

中图分类号: G610

密级: 公开

UDC: 300

学校代码: 10094

河北师范大学

硕士学位论文

(学历硕士)

小班午餐活动组织现状及对策研究 ——以河北省武安市幼儿园为例

Research on the Current State and Resolution Policies of
the Bottom Class' Lunch Activities of Kindergartens in
Wu'an City Hebei Province.

研究生姓名: 刘晶

指导教师: 王艳芝 副教授

学科专业: 学前教育学

研究方向: 学前教育理论与实践

论文开题日期: 2014年7月3日

二〇一五年 三月 二十三日

中图分类号： G610

密级： 公开

UDC： 300

学校代码： 10094

河北师范大学

硕士学位论文

（学历硕士）

小班午餐活动组织现状及对策研究 ——以河北省武安市幼儿园为例

Research on the Current State and Resolution Policies of
the Bottom Class' Lunch Activities of Kindergartens in
Wu'an City Hebei Province.

研究生姓名： 刘晶

指导教师： 王艳芝 副教授

学科专业： 学前教育学

研究方向： 学前教育理论与实践

论文开题日期： 2014 年 7 月 3 日

学位论文原创性声明

本人所提交的学位论文《小班午餐活动组织现状及对策研究——以河北省武安市幼儿园为例》，是在导师的指导下，独立进行研究工作所取得的原创性成果。除文中已经注明引用的内容外，本论文不包含任何其他个人或集体已经发表或撰写过的研究成果。对本文的研究做出重要贡献的个人和集体，均已在文中标明。

本声明的法律后果由本人承担。

论文作者（签名）： 指导教师确认（签名）：
2015年5月25日 2015年5月25日

学位论文版权使用授权书

本学位论文作者完全了解河北师范大学有权保留并向国家有关部门或机构送交学位论文的复印件和磁盘，允许论文被查阅和借阅。本人授权河北师范大学可以将学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或其它复制手段保存、汇编学位论文。

（保密的学位论文在_____年解密后适用本授权书）

论文作者（签名）： 指导教师（签名）：
2015年5月25日 2015年5月25日

摘要

午餐作为中国传统的正餐,是幼儿一日生活的重要环节,它关系到幼儿营养摄入和健康发育,也直接影响幼儿参与各类活动的积极性。进餐活动是幼儿全面和谐教育不可或缺的一部分。小班幼儿正处在 3-4 岁年龄段,是建立良好生活常规、培养生活习惯和自理能力的关键时期。正是由于他们生理和心理处于个体发展的低级阶段,可塑性大。所以,小班幼儿在养成良好生活习惯上,比中大班更为重要。

《幼儿园教育指导纲要》强调“寓教育于一日生活之中”。幼儿午餐活动蕴含广泛的教育价值,但由于进餐的重复性和单调性,教师容易忽略其中的教育价值,疏忽对它的组织和管理,不能把握进餐机会促进幼儿良好生活习惯和健康饮食行为的养成。窥一斑而知全豹,教师能否抓好午餐活动这一教育时机,是衡量幼儿教育质量的关键指标。

本研究选取河北省武安市两所公立幼儿园中的四个小班、两所私立幼儿园中的六个小班为样本,进行了为期一个半月的非参与式观察,获得 30 个活动录像资料。非参与式观察法是本研究最主要的研究方法。除此之外,笔者还采用访谈法作为辅助方法来研究小班午餐活动。笔者通过建立分析指标,对午餐活动进行质性分析,了解小班午餐活动组织的具体现状。进一步分析发现主要存在如下问题:第一、餐前、餐后活动类型较为丰富,但活动效果有待提高;第二、幼儿用餐技能比较熟练,但不良进餐习惯比较明显;第三、重视进餐的引导作用,但教师引导方式需进一步合理化;第四、较为重视进餐物质环境,但忽视精神环境营造。针对以上问题,笔者提出的建议有:第一、充分利用各种活动形式,统筹安排活动内容;第二、家园合作,重视幼儿进餐习惯的培养;第三、遵循“以幼儿为本”原则,提升教师进餐教育能力;第四、营造愉快的用餐环境,重视物质和精神环境的创设。

关键词: 小班幼儿 教师 午餐活动

Abstract

As a traditional Chinese dinner, lunch is an important part of the daily life of children. It's related to children's nutrition and health development, and it also directly affects the enthusiasm of children to participate in various activities. Dining activity is an indispensable part of children's comprehensive harmonious education. Children in the bottom class are at the age of 3-4 years, which is a critical period to establish a good routine, to cultivate habit and self-care ability. Their physiological and psychological are at the lower stage of individual development, and their plasticity are strong. So, for children, to develop good habits in the bottom class, is more important than that in middle and top class.

"Guidelines for kindergarten education" emphasizes "education resides in daily life". Children's lunch activities contain extensive educational value. But because of the repeated and monotonic meals, it is easy for teachers to ignore the value of its' education, to neglect its' organization and management , and even can not grasp opportunities to promote children's good habits and healthy eating behaviors. As the saying goes, peep one spot and know everything. Teachers can pay special attention to lunch activity or not, is the key indicator to measure the quality of early childhood education.

This study selected two public kindergarten's 4 small classes and two private kindergarten's 6 small class as a sample, which come from Wu'an city, Hebei province. For a period of one and a half months of non participant observation, the author obtained 30 activities video materials. The method of non participant observation is the main research method of this study. In addition, as an auxiliary method, the author also uses the interview method to research lunch activity. Through the establishment of analysis indicators, qualitative analysis was carried out on the lunch activity, the author found out the reality of the activities. With the further analysis, some problems are found as follows: First of all, before meals, after meals activity type is rich, but the effect remains to be improved; Second, children's dining

skills more skilled, but bad eating habits is obvious; third, pay attention to the guiding role of the meal, but the teachers' guidance methods need to be further rationalized; fourth, pay more attention to the environment of dining substances, but ignore the spirit of environment. To solve the above problems, the author puts forward suggestions: First, make full use of various forms of activities, co-ordinate arrangements for the activities; Second, family-kindergarten cooperation, pay attention to the cultivation of children dining habits; Third, follow the "child centered" principle, and to improve teachers' dining education ability; Fourth, create a pleasant dining environment, and pay attention to the creation of material and the spirit of the environment.

Keywords: children in bottom class; teacher; dining activity

目 录

摘 要.....	III
Abstract.....	IV
绪 论.....	1
一、问题的提出及研究意义.....	1
（一）问题的提出.....	1
（二）研究意义.....	2
二、国内外相关研究综述.....	3
（一）国内文献综述.....	3
（二）国外文献综述.....	5
（三）对已有研究资料的总结.....	7
三、概念界定.....	8
（一）小班.....	8
（二）午餐活动.....	8
（三）组织.....	8
四、研究方法与分析框架.....	8
（一）研究方法.....	8
（二）分析框架.....	9
第一章 小班午餐活动组织现状及对策研究的理论依据.....	14
一、《幼儿园教育指导纲要》.....	14
二、幼儿饮食营养教育.....	14
三、幼儿健康行为养成层递假说.....	15
第二章 小班午餐活动组织的现状与问题分析.....	17
一、餐前、餐后活动类型较为丰富，但活动效果有待提高.....	17
（一）餐前活动.....	17
（二）餐后活动.....	18
二、幼儿用餐技能比较熟练，但不良进餐习惯比较明显.....	20
（一）用餐技能.....	20

(二) 用餐独立性.....	20
(三) 用餐专注性.....	20
(四) 用餐时间.....	21
三、重视进餐的引导作用, 但教师引导方式需进一步合理化.....	21
(一) 正向引导方式.....	21
(二) 负向引导方式.....	22
四、较为重视进餐物质环境, 但忽视精神环境营造.....	26
(一) 进餐物质环境.....	26
(二) 进餐精神环境.....	29
第三章 小班午餐活动组织存在问题的影响因素分析.....	32
一、外在环境客观因素.....	32
(一) 幼儿方面.....	32
(二) 幼儿家庭方面.....	33
(三) 幼儿园方面.....	33
(四) 社会文化方面.....	34
二、教师自身主观因素.....	34
第四章 小班午餐活动组织的对策思考.....	36
一、充分利用各种活动形式, 统筹安排活动内容.....	36
二、家园合作, 重视幼儿进餐习惯的培养.....	37
三、遵循“以幼儿为本”原则, 提升教师进餐引导能力.....	37
四、营造愉快的进餐环境, 重视物质和精神环境的创设.....	38
结 语.....	40
参考文献.....	42
附 录.....	45
访谈提纲.....	45
致 谢.....	46
攻读学位期间取得的科研成果清单.....	47

绪 论

一、问题的提出及研究意义

（一）问题的提出

幼儿身体发育状况的好坏、身体素质的强弱,与一日三餐的饮食营养状况有密切的关系。众所周知,中国传统的正餐是午餐,它在一天之中占有非常重要的地位。午餐对幼儿来说非常重要,不仅能补充幼儿上午所消耗的热量,又可以为幼儿下午的活动储蓄能量。进餐不仅影响着幼儿热量摄入程度和健康发育状况,还影响着幼儿参与各类活动的积极性。幼儿在园就餐环节是幼儿园一日活动中既平凡又繁杂的环节,也是幼儿最易兴奋、保教老师较难组织的环节。因此,教师对幼儿进餐活动的组织与管理显得尤为重要。

身体健康,在集体生活中情绪安定、愉快;生活、卫生习惯良好,有基本的生活自理能力;知道必要的安全保健常识,学会保护自己;喜欢参加体育活动,动作协调、灵活,这四点幼儿健康教育的目标是《幼儿园教育指导纲要(试行)》中明确提及的。^[1]那么,作为幼儿健康教育其中一部分的幼儿进餐活动来说,目标亦是多元的。我们既要重视幼儿对健康知识的掌握,也要加强幼儿健康行为习惯的培养。

英国哲学家培根曾说过:“习惯是一种顽强而巨大的力量,它可以主宰人的一生,因此,人从幼年起就应该通过教育培养良好的习惯。”苏联教育家马卡连柯认为“如果在幼儿期的早年,不能给予合理的教育,致使幼儿养成不良意识和卫生习惯,那就会给以后的教育带来几倍、几十倍的困难。”^[2]可见,在培养幼儿良好的习惯方面,教育者重视越早,其教育效果越明显。3-4岁是幼儿从家庭生活走向幼儿园集体生活的转折点,他们生理和心理都处在个体发展的低级阶段,可塑性比较大。可以说,3-4岁的小班幼儿在养成良好生活习惯上,比那些中大班幼儿更容易。倘若幼儿养成不良的生活癖好或是未养成合理的生活习惯,相较于年龄偏大的中大班幼儿,年龄较小的幼儿更容易纠正和培养,重要性更大。

《幼儿园教育指导纲要(试行)》强调“寓教育于一日生活之中”。^[3]大多数幼儿教师都能意识到健康教育的重要性,能意识到午餐进餐活动蕴含的教育价值,但由于进餐活动本身重复和单调的特殊性,使得教师往往容易忽略午餐活动

过程中的教育价值,疏于组织与管理,以致于他们做不到很好地组织幼儿进餐活动。观察发现,教师组织午餐活动期间存在着很多的问题,如过分强调进餐纪律,催促幼儿吃饭,强迫给幼儿喂饭等。因此,笔者以进餐活动的中午时段,即午餐活动作为切入点,深入笔者家乡公立和私立幼儿园,了解小班幼儿的进餐状况,以及保教老师组织进餐的活动状况,进而透过已获得的观察现状,分析进餐整个活动中凸显的问题及其存在的原因,最后针对性地提出合理性建议,引导教师实现观念到行为的真正转变,提高教师教育的行为质量,更好地促进幼儿的发展。

