑞吉欧保教实践所秉承的儿童观——发现儿童是“有能力的学习者”，已在幼教领域影响深远，充分反映出儿童在基于自己的兴趣和爱好进行活动时，正是他具有最好的“学习”状态的时候。美国心理学博士艾莉森·高普尼克通过十年探索也提出“宝宝也是哲学家”的惊人观点，她认为，儿童的学习能力、思维运作远比成人复杂。综上，儿童具备独特的思想和视角，我们有理由转变自己的陈腐看法，相信他们看到的远比我们丰富和完整、相信他们具有充实自己生活的能力，这也是优化喝水活动中最关键的路径之一。

就“我们究竟如何喝水”主题展开系列活动：以起床后时间段为例，幼儿议出6种方法。（1）由当班老师逐个提醒；（2）由值日生逐个提醒；（3）值日生负责将水盛满，所有孩子喝水后，一一检查；（4）值日生检查，杯里有无水滴；（5）所有幼儿厕所排队，接水，喝水；（6）值日生负责开关水龙头。最终全体20票赞成通过方法（3）（见图2）。通过试行，幼儿发现：学号靠后的孩子，游戏时间被缩短；一个值日生疲以应付；于是，有幼儿想到方法（3）即调整为两位值日生（见图3），有幼儿想到方法（5）即所有人统一去厕所排队，依次接水。经过举手表决，决定尝试方法（5）。幼儿在体验排队接水后，发现盥洗室拥挤、吵闹，喝完水后还得穿过人群回活动室；排队靠后的孩子明显受空间限制，挪不开脚等。

事实证明：幼儿有权就自己的生活问题发表意见，也有能力就自己的生活问题进行修正和调整。活动中“我要喝”而非“要我喝”已深入人心，幼儿明确目标及其必要性，能主动安排周活动计划和内容，且能讨论解决方案并尝试实施，更惊喜的是活动中幼儿都能尊重集体的智慧和决议，合作研究并落实内化。

相信幼儿的自我充实能力的关键在于尊重幼儿的自发性。教师要做到大目标始终在“心”，即终极目标是能主动喝水，允许小目标随着幼儿自发的方式和行动随时调整。



图6



图7

“

旨在倡导教师一定要克制目标之上的不恰当地干预幼儿的教育冲动，让幼儿在拥有自由感的生活中直面生活、充实自我。

（三）创造有意义的生活

1. 营造拥有自由感的生活环境。

教师营造充满生活气息的环境，允许幼儿有充分的生活自由是优化喝水活动的必备路径之一。让幼儿拥有自由感，才能使环境焕发出活力，扩展其功效。即使环境不够丰富、空间不够宽敞，都能被幼儿有效利用。反之，如果幼儿在环境中战战兢兢、手足无措，担心自己的见解无法得到认可，行为不被关注，那么也就无法激发幼儿内心的创想。在喝水案例中，所有环境的创设由孩子做主，包括创意、制作方式和时间规划。幼儿想到诸多主动喝水的策略：闹铃提醒（见图4），绘制刻度水杯（见图5），每日打卡记录（图6），同伴之间的友情提醒，晨间开展的主题谈话，制作喝水趣事连环画等等。硬环境、软环境合力打造，让幼儿在极度自由畅快的生活环境中感受生活、学习生活、改变生活、创造生活。

2. 发挥支持和帮助幼儿的作用。

优化喝水活动最有效的路径在于是否从儿童本位出发，发挥了支持和帮助的作用。当教师表现出“无所适从”时，才有可能刺激儿童从本位出发，主控自己的行为。也就是说创造对幼儿来说“有意义的生活”源于幼儿的自发性和愿望，它是在幼儿自我充实的过程中的支持和帮助。具体表现在幼儿有主宰自己生活方式的机会，并能持续支持幼儿在反复操练中自我调整和修正。

试行一段时间后，有幼儿反映水已喝，但表上

却无记录；值日生也反馈小伙伴们总围在身边登记很吵，应接不暇。表格里没有打钩的孩子到底有没有喝水？值日生如何一个不落地记录36个小朋友的喝水情况？显然，这次面对的困阻更大，需要同时解决拥堵、吵闹、查漏、登记等一系列问题。但出乎意料的是，幼儿的意见更具操作性（见图7）：厕所安装摄像头；进入厕所喝水时不说话；值日生工作时不聊天，尝试记住所有学号，提前准备；请老师帮忙；一个负责开关水龙头，一个记录，一个分发小棍，一个负责查漏补缺和友善提醒；排队请值日生登记……

教师发挥支持的作用除了支持幼儿按照自我步调解决问题外，还表现在要坚信幼儿是有能力的学习者，并支持他们创造对于他们来说有意义的生活。这种有意义的生活的获得，看似道路曲折，走弯路、走重复之路，然其意义便体现在此。所有的“错”，通过操作纠正，所有的“对”，又由实践来验证，幼儿热衷于此，他们感到兴奋和满足，这种积极的情绪情感又反过来促其继续创造。整个创造过程民主、有趣、惊奇，且是不断生成、不断解决、又不断探究的循环过程。

综上所述，针对大班幼儿喝水活动中存在的问题提出三条优化路径，旨在倡导教师一定要克制目标之上的不恰当地干预幼儿的教育冲动，让幼儿在拥有自由感的生活中直面生活、充实自我，创造出对于他们来说有意义的生活，以提升幼儿园生活活动质量。