(二) 研究意义

1. 理论意义

教师组织幼儿午餐进餐活动,属于幼儿健康教育的重要内容。《幼儿园教育指导纲要(试行)》中指出:“把保护幼儿的生命和促进幼儿健康放在工作的首位,树立正确的健康观念,在重视幼儿身体健康的同时,要高度重视幼儿的心理健康。”、“科学、合理地安排和组织幼儿的一日生活,建立良好的常规,逐步引导幼儿学习自我管理。”^[4]可见,幼儿教师的工作重任是促进幼儿身心健康成长,培养幼儿良好的生活习惯。考虑到3-4岁的小班幼儿正是建立幼儿良好生活常规、培养生活习惯和自理能力的关键时期,故笔者对小班幼儿午餐进餐状况进行研究。考虑到幼儿就餐环节是幼儿园一日活动中既平凡又繁杂的环节,也是幼儿最易兴奋、保教老师较难组织的环节。所以借此帮助保教人员,通过完善自身以更好地培养小班幼儿合理的进餐行为习惯。尽管幼儿的进餐活动只占学前教育其中一小部分,但会对幼儿教育理论有所裨益,所以本研究通过调查笔者家乡的幼儿园来探讨小班午餐活动,拓展幼儿教育理论的范围。

2. 实践意义

①促进教师更新教育观念,完善教育行为。

教师教育观念和教育行为对幼儿全面和谐素质发展有着重要的影响力。可以说,教师的教育观念借助其教育行为对幼儿发展施加影响。通过研究小班午餐活动组织的现状,可以让教师意识到不合理的进餐教育行为,审视和反省自身的饮食教育观念,做到反躬自省,做到言传身教,做到知行并进,以便日后有针对性的引导幼儿养成良好进餐行为和饮食习惯。

②引导幼儿园管理者重视进餐潜在问题,做出针对性决策。

管理如同一门学问,管理者松弛有度的举措会使幼儿园各方面熠熠生辉。俗话说:“百密一疏”。即使再严谨的治园之道,也会有所疏漏,但关键还是需要管理者运筹帷幄。是否深入各班考察调研,意识症结所在并及时解决处理,是幼儿园管理者的关注重点。

二、国内外相关研究综述

就研究内容来说,医学工作者的研究多倾向于关注幼儿“进餐”、“饮食”方面的内容,比如进餐速度、挑食、偏食、早餐、零食等,也会对幼儿进餐行为与其他要素(如微量元素)之间的相关性进行研究;而教育工作者主要专注于对幼儿进餐行为具体问题以及其相关策略的探讨。^[5]可见,“进餐行为”是他们研究的主要内容,但是专门关注进餐活动本身的研究相对较少。

笔者通过各种相关文献资料的梳理,现综述如下:

(一) 国内文献综述

1. 幼儿健康教育的相关研究

① 幼儿健康教育中存在问题 and 对策

很多学者都曾指出幼儿心理健康层面的培养重视程度不高,并强调关注幼儿的心理健康成长,教师必须要转变观念,落实行动,促进幼儿健康发展。比如南师大顾荣芳教授对健康教育领域做了大量的调查研究,曾在如何选择教育内容上给予幼儿教师进行方法指导,在教师实施教育过程中给予相关建议等。^[6]黄显军认为当前幼儿健康教育存在诸多问题:重身体健康,轻心理健康;重安全,轻身体素质培养,并提出几项解决问题的措施,如转变教育观念、落实基本行动、培训教师、家园共育等。^[7]陈仕范认为当前幼儿健康教育应加强重视幼儿心理健康教育;提高教师的健康教育专业水平;发挥家庭在幼儿健康教育中的作用等方面。^[8]赵如、朱连英则是从幼儿健康教育中幼儿进餐的角度,指出进餐中仍存在诸多问题,针对存在的问题提出几项对策,如营造宽松愉悦的就餐环境;利用同伴影响,养成合理的行为习惯;加强家园合作,促进健康发展。^[9]李君就现今幼儿教师缺乏对健康教育认识的现状,提出教师要转变思想教育观念,充分利用幼儿园的生活环节如进餐环节,对幼儿进行科学的健康教育渗透。此外,他提出了一些实施策略,如通过进餐环境渗透教育、进餐安全与习惯养成教育、幼儿独立意识和自理能力的培养教育等方面。^[10]

②幼儿健康教育的基本理论要素

诸多学者和一线教师都曾对幼儿健康教育的内容、原则、特点等相关的要素进行了探讨,有助于学前教育理论的拓展和幼儿教师实践经验的提升。比如董慧玲深入探讨了幼儿健康教育的内涵与目标、借鉴与对策等方面。^[11]欧新明阐述了幼儿健康教育活动的特征和原则,比如注重情感教育的养成教育、教育内容是周围环境中的生活常识、采取多种形式的教育活动等特点以及保教相结合等原则。^[12]一线教师魏雪梅通过对幼儿园健康教育活动目标比较和分析,详细阐述了健康教育活动目标制定的常见问题,有助于广大的幼教实践工作者。^[13]徐亚妮则强调了指导教师在幼儿健康教育过程中的地位和作用,并认为教师须具备高尚的思想品格和良好的职业道德;丰富、系统的理论知识体系;较强的综合业务素质;积极的生活态度等四项基本素质。^[14]

2. 幼儿进餐行为的研究

相较于国外来说,我国从上世纪 90 年代才开始关注幼儿饮食行为的,起步比较晚。国内学者主要从进餐速度、挑食偏食行为、进餐专注程度、进餐独立性 & 吃零食行为进行研究的。^[15]

从幼儿进餐速度看,黄土云对 297 例幼儿饮食行为的进行调查,发现幼儿在家进餐用时:小于 15 分钟 21 人(7.1%), 15-30 分钟 182 人(61.3%), 大于 30 分钟 94 人(31.6%)。^[16]魏梅、袁丽娟对 2-6 岁幼儿的饮食行为和生活习惯进行调查,发现“1/3 的幼儿存在进食过快的现象”。^[17]很多学者认为挑食偏食行为是幼儿现有饮食行为中最突出的问题,应引起教育工作者和幼儿家长的重视。比如,梅节等对广州市的幼儿饮食行为进行调查,该研究结果显示挑食和厌食是幼儿现有饮食行为中最大的问题。张富洪、麦彩屏的研究指出,“饮食行为问题严重的幼儿,约占幼儿总数的 1%—2%;挑食、偏食、慢食等一般性问题的幼儿约占总人数的 30%”。^[18]多个研究显示,从进餐专注程度看,有不少幼儿在进餐时存有“边吃边玩”、“边吃边看电视”、“边走边吃”现象。徐浙宁、顾秀娟通过调查,发现“边吃边玩”(59.3%),“边走边吃”(31.40%)和“饭吃的太少”(21.5%)为当前幼儿不良饮食习惯中最突出的问题。^[19]对于进餐独立性而言,有研究者指出部分幼儿需要成人辅助进食或喂食的现象。有调查显示约 54.1%的幼儿能独立进食,有 45.9%的幼儿还达不到完全独立进餐。最后,对幼儿吃零食方

面，多个研究指出幼儿中存在吃零食过多，餐前吃零食影响进餐的问题。

3. 幼儿进餐习惯的研究

学者们对进餐习惯的研究多集中于培养策略方面，比如俞彩方认为幼儿良好进餐习惯应从“结合日常生活进行教育；通过晨间谈话、教学活动和环境创设进行培养；家园积极配合”这三方面培养。^[20]朱爱喜提出幼儿的进餐教育要按年龄班分别侧重进行培养，“以小班为重点，逐步建立常规，中班是巩固常规，大班则是幼儿自觉内化”。^[21]一线教师姚艳玲通过长期观察该班幼儿进餐状况，提出通过“榜样示范法、逐渐加量法、良好环境创设法、启发诱导法、家园配合法”以培养幼儿的饮食习惯。^[22]还有少部分研究是通过分析幼儿进餐问题形成原因来进一步系统论述的。比如仪红霞经调查研究指出，家长教养态度和饮食态度的偏差是刚入园小班幼儿的不良饮食习惯的症结所在；^[23]也有个别研究者是论述幼儿良好的进餐习惯应该具备哪些特征。比如李莉认为幼儿良好的进餐习惯是“幼儿能独立完成进餐，并能保持衣物卫生，有良好的进餐过程及行为习惯”。

^[24]

4. 幼儿进餐环境的研究

研究者们普遍集中于对幼儿进餐环境营造方法及具体策略的探讨上，比如林真真提出了营造餐前良好用餐氛围的方法是“听轻音乐或优美散文，放松幼儿情绪；利用文学作品，促进幼儿自觉遵守进餐要求”。^[25]金学英认为良好进餐环境的创设可作为预防小班幼儿进餐问题的有效策略，如“变换进餐形式、播放柔和安静的音乐、定期更新餐具、幼儿参与食谱的制定等”。^[26]肖莎莎认为构建适宜的幼儿园饮食环境需从“开展炊事活动，增加幼儿体验；规范教师餐桌指导语”两方面着手，通过改善幼儿园饮食环境，从而促进幼儿的健康饮食行为。^[27]还有少部分学者仅从进餐环境的意义、重要性进行阐述。如朱爱喜认为创设良好的进餐环境是发挥进餐教育价值的重要方式。许琳琳指出幼儿家园进餐差异的主要因素之一就是进餐心理环境。也有个别研究者详述了家园进餐的心理环境和物质环境差异是如何影响幼儿进餐行为表现的。^[28]

（二）国外文献综述

1. 幼儿健康教育的研究

西方学者对幼儿健康教育方面的重视程度较高，研究也较深入、全面。比如

全美幼教协会制定其授权标准时就把幼儿的健康和安全放在重要位置。^[29] Hearron & Hildebrand 曾指出在满足幼儿生理需要的同时, 满足其精神健康的需要, 这样关于幼儿健康需要的讨论就全面了。^[30] 柯斯特 (CUST, G.) 提出了幼儿健康教育的知、信、行模式, 试图揭示卫生信息与健康增进之间的关系。以认知为切入点实施健康教育, 能帮助或强化幼儿认识正确的健康知识, 是帮助幼儿形成健康的态度和信念, 进而建立健康行为的基础。^[31] 唐纳斯 (Tones) 倡导健康教育需要从强调认知转变为强调情感。^[32] 庞建萍、柳倩认为尽管幼儿对已知事物具有许多不同信念, 但他们对这些不同信念所持的态度主要受到客观规范和权威因素左右。家庭养育者和社会客观规范对幼儿信念建立, 健康行为养成起关键作用。^[33]

2. 幼儿进餐行为的研究

国外学者对幼儿进餐行为的研究内容主要涉及进食习惯、挑食、偏食、早餐和零用食品等方面。上世纪六十年代, 布鲁斯洛 (Breslow) 就开始了历时 9 年的健康饮食行为研究, 将人们是否习惯于每天吃早餐和吃点心归为七大健康行为之一。^[34] 之后, 有很多研究者采用观察法和问卷法对幼儿的进餐行为、挑食偏食行为、喝饮料行为等进行研究。结果显示, 幼儿挑食、偏食等不良饮食行为可能和一些异常情绪有关系。通过对‘食谱与性格形成’的研究, 美国学者布朗 (Brown) 建议家长应挖掘和保护幼儿尝试不同种类食物的好奇心。他认为个体在幼儿期接受的食物种类与其之后性格的包容程度有关。^[35] 此外, 日本学者所做的研究也指出了幼儿对食物营养状况的摄入程度与其性格内外倾向是存在一定关系的。若幼儿人体所需的蛋白质长时间未足量摄入, 且不喜爱进食水果和蔬菜, 那么他们的性格会变得更加内向。爱莎 (Essa) 的研究提出幼儿变得挑食是由于他们懂得运用这种行为获取更多的注意。^[36] 马肯 (Marcon) 通过调查发现虽然有 27% 的学前幼儿的营养摄入状况为“良好”, 但仅有 9% 的小学生能够达到健康饮食的水平。^[37]

3. 幼儿进餐习惯的研究

西方研究者倾向于探究幼儿进餐习惯形成的原因, 如 Birch, Johnson & Fisher 的研究表明, 在提供有多种适宜的食物并供其选择的情况下, 幼儿能够均衡进食。他们可能会尝试一种食物 10 次 (在没有压力和劝诱情况下) 后才发

现自己喜欢它。^[38]此外,这项研究还发现,当幼儿按自身需要选择食物时,自己能调整食物摄取量,满足自身对热量的需要,所以成人不必过于担心和关注幼儿是否某一餐吃的过少。Endres, Rockwell & Mense 曾指出人们对事物的偏好和厌恶是在幼年期形成的。^[39]可见,帮助幼儿获得健康的进餐模式是非常重要的。

4. 幼儿进餐环境的研究

研究者们对进餐环境的构成要素、重要价值及环境创设的方式方法等进行了研究,如奥尔兹(Anita Olds)认为幼儿有四项基本的环境需求“鼓励运动的环境;保持舒适的环境;助长能力的环境;鼓励控制感的环境”,如果教师要求幼儿做到安静地坐好进餐,那么教师更容易达到目的地做法是给幼儿提供舒服的坐位以及通过空间传递控制力的视线。^[40]普莱斯考特(Prescott)认为在布置物质环境时教师要注重7种成分(她将其称为维度):柔软度/硬度;开放/封闭;简单/复杂;融入/隔离;高活动性/低活动性;风险/安全;大的团体/个体。^[41]她主张平衡各维度创造一种最优环境,鼓励幼儿从活动中获得发展。荷尔瑞恩(Hearron)与希尔德布兰德(Hildebrand)认为教师和保教人员应避免使用奖励或语言等方式哄幼儿进餐,也不要将进餐当作‘教育’机会而影响幼儿的愉快进餐情绪,可以适当提供幼儿进餐沟通聊天的机会。^[42]此外,他们还认为大型的就餐环境会让年龄较小的幼儿产生挫败感,他们更习惯和一个成人与其他同伴围坐在桌旁吃饭。^[43]

(三) 对已有研究资料的总结

综上所述,当前国内外关于幼儿进餐方面的研究,大多数集中于幼儿健康教育的内容、现状、对策方面,以及幼儿进餐行为、进餐习惯、进餐环境方面。关于幼儿健康教育的内容和现状,为本研究提供了研究范围和现实依据。在充分了解幼儿进餐行为的基础上,本研究以促进幼儿良好的进餐习惯为最终目标,探讨教师组织中午时段进餐活动的具体过程。简言之,前人研究为本研究的顺利进行提供价值基础。

但就已有研究现状来看,研究者们大都从饮食行为或进餐行为出发进行调查研究,而专门针对进餐活动本身的研究较少;就仅有的进餐活动本身的研究来说,研究内容和研究对象还有些宽泛,专门针对某一年龄阶段,针对某个进餐时段的研究更少。因此,对幼儿园小班的午餐活动进行深入研究,是有研究价值和研究

空间的。

三、概念界定

（一）小班

“小班”在现代汉语词典中是指幼儿园里按照年龄划分的由较小的幼儿所编成的班级，一般为 3-4 周岁的幼儿，每班 20~25 人。在本研究中，小班幼儿是指那些刚进入幼儿园，生理和心理处于个体发展低级阶段且可塑性较大的三周岁到四周岁幼儿。相较于那些中大班幼儿，小班幼儿更容易养成良好的生活习惯。

（二）午餐活动

“午餐活动”，亦称“午餐进餐活动”，它是幼儿在园一日生活中不可或缺的部分。在本研究中指的是教师在中午时段组织的幼儿集体进餐活动，包括餐前活动、用餐活动和餐后活动三部分。

（三）组织

在现代汉语词典中，“组织”一词有五种解释：第一、安排分散的人或事物，使其具有一定程度的整体性，用作动词，如组织联欢晚会；第二、系统和配合的关系，用作名词，如组织严密；第三、纺织品经纬纱线的结构，用作名词，如斜纹组织；第四、机体中构成器官的单位，是由形态和功能相同的细胞按一定的方式结合，如神经组织；第五、按照一定的目的、任务和系统建立起来的集体，用作名词，如工会组织。^[44]本研究中的“组织”是动词词性，属于第一种解释，具体是指保教老师作为幼儿午餐进餐活动的组织者，对幼儿的午餐进餐活动进行系统安排和统筹管理。

四、研究方法与分析框架

（一）研究方法

1. 观察法：

观察法是本研究的主要研究方法。笔者选取河北省武安市两所公立幼儿园中的四个小班、两所私立幼儿园中的六个小班作为样本，于 2014 年 8 月底到 10 月中旬进行为期一个半月的非参与式观察并录像，共获得 30 个午餐活动视频资料，然后对录像内容进行整理和分析。

为了全面、有效的获得教师组织小班午餐活动的真实情况，保证资料分析的准确性，本研究进行了大量的准备工作。包括：查阅文献，明确研究目的；准备

录像设备；与幼儿园的园长和教师联系、沟通，讲明研究意图，避免教师做特殊安排等。

研究者提前进入所要观察的班级，先和教师沟通、了解情况，在教师同意的前提下进行拍摄。在整个录像过程中研究者不断变化拍摄角度，尽量做到录像画面兼顾教师和幼儿。本研究观察资料搜集的时间是2014年8月底—2014年10月中旬，属于小班幼儿入园初期阶段。搜集资料时以非参与观察的形式，本着尽量不干扰幼儿园日常活动秩序的原则，随机进入组织午餐活动的班级，不干涉教师活动的开展。最后，活动录制完成后，把录像转存到电脑上，并对录像进行初步的整理和记录，重点关注教师在组织进餐活动中都做了些什么，说了什么话，幼儿都有哪些反应等典型情境。

2. 访谈法：

为了研究的需要，研究者还采用访谈法作为辅助方法对教师组织午餐活动进行深入研究。笔者随机选取不同幼儿园不同职务的幼儿教师各三名进行面对面交谈，深入了解影响幼儿教师有效开展午餐活动的因素。笔者采取有焦点和无焦点两种访谈形式，通过对各个录像班级的主班、副班和保育老师的面对面交谈，了解教师对问题的认识。第一种有焦点访谈是向教师提出某一问题或限定某一方面内容。如：“在进餐活动中如果出现不吃饭的幼儿，您会怎么做？为什么？”通过谈话，了解教师的观点，探究其行为表现的根源。第二种为无焦点访谈，是围绕一个较大的、相对宽泛的问题领域，如：“在午餐活动中幼儿常出现什么问题？你是怎样处理的？”，让教师畅谈自身实际组织进餐活动中的体验、问题、困惑等。由于多数访谈对象不赞成录音，所以笔者要对每次访谈的内容进行及时的文字记录和编排整理，为提出可行性的对策提供基础。访谈提纲见附录。

3. 文献法：

文献法是研究的前提基础，笔者通过广泛查阅国内外有关进餐活动、用餐活动、进餐行为、饮食行为、健康教育的相关书刊、学术论文、硕博论文等资料，基本了解了幼儿园用餐、进餐活动研究的现状，对已有研究进行梳理，通过探讨已有研究的价值和不足，去粗取精，去伪存真，为自己的研究找到立足点和改进方向，在此基础上写出文献综述，也为确立分析指标和编制访谈提纲等提供依据。

（二）分析框架

笔者将午餐活动分为餐前活动、用餐过程、餐后活动三个部分,观察指标包括上述三个部分的指标和整个午餐活动的相关指标四部分。本研究的观察指标详见表 1。

表 1 小班午餐活动组织现状的观察指标

活 动 名称	一级指标	二级指标	三级指标
餐前 活动	音乐活动 语言活动 游戏活动 其他活动	活动内容	音乐欣赏、学唱歌 讲故事、诵童谣 手指游戏 提要求、介绍饭菜
		活动效果	较好；一般；较差
用餐 过程	教师引导用餐	正向引导	提醒独立用餐 提醒专心用餐 提醒细嚼慢咽 提醒或纠正挑食偏食行为
		负向引导	催促用餐 强制多食
		引导语	陈述型；指令型；评断型 积极；消极；中性
	幼儿用餐状况	用餐技能	熟练 比较熟练 不熟练
		用餐独立性	有无依靠别人
		用餐专注性	专心吃饭；边吃边玩
		用餐时间	> 30 分钟 20-30 分钟 < 20 分钟

表1 小班午餐活动组织现状的观察指标（续）

餐 后 活 动	散步活动	活动内容	散步
	语言活动		讲故事、念儿歌
	游戏活动		体育、手指游戏
	其他活动		律动、看动画片
		活动效果	较好；一般；较差
整 个 午 餐 活 动	进餐物质环境	用餐空间情况	餐室独立
			活动室兼餐室
			活动室兼睡眠室兼餐室
		餐具配备情况	饭碗、汤碗、菜盘勺子叉子筷子
			饭碗、菜盘、勺子、筷子
			饭碗、勺子
		餐具使用情况	长期固定使用
			短期更替使用
		餐室卫生情况	餐桌桌面；餐室地面
		个人卫生情况	教师手部；幼儿手部
	进餐精神环境	进餐氛围营造情况	轻松愉快 喧闹嘈杂 严肃压抑

对该观察指标的具体说明如下：

A. 餐前活动。笔者将餐前活动的活动形式列为一级指标。把活动内容和活动效果并列归为二级指标。其中活动内容的三级指标便于理解，笔者不在此做解释说明。仅就活动效果下设的三级指标，即较好、一般、较差（a）进行说明。

a. 较好、一般、较差。活动效果较好，指大多数幼儿能全程参与活动，情绪较平静”；活动效果一般，指幼儿活动初的参与性较高，但部分幼儿在活动中间环节逐渐分心，配合度下降，情绪不稳定；活动效果较差，指少数幼儿能做到全程参与活动，多数幼儿对活动兴趣不高，心不在焉。

B. 用餐活动。笔者将教师引导用餐和幼儿用餐状况两项并列归为一级指标。其中，一级指标教师指导用餐下设正向引导、负向引导和引导语三项二级指标。

各项二级指标均含有下级指标。考虑到部分指标容易理解，笔者仅对引导语加以详细说明。引导语下设两个并列的三级指标：陈述型、指令型、评断型(b1)；积极、消极、中性(b2)。研究者将一级指标幼儿用餐状况分为用餐技能、用餐独立性、用餐专注性和用餐时间四项二级指标。其中每一项二级指标都含有下级指标。笔者仅对用餐技能指标进行详述，将其分为熟练、比较熟练、不熟练(b3)。

b1. 陈述型、指令型、评断型。陈述型引导语是指教师为传授某种知识、技能，达到一定教育目标所使用的言语，如“小朋友要细细嚼慢慢咽”；指令型引导语是指教师用带有命令的口吻改变或是强化幼儿某行为时所使用的言语，如“不许说话！”；评断型引导语是指教师对幼儿某些行为做出的好与坏、对与错的言语评判；如“这么快吃完了，真棒！”。

b2. 积极、消极、中性。积极引导语指教师言语中表现出对幼儿的亲切、喜爱、接纳的态度，如表扬、鼓励；消极引导语是指教师言语中流露出对幼儿的不满，言语犀利，如批评、警告；中性引导语是指教师所表达语言的情感色彩介于积极和消极之间，比如讲述、提问。

b3. 熟练、比较熟练、不熟练。用餐技能熟练，“幼儿吃饭时勺对准嘴，不撒饭”；用餐技能比较熟练，“勺多数能对准嘴，撒饭少量”；用餐技能不熟练“勺基本上能对准嘴，撒饭量较多”。

C. 餐后活动。该项具体指标参见餐前活动。

D. 整个午餐活动。笔者将进餐物质环境和进餐精神环境两项并列设立为整个午餐活动的一级指标。其中，一级指标进餐物质环境含有五项二级指标，分别为：用餐空间情况、餐具配备情况、餐具使用情况、餐室卫生情况、个人卫生情况。每项二级指标下设三级指标，其中餐室卫生情况分为未清洁、清洁未消毒、消毒清洁(d1)；个人卫生情况分为未清洁、简单清洁和严格清洁(d2)；餐具使用情况分为长期固定使用和短期更替使用(d3)。基于其他三级指标便于理解，笔者不再一一赘述。此外，一级指标进餐精神环境单独设立二级指标一项，即进餐氛围营造情况，其具体三级指标分别为：严肃压抑、喧闹嘈杂和轻松愉快(d4)。

d1. 未清洁、清洁未消毒、消毒清洁。未清洁，指“未对餐桌桌面或餐室地面进行清洁”；清洁未消毒，“只用清水清洁，未用消毒液做消毒处理”；消毒清洁，指“既用清水清洁又做消毒处理”。

d2. 未清洁、简单清洁和严格清洁。未清洁，即“没有清洁手部”；简单清洁，指“没有按照五步洗手法的标准清洗手部，清洁质量不高”；严格清洁，指“按照五步洗手法对手部进行清洁，清洁质量较高”。

d3. 长期固定使用和短期更替使用。餐具使用时间在两个月之内的属于短期交替使用；使用时间超过两个月的情况属于长期固定使用。

d4. 严肃压抑、喧闹嘈杂和轻松愉快。严肃压抑，指教师对幼儿进餐严厉要求，整个进餐气氛高度紧张；喧闹嘈杂，指教师对组织幼儿进餐过于松懈，进餐场面比较混乱；轻松愉快，指教师与幼儿相处融洽，幼儿心情愉快。

五、研究创新点

本研究的创新点在于独特的研究视角，主要从三个方面体现：第一、从研究内容来说，以往的研究者主要把“饮食行为”、“进餐行为”作为主要研究内容，而专门针对进餐活动的研究比较少。第二、从进餐活动本身来说，以往的进餐研究大都涵盖了进餐的早中晚餐大部分或全部进餐时段，而专门针对进餐活动某一进餐时段的研究比较少。第三、从研究对象来说，以往的研究较为宽泛，多是对小、中、大班三个年龄段，而专门针对某一年龄阶段幼儿的研究比较少。因此，本研究专门选取幼儿集体用餐的中午时段，深入幼儿园年龄最小的班里，了解保教老师组织午餐活动状况和幼儿午餐进餐状况，通过现状观察分析活动中暴露出的问题及其存在的原因，并提出切实可行的建议。

第一章 小班午餐活动组织现状及对策研究的理论依据

一、《幼儿园教育指导纲要》

2001年7月国家正式颁布的《幼儿园教育指导纲要（试行）》（简称《纲要》），是指导幼儿园教育工作的科学纲领性文件。它总结了近年来我国幼儿教育改革的经验，立足于我国幼儿教育改革的现实，在充分吸纳世界范围内早期教育优秀思想和研究成果的基础上，阐明了幼儿教育的发展目标，力求体现终身教育、全面推进素质教育的思想，倡导尊重幼儿身心发展规律、师幼共同成长等观念。^[45]

《幼儿园教育指导纲要》中明确指出健康教育的四项目标：“1. 身体健康，在集体生活中情绪安定、愉快；2. 生活、卫生习惯良好，有基本的生活自理能力；3. 知道必要的安全保健常识，学会保护自己；4. 喜欢参加体育活动，动作协调、灵活。”^[46]通过四项目标，我们可以了解到幼儿健康教育不仅包括训练幼儿的动作技能，也包括培养幼儿的情感态度，还包括发展幼儿的认知经验。^[47]进餐活动是健康教育的重要组成部分。通过解读《纲要》所阐述的健康教育目标，那么进餐活动目标亦可以归为增进幼儿进餐知识、培养幼儿进餐的情感态度、发展幼儿进餐技能三个方面。

《纲要》强调“密切结合幼儿的生活进行营养教育”，同时“与家长配合，根据幼儿的需要建立科学的生活常规。培养幼儿良好的饮食习惯”。此外，《纲要》强调精神环境的重要性，幼儿教师应“建立良好的师生、同伴关系，让幼儿在集体生活中感到温暖，心情愉快”，只有在充满安全感和信赖感的集体下，才有助于幼儿合理进餐行为习惯的培养。

《纲要》中还提到“既要高度重视和满足幼儿受保护、受照顾的需要，又要尊重和满足他们不断增长的独立要求，避免过度保护和包办代替，鼓励并指导幼儿自理、自立的尝试”。因此，教师在组织进餐活动中把控好对幼儿进餐指导的“尺度”，既不包办代替幼儿进食，也避免对不良进餐行为视而不见。进餐活动过程中教师注重自身教育态度和进餐组织方式，为幼儿良好的进餐营造“安全温馨的心理环境”。

二、幼儿饮食营养教育

幼儿健康成长的物质基础是食物的营养，其重要获取途径便是一日三餐。幼儿的进餐行为不仅受家庭环境的影响，还受食物认知和情感的影响。尤其是对于小班的幼儿，他们对食物的喜爱程度直接影响饮食行为。^[48]幼儿年龄越小，受环境和情绪的影响就越显著。教师在教育过程中可以有意识地利用环境和情绪的积极作用，更好地促进幼儿的发展。

饮食营养教育顺利开展的前提是要确立适宜的教育目标。尽管教育者在确定饮食教育目标时已经考虑到了幼儿身心发展的特点和规律，但在选择教育内容时仍然需要进一步关注幼儿的身心发展。如小班幼儿的饮食营养教育目标“认识各种常见的食物；知道一些简单的营养知识；愿意亲近食物、接纳食物，喜欢吃健康的食物；有良好的饮食行为（如细嚼慢咽，用勺独立进餐等）”^[49]教育目标应全面思考幼儿身体发展的现状、心理发展的特点，正确判断幼儿已有的生活经验和健康习惯。

一旦确立了饮食营养教育的目标，教师要根据目标，落实行动，引导幼儿获得正确的营养知识，培养良好的进餐态度，养成合理的饮食行为。在教育过程中教师要运用生动形象的语言进行介绍，注意饮食营养知识与幼儿生活经验相融合，尽量避免使用那些过于专业的营养学词汇。此外，针对幼儿以形象思维为主的心理特点和借助实际操作获得经验的学习方式，教师可开展形式多样的活动，丰富幼儿的饮食营养知识，培养幼儿对食物的喜爱之情。

三、幼儿健康行为养成层递假说

南师大教授顾荣芳鉴于国内幼儿健康教育理论几乎空白的现状，基于已有健康行为形成理论模式，提出了“幼儿健康行为养成层递假说”。顾荣芳教授认为“幼儿健康教育目标系统由学前儿童获得健康知识、改善健康态度和养成健康行为三部分构成，其中核心目标是幼儿健康行为的确立和保持。”^[50]但是，在实际操作过程中，“对于健康教育的对象、健康行为的执行者学前儿童来说，‘知行相伴，知易行难’（‘知’是以幼儿的认知水平为前提条件）”所以，“行”是当前健康教育领域中最重要、最突出的问题。

幼儿健康行为包括不偏食挑食、进餐习惯良好等在内的饮食健康行为，洗脸、刷牙、按时作息等在内的日常健康行为，还包括保障安全的行为、乐意锻炼身体的行为、保持愉快的行为。幼儿健康行为养成层递假说的模式是：先是“初步健

康认知”阶段，紧接着“好奇与模仿”，接下来“在他人帮助下完成的健康行为”过渡为“健康态度的初步形成”、“自我努力的健康行为”的形成，再发展到“健康态度”的形成，最后成为“自动化的健康行为”的过程。该理论还指出了养成健康行为过程中可能出现的情况：如“拒绝一幼儿本能地拒绝某种健康行为且不接受成人规劝”、“非健康行为的形成，如偏食、不讲卫生等”、“非健康习惯的形成—既直接危害幼儿身心健康，也对建立健康行为制造巨大障碍。”^[51]

此外，该理论具体提出了培养过程中需要注意四个方面：第一、重视成人及同伴的良好示范作用；第二、培养幼儿健康行为习惯要从长远考虑；第三、注重在关爱幼儿的前提下培养幼儿自理、自立等能力；第四、培养健康行为应注重教育的坚持性。^[52]

幼儿健康教育的出发点和归宿都是促进幼儿的健康成长。为了切实促进幼儿的健康成长，教育者必须坚持科学的幼儿健康教育观。在把握幼儿身心发展的现状、特点和规律的基础上，制定教育目标，选择相应的教育内容，采取教育策略。具体来说，在培养幼儿健康饮食行为的过程中，除了掌握正确的营养知识，也要注重给予他们良好的行为示范和及时的鼓励，既不过分强求幼儿的好习惯，也不对那些不健康行为熟视无睹。

第二章 小班午餐活动组织的现状与问题分析

一、餐前、餐后活动类型较为丰富，但活动效果有待提高

（一）餐前活动

教师在幼儿进餐之前组织的旨在让幼儿放松身心、能逐渐平静下来的活动，研究者称之为餐前安静活动或餐前准备活动。一般来说，它是幼儿进餐前十分钟教师开展的调节幼儿情绪的小活动，形式灵活多样。笔者把各样本园开展的所有餐前活动归类，将其分为语言活动、音乐活动、游戏活动和其他活动四类。其中，我们常见的讲故事、念儿歌归为语言活动，游戏活动主要指手指游戏，其他活动则包括提要求、介绍饭菜等占用时间较短的活动。

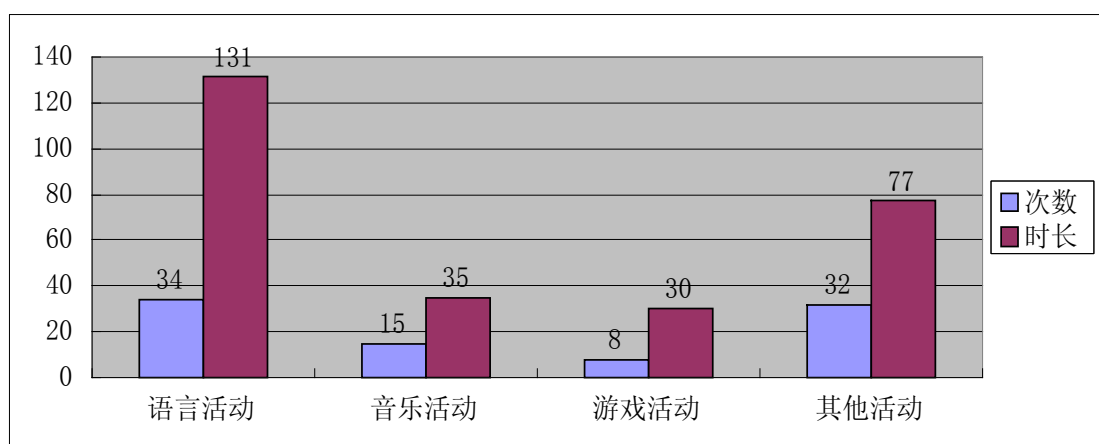


图 2-1 餐前安静活动类型统计图

上图显示的是教师组织餐前活动的各活动类型柱状图，30个样本活动中每出现一种餐前活动，笔者便记录为一次，因此该项目统计不排除一个样本活动中教师运用多个活动类型来组织餐前活动。由图 2-1 我们可以看到，这四种类型的餐前活动教师都有组织和开展，只是教师重视程度和利用频率有所区别。

从活动次数来看，教师运用语言活动的次数最多，累计达 34 次，占餐前活动总数的 38%；教师运用其他活动 32 次，使用次数较多，占活动总数的 36%；音乐活动运用次数较少，是总活动次数的 17%；游戏活动运用次数则最少，仅占活动总数的 9%。由此数据统计可见，虽然餐前活动的形式很多，但在实际活动开展过程中幼儿教师经常反复使用同一两种活动形式，做不到多种活动形式的合理搭配、交替使用。

从活动时长来看，语言活动是教师花费时间较长的活动类型，累计达 131

分钟；包括提要求和介绍饭菜在内的其他活动，虽然单项活动仅耗时一分钟左右，但使用次数较频繁，故累计的活动时长相应增多，有 71 分钟之久；活动时间较短的当属音乐活动以及游戏活动。我们可以看到游戏活动是使用次数最少的，但活动所用时间并不短，平均每个游戏活动用 3 分多钟。从 10 分钟的餐前安静活动的真实开展情况来看，笔者发现有些教师在把控活动时间上有所欠缺，往往会出现活动环节的时间分配不合理，语言表达不是过于精练就是过于冗长。

虽然教师对各类餐前活动的重视程度有所差别，但总体来说餐前活动形式还是比较丰富多样的。若从餐前活动效果来看，教师开展的活动内容对幼儿吸引度不够强，容易使部分幼儿在活动开展中间环节分心，甚至个别幼儿不管教师所说所做，自顾自地玩，也有躁动不安的幼儿，以致活动秩序显得有些混乱。活动秩序的保持离不开纪律的约束，但教师在餐前处理纪律问题，易使幼儿较难保持轻松愉悦的心情，也不利于幼儿食欲的增加。综上所述，尽管部分教师有意识地调整活动内容的呈现形式，但活动效果一般，幼儿参与度和配合度不高。而且教师餐前活动的组织缺乏条理性和计划性，活动开展也比较随意。

案例 2-1

接二连三的游戏

活动室里小三班的幼儿在叽叽喳喳，年轻女教师为了让他们安静下来，组织玩拍手游戏，没过半分钟，几个幼儿开始窃窃私语，教师只是瞪了几眼，继续带着幼儿做游戏。可喧闹声越来越大，拍手的幼儿越来越少。为改善这种局面，教师提出换个木头人的游戏，很多幼儿安静下来接着玩新游戏，可没多久活动室里又开始混乱了。对此，教师提高了嗓音说道：“小朋友们请安静，闭上小嘴巴，不说话，听老师说，我们再玩个游戏”……游戏花样变换了不少，但活动室内的喧闹声依然此起彼伏。

从上述案例我们可以看到，这位年轻教师开展的是餐前安静活动类型中的游戏活动，尽管游戏活动变着花样的开展，但安静活动的安静效果并不明显。教师开展的活动较为随意，也没有考虑幼儿现阶段需要和意愿，这是教师组织餐前活动缺乏条理性和计划性的表现，也凸显出教师组织能力的不足。

（二）餐后活动

教师与所有用餐完毕幼儿共同进行的活动，笔者称为餐后活动，并将其分为

散步活动、语言活动、游戏活动和其他活动四类。其中游戏活动是教师组织的集体趣味游戏活动，比如手指游戏、木头人、开火车等；其他活动指听音乐、看动画片、绘画等运用次数较少的活动。这些餐后活动的开展是必要的，不仅增强幼儿代谢机能、通畅血液，也为他们接下来的午间睡眠奠定基础。

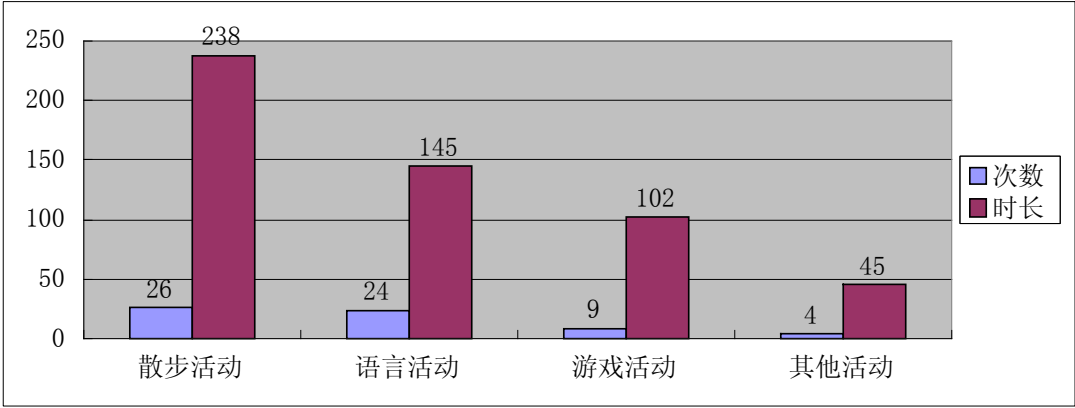


图 2-2 餐后活动的各类型统计图

上图显示的是教师组织餐后活动的各活动类型柱状统计图，同餐前活动的记录方式一样，录像资料中每出现一次不同的餐后活动类型，笔者便将其视为一次并予以记录，所以不排除一次餐后活动有多种活动类型。从活动次数来看，散步活动是教师组织餐后活动里使用频率最高的；其次是使用 24 次的语言活动。笔者观察发现，除了因下雨、刮风、高温等特殊天气情况，教师选择开展散步活动的频率很高，而且多数情况下与语言活动同时开展；游戏活动使用 9 次，开展次数相对较少；而其他活动的开展次数是最少的。此外，从活动时长来看，散步活动亦是 30 个样本活动中用时最多的，累计达 238 分钟；语言活动时长较多，为 145 分钟；再次是用时 102 分的游戏活动；其他活动时长最短，仅 45 分钟。

同餐前活动类似，尽管餐后活动的类型多样，但是活动效果一般，教师对餐后活动中随机教育的时机把控不到位，在引导幼儿放松身心，交流谈话方面做的不够妥当，而且教师开展活动目标不明确也是较为常见的问题。

案例 2-2

散步活动

草莓班的主班老师带领已经排好队的孩子们到户外后，除了叮嘱男女幼儿两队行走时注意‘两手揪尾巴’外，教师边念儿歌，边带幼儿绕圈散步。绕了一圈之后，突然飞来两只嬉戏的蜻蜓，孩子们有的激动大喊：“蜻蜓，快看！”、有的则躲到老师身后，有的上前追赶想抓住蜻蜓……本来有秩序的散步活动，被蜻

蜓扰乱了，老师告诉幼儿蜻蜓也在散步，大家接着排好队散步吧。之后，教师不再提蜻蜓了，依旧带着幼儿边散步边念儿歌。有的幼儿不时地找寻蜻蜓的踪迹，老师则提醒幼儿专心散步，不时地表扬其他专心散步的幼儿。

上述案例里教师没有针对蜻蜓事件向幼儿进一步拓展教育内容，随机教育处理的不妥当。教师未做到充分利用散步特有的开放性和随机性。

二、幼儿用餐技能比较熟练，但不良进餐习惯比较明显

（一）用餐技能

本研究的幼儿用餐技能是指小班幼儿独自使用餐具（主要指勺子）进餐的能力。笔者把幼儿用餐技能分为不熟练、比较熟练、熟练三类。

笔者观察发现，样本园的幼儿有自己使用餐具进餐的能力，可以基本满足自身的进餐需求，其用餐技能属于比较熟练的类型。幼儿除了能较为熟练的进餐外，他们也利用一些技巧以确保自己能够使用勺子吃到饭。比如说，有的幼儿往往会通过使用“扒”饭菜的方式——低下头，嘴巴靠近碗边，用勺子将碗里的食物吃进嘴里。通过“扒”这种方式，幼儿不仅很容易吃着饭，也防止因手部动作不协调而撒饭菜的问题。也许对成人来说幼儿“扒”饭的做法并不高明，但对手部精细动作尚未发展完全的幼儿来说，这样的做法是值得肯定的。

（二）用餐独立性

本研究的用餐独立性是指幼儿在进餐过程中不需要成人帮助，能够自己顺利地吃完一份饭菜。^[53]笔者观察发现，有 76% 的幼儿是能做到自己使用勺子，并且能够独立进食；有 20% 的幼儿能自己使用勺子，但存在被动进餐、教师喂饭的情况（通常是幼儿用餐耗时过长，教师会主动给予较短时间的进餐帮助）；仅 4% 的幼儿做不到自己使用勺子，需要教师较长时间地辅助其进食甚至喂食。

（三）用餐专注性

本研究的用餐专注性是指幼儿在进餐过程中注意力的集中程度。笔者观察发现，很多幼儿并不专心进餐，通常有“边吃边玩”、“东张西望”等现象。比如，有的幼儿边吃饭边摆弄衣服前的装饰品；有的幼儿一手搓撒掉的米粒，一手用勺吃饭；还有的幼儿看到其他同伴吃完饭添汤，在快速吃了一大口饭后，跑去让老师给他添汤等。

笔者通过对活动录像的观察分析发现，有三分之一的幼儿能做到吃饭认真、

不东张西望或边吃边玩；约超过三分之一的幼儿表现为进餐过程中偶尔东张西望或边吃边玩，需要成人提醒；经常边吃边玩或东张西望的幼儿人数还占不到样本总人数的三分之一。综上所述，表现出分心行为的幼儿约占总幼儿的三分之二，并且有不少玩食物、发呆、东张西望、交头接耳说悄悄话等不专心行为。

（四）用餐时间

据笔者对样本的不完全统计（因本研究视频资料拍摄角度的局限性，部分幼儿的进餐结束时间记录不太完整），约有 8% 的幼儿用餐时间小于 20 分钟；有 85% 的幼儿用餐时间在 20 到 30 分钟之内；7% 的幼儿进餐时间花费 30 分钟以上。

观察发现，多数幼儿在用餐过程中有磨叽、进餐速度慢的现象。用餐时间在 20 到 30 分钟的幼儿经常出现进餐前半段松散后半段紧张的状况。进餐前半段松散的原因是幼儿在刚开始进餐时注意力不集中、不专心吃饭，要么东张西望，要么边吃边玩；后半段进餐紧张是因为幼儿意识到不少同伴进餐完毕，心中不免着急，于是快速完成进餐。可见，幼儿在用餐过程中，前后时段的进餐速度不均衡。

三、重视进餐的引导作用，但教师引导方式需进一步合理化

教师对幼儿的指导有两种途径：言传和身教。通过语言对幼儿进行引导和教育的是“言传”；通过示范、演示等有目的行为对幼儿进行引导的是“身教”。幼儿园进餐活动中多以语言引导为主，行为引导伴随语言引导进行的。

（一）正向引导方式

所谓正向引导方式是指教师指导幼儿用餐，并对幼儿养成良好的进餐习惯有促进作用的教育方式。教师的正向引导包括提醒幼儿独立用餐、提醒幼儿专心用餐、提醒幼儿细嚼慢咽以及提醒和纠正幼儿不良进餐行为（挑食偏食和用手抓饭的行为）。

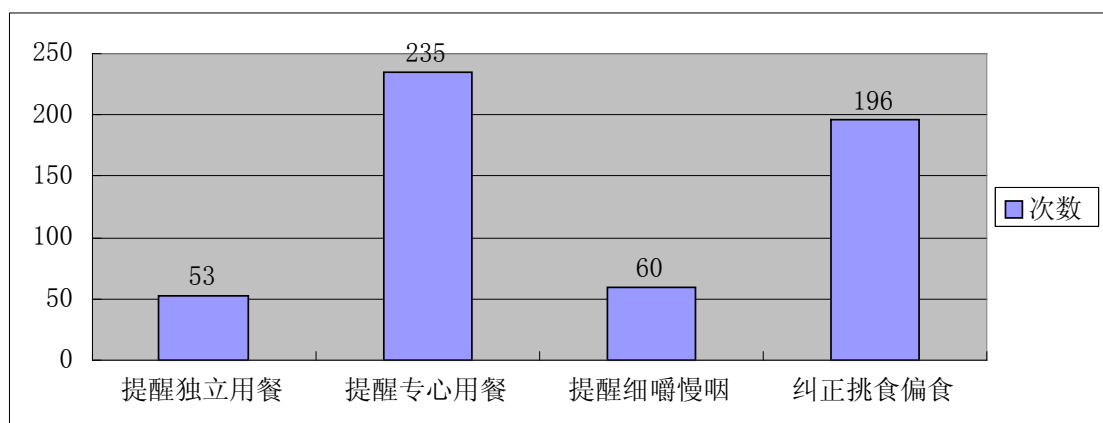


图 2-3 教师正向引导幼儿用餐的统计图

上图显示的是教师正向引导幼儿用餐的柱状统计图。我们可以看到，教师提醒幼儿专心用餐的次数最多，235次，占正向引导总数的43%；教师提醒或纠正幼儿挑食偏食等不良行为的引导有196次，占引导总数的36%；教师提醒幼儿细嚼慢咽和提醒独立用餐的引导次数相差不多，分别占教师正向引导总数的9%和11%。可见，相较于引导幼儿专心用餐和纠正挑食偏食来说，教师在提醒独立用餐和提醒细嚼慢咽的引导行为上，使用率较低，重视程度亟待提高。

（二）负向引导方式

所谓负向引导方式是指教师为幼儿进餐提供不恰当的教育指导。它主要包括催促用餐和强制多食两类，其中强迫多食还包括教师给幼儿喂食的情况。

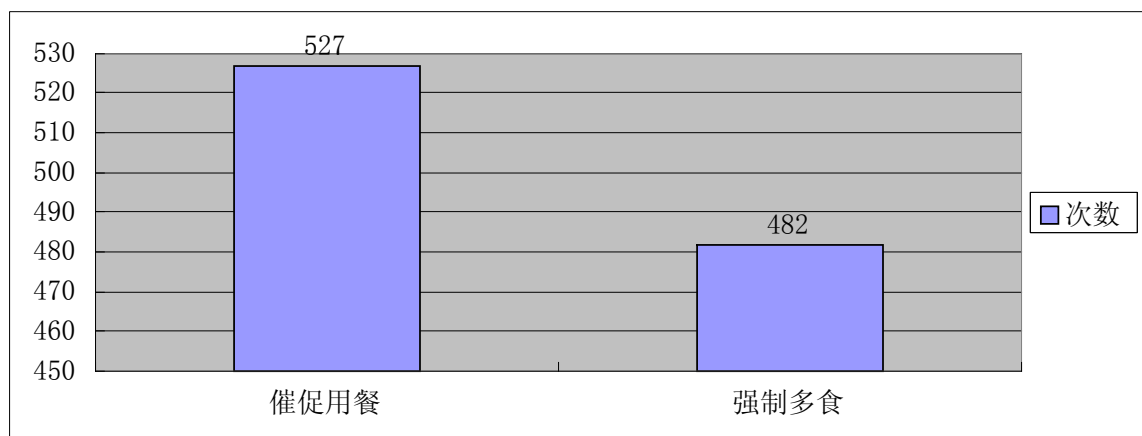


图 2-4 教师负向引导幼儿用餐的统计图

从上图中我们可以看到，教师催促幼儿用餐的次数高达527次；强迫幼儿用餐的次数是482次，其中包含162次教师辅助幼儿并给予喂食的情况。

案例 2-3

看谁吃得快

小二班的保育老师边分发饭菜，边说：“老师要看看，今天哪个小朋友吃得又快又干净！”；没过多久，主班老师说：“谁第一个先吃完，下午放学我就发给谁一朵小红花，好不好？”全体幼儿齐声应答：“好。”有的幼儿很乖，大口大口地吃着饭；有的幼儿自顾嬉戏，没有专心吃饭，老师直接站他面前提醒道：“小强，快点儿！快点大口大口吃。”期间教师又催促了几个吃饭动作慢的孩子。

案例 2-4

吃完才是好孩子

草莓班里很多幼儿已经用餐完毕了，但是仍有个别幼儿还没吃完：要么看着碗里的饭菜发呆，要么慢吞吞地一勺勺吃……为了让孩子们多吃些、不浪费，主班教师就连哄带吓地说道：“只有把饭吃完的小朋友才是好孩子。”、“不剩饭不浪费粮食”“饭菜全部要吃光”……之后，孩子们都把饭吃完了。

分析：在第一个案例中，保教老师们不断地用不同的语句向幼儿传达同一项指令——“孩子们，快点吃饭”。本该是一场很轻松、很惬意的进餐事件，经老师们这样的善意提醒，使幼儿将“快速吃饭”视为进餐目标，使进餐带有特殊的目的性，也使得原本愉快的进餐顿时变得严肃起来。而且对有些进餐速度慢的幼儿来说，进餐逐渐变成了一件痛苦的事情，让他们身心备受煎熬，对身心健康发展产生负面影响。另外，教师要求幼儿们“大口大口吃”的饮食方法具有一定的误导性。幼儿倾向于将教师所说的话视为金科玉律，这样使得幼儿潜移默化地认为大口大口吃就是正确的进食方法，而小口小口吃是被不允许的，是错误的。第二个案例中，所有的幼儿把饭菜都吃完了，午餐看似进行得很顺利。但是，进餐过程中教师采取哄骗、警告、威胁的方式，强迫幼儿吃对那些他们来说很难吃或不乐意吃的食物。我们要知道，强迫幼儿进食在无形之中给幼儿造成进食压力，增加其不安和焦虑。所以，教师不停地催促、强迫幼儿进餐，易使幼儿出现紧张、厌恶的情绪，也容易导致厌食、畏食等不良习惯。

案例 2-5

算了，还是老师喂你吧

小三班的孩子们都已经开始吃饭了，只有亮亮在围着活动室转悠，主班老师规劝了几句也不起什么作用，副班老师拿起亮亮的小碗，搬着小椅子就朝他走去：

“来，乖孩子，老师喂你吃。”主班老师边嘱咐孩子们快吃，边走到慢悠悠吃饭的宁宁身边，拿起盛了很多饭的勺子就朝宁宁嘴里喂去，喂了两三下，看宁宁碗里剩一点才转向继续去喂别的幼儿。丁丁由于小手不灵活，勺子用得有些费力，饭粒撒得也不少，老师过来对丁丁说：“算了，又把饭吃成这样啊，还是让老师喂你吧。”

从上述案例中可以看出，教师为进餐动作慢的幼儿提供喂食帮助的次数较多，一方面帮助了那些吃饭困难、进餐缓慢的幼儿，避免他们进食过冷的饭伤及肠胃；另一方面便于教师下阶段工作的顺利开展。但是，给幼儿喂饭也在一定程度上剥夺了幼儿自我锻炼、自我服务的机会。长此以往，这样会限制幼儿的主体性发展，使他们容易从心理上变得胆怯、退缩。所以，教师的进餐引导不仅要从身体健康考虑，更要从心理健康的层面予以重视。

不管使用哪种引导方式，教师必须都要借助于语言这个媒介对幼儿进行合理或不合理的进餐指导。考虑到语言表达的重要性，笔者在此处对教师引导用餐语言加以分析。本研究中的用餐引导语指教师在幼儿用餐过程中借助语言表述对幼儿用餐状态进行指导。笔者将引导语按功能分为陈述型、指令型和评断型；按教师言语的感情色彩分为积极、消极和中性。对进餐引导语的具体分析如下：

（1）陈述型引导语、指令型引导语和评断型引导语。陈述型指教师为了向幼儿传授某种知识、技能，帮助其达到一定教育目标所使用的言语，^[54]比如“大家要把骨头放到面前的餐盘里”、“小朋友要细细嚼慢慢咽”等；指令型指教师用带有命令的口吻改变或是强化幼儿某种行为时所使用的言语，比如“不许说话！”、“快吃饭！”等；评断型指教师对幼儿某些行为做出的好与坏、对与错的言语评判，包括表扬和批评；^[55]比如“这么快吃完了，真棒！”、“你怎么不拖住碗吃，看把饭撒了这么多”。

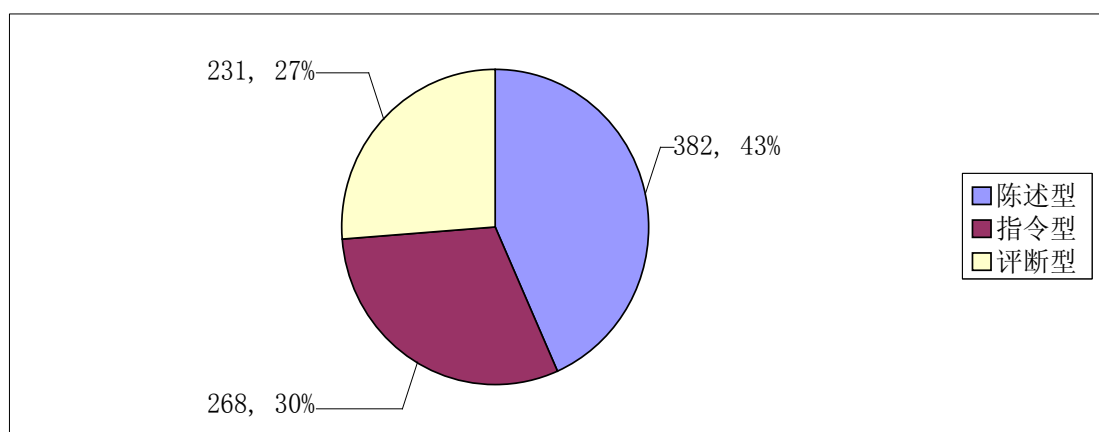


图 2-5 教师用餐引导语统计图 (1)

从图 2-5 我们可以看出，陈述型引导语教师使用最多，有 382 次，占用餐引导语总数的 43%；其次是指令型引导语使用较多，累计 268 次；评断型引导使用 219 次，其中表扬 95 次，批评 124 次。

(2) 积极引导语、消极引导语和中性引导语。积极引导语指教师言语中表现出对幼儿和蔼、亲切、喜爱、接纳的态度，比如表扬、安慰、鼓励；^[56] 消极引导语是指教师言语中流露出对幼儿的不满，言语犀利，音调升高，比如批评、诘问、命令、警告；中性引导语是指教师所表达语言的情感色彩介于积极和消极之间，比如讲述、提问。^[57]

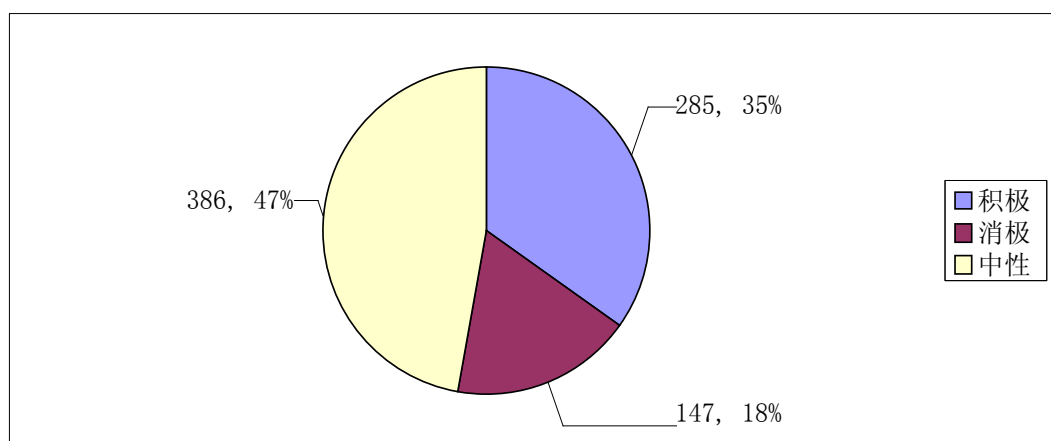


图 2-6 教师用餐引导语统计图 (2)

由上图可以看出，教师使用中性引导语的频次较多，占用餐引导语总数 47%；其次是积极引导语，使用 285 次，占总数 35%；消极引导语使用频次相对较少，仅 147 次，是引导语总数的 18%。

从引导语运用目的来看，教师倾向于对幼儿的进餐行为进行控制。一般来说，教师运用引导语是用来促进和培养幼儿良好的用餐习惯的，但研究中发现，教师

常把对幼儿的表扬和夸奖作为控制幼儿乖乖进餐的一种手段。通常情况下，教师为维持进餐秩序，会制定一些进餐规则，但规则多以成人的视角制定的，多与幼儿的年龄特征不相符，如进餐时要求幼儿按教师指定座位乖乖地坐好，发出“小脚并并齐，小手背背后，眼睛看老师”等指令，若有幼儿未按指令做相应动作，教师就会点名批评，往往这些引导语就存在明显的控制幼儿行为的倾向，值得幼教工作者及家长反思。

四、较为重视进餐物质环境，但忽视精神环境营造

幼儿园进餐环境是由幼儿进餐物质环境和进餐精神环境两方面共同构成的有机整体。

（一）进餐物质环境

在本研究中，幼儿园进餐物质环境良好与否是以卫生清洁状况为主要判断依据，主要包括教师个人卫生、幼儿个人卫生、用餐活动室卫生、餐具及相关物品卫生的清洁状况。笔者对进餐物质环境的具体分析如下：

（1）个人卫生清洁情况

1. 教师个人卫生情况

本研究主要从教师手部卫生的清洁程度（即洗手现象）来衡量教师在组织幼儿进餐活动中教师个人的卫生情况。笔者将教师个人手部的卫生情况分为未清洁、简单清洁和严格清洁这三个维度。其中，未清洁是指教师在组织幼儿进餐前没有清洁手部；简单清洁是指在组织幼儿进餐前教师没有按照五步洗手法的标准清洗手部，只是形式上简单的揉搓，其清洁质量不高；严格清洁是指教师组织进餐前严格按照五步洗手法对手部进行清洁，清洗质量较高。

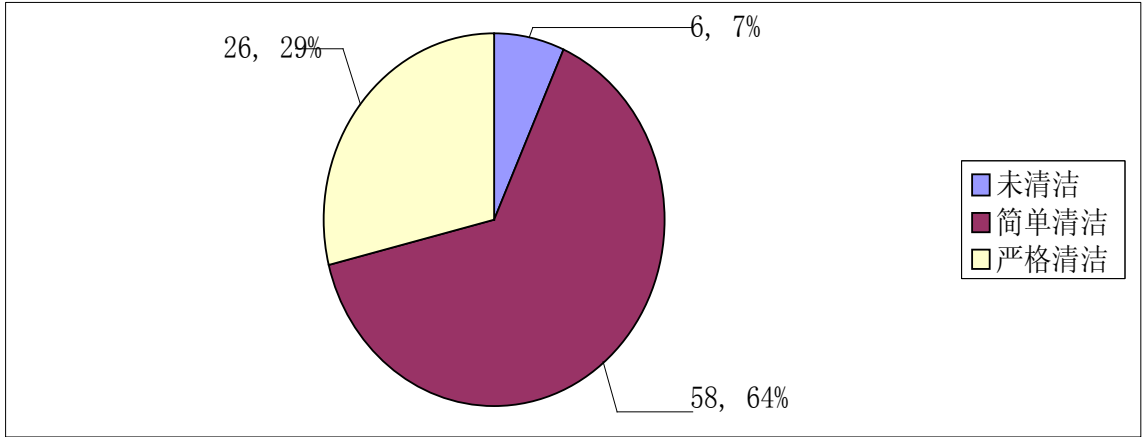


图 2-7 餐前教师个人手部卫生情况统计图

上图显示的是 30 个活动样本里 90 名教师（注：笔者对 30 名教师共进行了 3 次观察）的个人手部卫生情况统计图，从图中我们可以看到，简单清洁占到大多数，为总量的 64%，这些教师知道洗手的重要性，也做到了清洁手部，但清洁质量良莠不齐，如有的教师仅用清水冲了两三下，甩甩手就盛饭，有的教师虽擦了香皂，但双手来回揉搓几秒就冲洗手了；仅有 29% 的教师做到了对手部进行严格清洁；本研究样本中仍存在教师手部未清洁的情况，占总量的 7%，这些教师餐前未对个人手部进行清洁就直接接触幼儿餐具及餐食。总的来说，有 71% 的教师对手部清洁工作没有做到位，对个人卫生情况的认知存有偏差。我们可想而知，仅从手部卫生来说，教师自身对卫生清洁的重视程度并不高，那么窥一斑而知全貌，教师个人其他方面的卫生情况自然亦不太乐观。

2. 幼儿个人卫生情况

同教师个人卫生情况类似，笔者从幼儿手部的卫生清洁情况出发对幼儿用餐活动卫生情况进行探讨。由于本研究的视频资料拍摄角度有限，约有 10% 的幼儿手部清洗细节的图像不完整，所以笔者只进行了粗略的估计，即 30 个活动样本中约有 70% 的幼儿能做到擦香皂，认真反复搓洗小手各部位，基本上按照五步洗手法清洗手部；约有 20% 的幼儿擦了香皂，顺势搓几下手便冲洗；约有 10% 的幼儿趁老师没注意未擦香皂，只用清水冲手。

（2）餐室卫生清洁情况

本研究主要从餐桌桌面和餐室地面两方面衡量餐室卫生清洁情况。笔者将餐室卫生情况划分为未清洁、清洁未消毒、消毒清洁三个维度。此外，又将餐前和餐后两个时间段作为研究卫生情况的切入点，对餐前和餐后两部分的清洁数据资料进行归类统计。首先我们看下餐桌桌面的清洁状况。

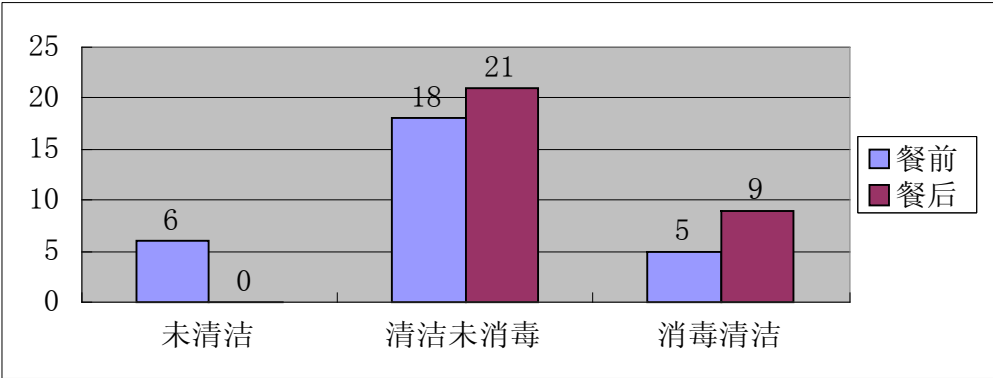


图 2-8 用餐活动室的餐桌桌面清洁状况统计图

上图显示的是用餐活动室的餐桌桌面清洁柱状图。结合图 2-2 的内容我们可以发现，样本中有 6 个活动班级未做到餐前清洁餐桌桌面，有 18 个班级做到在餐前对餐桌桌面进行清洁但未做消毒工作，仅有 5 个活动班级能做到餐前对桌面进行清洁并消毒。至于餐后的用餐活动室，没有出现也不可能出现餐桌桌面未清洁的状况，而样本中有 21 个活动班级在餐后对桌面进行清洁却未做消毒处理，这类情况占活动总数的 70%；在餐后做到对桌面进行清洁并且消毒的有 9 个活动班级。可以说，对于餐桌桌面的卫生，教师单纯重视表面清洁，轻视二次消毒。

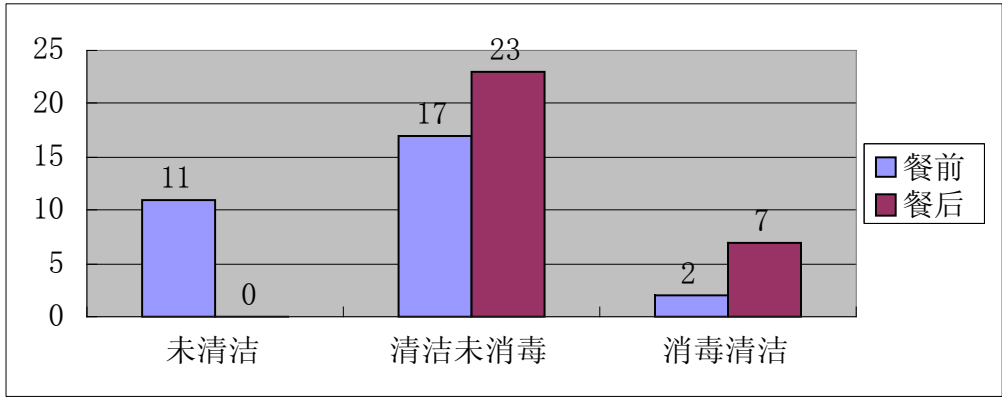


图 2-9 用餐活动室的餐室地面清洁状况统计图

上图中显示，餐前的餐室地面未清洁的班级，占总数的 37%；清洁未消毒的活动班级有 17 个，占总数的 57%；仅有 2 个活动做到对餐室地面进行清洁并消毒。我们再来看下幼儿进餐之后餐室地面的清洁情况，有 23 个活动班级做到了清洁但未消毒，占比例较大，是活动总数的 77%；只有 7 个班级做到对餐室地面进行清洁和消毒，是总数的 23%。由以上的统计数据可知，教师餐后清洁程度优于餐前；餐后全体教师做到了清洁，但大多数教师做不到用消毒水进行彻底消毒。餐前有个别教师连基本的清洁工作都没做到位，更不用说用消毒水进行二次消毒了。可见，同餐前卫生相比，教师更重视餐后桌面、地面的卫生清洁。

(3) 其他情况

1. 用餐空间情况

笔者走访的公立和私立幼儿园中，有一所私立幼儿园因园所空间的限制，其中有两个小班的用餐室是属于活动室兼作睡眠室三室合一型。其他三所幼儿园里的用餐室均与活动室兼用，属于二室合一的情况，而幼儿园提供独立餐室的情况笔者未曾看到。

2. 餐具配备及使用情况

①餐具配备

各幼儿园在餐具配备是否齐全方面，可谓是良莠不齐。据研究者了解，四所样本园中，有两所公立园和一所私立园是配备有饭碗、汤碗、餐盘、勺子和筷子这些餐具的，另外一所私立园仅提供饭碗、菜盘、勺子。实际观察发现，即使各班为每位幼儿都配有餐盘汤碗等餐具，但教师并不经常让幼儿使用。多数情况下，教师会把饭和菜盛到同一个碗里，幼儿则人手一碗一勺埋头吃饭，有时候教师会给每桌提供一个餐盘，让幼儿放置骨头等残食。

②餐具使用

笔者将餐具使用分为长期固定使用和短期更替使用两类。各班的餐具使用时间在两个月以内视为短期，使用时间在两个月及以上则视为长期。笔者观察发现，四个样本园的餐具使用属于长期使用，幼儿使用期间未曾更换过。据笔者了解，使用餐具后的清洁消毒工作，各班均能做到餐具使用一次，清洗消毒一次，并及时放置于清洁的柜内保洁，防止再污染，有相应记录。

（二）进餐精神环境

幼儿园进餐精神环境亦称幼儿园进餐心理环境，指的是保教人员在幼儿进餐前和进餐过程中，努力营造对幼儿身心发展起促进作用的进餐环境。创设轻松愉快的进餐气氛是考量幼儿园进餐精神环境良好与否的重要指标。笔者把教师营造的进餐氛围分为严肃压抑、喧闹嘈杂和轻松愉快三类。其中，严肃压抑的进餐氛围是指幼儿在进餐前和进餐过程中，教师对幼儿进餐秩序要求严格、苛刻，整个进餐气氛高度紧张。喧闹嘈杂的进餐气氛是指教师过于松懈或无纪律的组织方式导致进餐散漫、混乱；轻松愉快的进餐气氛是指教师与幼儿相处融洽，让幼儿在心情愉快的状态下享受美食带来的乐趣。

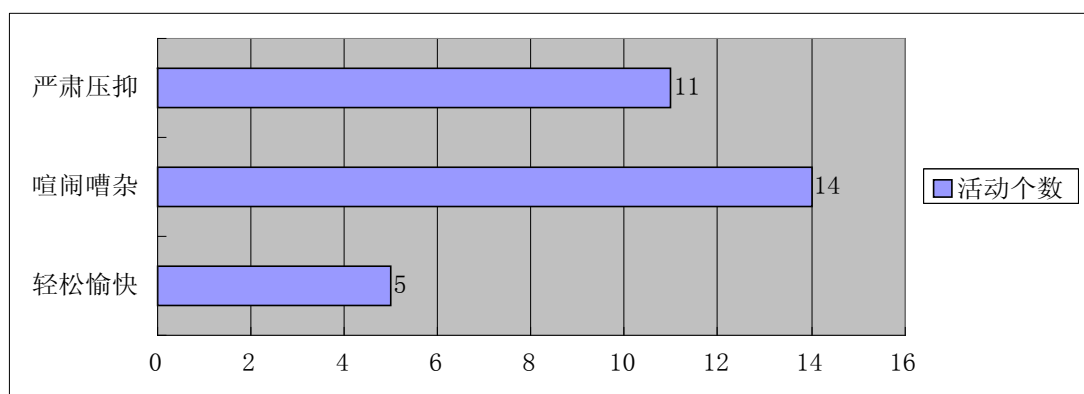


图 2-10 进餐氛围营造类型统计图

从上图中可以看出，在搜集到的 30 个样本活动中，进餐氛围为喧闹嘈杂类型的数量最多，占活动总数的 47%；严肃压抑次之，有 11 个活动，占总数的 37%；而轻松愉快类型的进餐气氛数量最少，仅 5 个，是活动总数的 16%。下面我们结合案例来看一下幼儿进餐精神环境的具体情况。

案例 2-6

餐前批斗会

距离开饭还有十分钟，小三班老师利用这段时间给小朋友们讲故事。当多数小朋友逐渐安静时，老师开始讲故事了。由于小朋友眼睛没有看老师或者少部分幼儿和周围同伴说话，老师便开始训话：“我发现今天小朋友很不听话，乱糟糟的。”又对一个男生厉声说：“XX，你还在讲话！把小嘴巴闭上”那个幼儿怯生生地看了眼老师，迅速耷拉下脑袋，显得有些紧张和害怕。老师气愤继续大声说：“谁再说话，老师就不给你们讲故事了。”

教师组织的餐前安静活动，由于幼儿没兴趣听下去，谁料想，演变成了餐前批斗会。教师往往注重幼儿进餐的卫生消毒等情况，却忽略了幼儿餐前及用餐过程中的精神状态。教师随意呵斥幼儿，让幼儿心情处于高压之下，是极其不合适的做法。

案例 2-7

吃饭不说话

正式用餐前，老师向全体小三班的小朋友们反复说明用餐规则，还编有朗朗上口的顺口溜让幼儿记于心间：‘吃饭不说话，说话不吃饭。’用餐伊始，幼儿们都乖乖地一手扶碗，一手用勺，很安静地用餐。没过两分钟，有的幼儿坐不住了，和旁边幼儿窃窃私语，教师见状说：“你们都忘记了吗？吃饭不说话，说话不吃饭。”、“现在小嘴巴是用来吃饭的，不是用来讲话的。”、“听到没，再说不许吃饭了。”原本坐在角落里的主班老师说完，起身绕教室边踱步边说“哪发出的声音？”然后又对着 XX 说道：“XX，不许说话，快吃。”没过多久，副班老师对所有幼儿说：“吃饭保持安静才是最棒的小朋友。”“老师们就喜欢吃饭不说话的小朋友。”

上述案例中的教师对进餐的纪律要求很严格，不允许小朋友们吃饭发出说话的声音，而且我们在很多幼儿园都能看到这个普遍的现象——杜绝幼儿吃饭时说

话和交谈。但从幼儿进餐时心理健康的角度考虑,吃饭时不允许说话会对幼儿的情绪、人际关系、个性培养等方面都会带来负面影响。进餐时限制幼儿说话实际上是对幼儿信任感和自尊感的剥夺,造成幼儿缺乏适应生活的主动性。

从进餐过程看,虽然在教师的一再提醒下教室里有片刻的安静,但许多幼儿也并没有像教师所期望的那样专心就餐,有的幼儿在东张西望或者做小动作,如玩筷子勺子或拨一粒米粒看看或发呆。从进餐结果来看,虽然教师规定了幼儿“吃饭不说话”的要求,但还有少量因进餐速度慢而未按时进餐完毕的幼儿。

第三章 小班午餐活动组织存在问题的影响因素分析

通过对以上问题的归纳总结，我们可以从主客观两方面对这些问题出现的原因进行分析：

一、外在环境客观因素

（一）幼儿方面

1. 幼儿好动且注意力不稳定，影响幼儿进餐的专注程度。相较于中大班幼儿，处于 3-4 岁的小班幼儿情感比较丰富、注意力不稳定，所以他们做不到对某事物的持续关注。此外，幼儿受同伴行为状态的影响，导致他们不专心进餐。除了受同伴的影响外，容易被成人的行为所吸引也会影响幼儿的进餐专注度。总之，相较于中大班幼儿来说，小班幼儿更容易受其他人、事、物的干扰。

2. 幼儿模仿同伴及成人的不良行为，导致幼儿养成不合理的进餐习惯。小班幼儿的重要学习方式是模仿，他们通过模仿习得的行为，与模仿的参照对象有直接关系。通常情况下，幼儿发现同伴或身边的成人不愿意吃某种食物之后，他们会好奇地试着模仿，学着拒绝吃那些别人排斥或厌恶的食物，长期如此，也便养成了不良的进餐习惯。

3. 幼儿原有的饮食习惯，影响他们在园时的进餐状况。刚步入幼儿园不久的小班幼儿，他们来自饮食文化迥异的家庭，可能会受家长饮食习惯的影响。比如说，有的幼儿只喜欢吃蔬菜不肯吃肉，有的幼儿愿意多吃肉讨厌多吃菜，有的幼儿要么就是只吃菜不吃主食，要么就是吃完主食再吃菜，有的幼儿要么就是只吃米饭菜不喝汤，要么就是只想喝汤不吃米饭菜，还有的幼儿边吃边玩等饮食习惯。这些在家中养成的不良习惯直接影响幼儿之后的用餐状态，也给教师培养幼儿合理的用餐习惯增添阻力。

4. 幼儿的进餐行为表现，与他们的气质特点有关。气质，是幼儿个性形成和发展的基础，幼儿的气质类型不一样，其进餐行为的表现也各不相同。笔者查阅文献资料，得知一些医学和教育方面的学者证实了幼儿的气质与进餐行为之间有一定的关系。也有研究指出“易养型幼儿进餐速度快，专注性好；难养型幼儿存在挑食偏食行为、进餐速度慢、进餐专注性差；中间型幼儿饮食行为表现不尽相同”，^[42]这些观点都表明了幼儿与生俱来的气质和他们进餐行为表现是存在某

种相关性的。

（二）幼儿家庭方面

1. 家庭成员内部的饮食观念不一致，影响幼儿合理进餐行为习惯的养成。从幼儿的家庭状况来看，祖辈照看孩子情形比较常见，可能是幼儿家长工作繁忙，顾不上自己照看而托付给祖辈。祖辈带养孩子都是比较溺爱、护短，导致父母在教育孩子进餐方面常常受到祖辈的干扰，使得科学的进餐措施不容易开展，收效甚微。此外，在对子女饮食行为的要求上，父母双方存在着不一致的现象，使得幼儿在养成饮食习惯的路上，不是“三天打鱼”，就是“两天晒网”，缺乏来自家庭内部的一致性要求，导致幼儿良好的进餐行为难以保持。

2. 家长的饮食教育方法有偏差，导致幼儿不合理的进餐行为习惯比较明显。家长是幼儿最熟悉也是关系最密切的人，同样也对幼儿付出了很多爱与关怀。然而，并不是所有的爱与关怀都是正确的、合理的，有的家长过分溺爱孩子，生怕孩子吃的少，让孩子边看电视边吃饭，久而久之，形成了一顿饭要吃很长时间的习惯。有的家长对幼儿的饮食结构不加以限制；还有的家长在非进餐时间让幼儿吃各种零食，渐渐形成不规律进餐和乱吃零食的不良习惯。

3. 家长与幼儿园的配合度不够，导致家园用餐习惯的教育不统一。很多家长只关注幼儿在园吃饭的饥饱程度和餐食的营养程度，并不怎么关心幼儿在幼儿园具体学会了哪些比较好的生活习惯和学习习惯；此外，家长对幼儿园开展的进餐教育活动配合不积极，甚至完全不配合，使幼儿园在生活常规培养方面，尤其是用餐习惯方面，不能顺利地延续到幼儿的家里，家园教育不统一。

（三）幼儿园方面

1. 幼儿园对餐点的食物搭配和餐具配备的重视程度不够高，直接影响幼儿进餐的积极性。有的厨师未进行过相关的培训，在食物形状和色泽方面搭配不合理，吸引不了幼儿的眼球；有的厨师不了解幼儿的饮食偏好和口味，总是按照成人的标准进行烹饪，导致幼儿的进餐兴趣不高，可能会在进餐过程中分心做其他的事。同样，在餐具配备方面，幼儿园应该注意通过变换餐具样式，吸引幼儿的注意力，即使无法保证他们多数情况下的进餐专注度，至少也可以一定程度上减少幼儿注意力分散发生的次数。

2. 幼儿园对保教老师的监督和管理做得不够严格。幼儿园对考核幼儿教师教学质量，尤其是生活常规方面，并不是很严格。幼儿园内部缺乏相关的监督制度，

也没有统一的评估制度，所以幼儿园管理者不能及时、有效地察觉教师不适当的进餐教育行为，以致于某些潜在的不良教育行为影响幼儿的身心发展。

（四）社会文化方面

1. “专属”幼儿的用餐观念。常言道：食不言。成人要求幼儿用餐过程中不许说话，可是反观成人的用餐状态——常常饭桌上侃侃而谈，甚至在饭桌上决定一些重要的事。边吃边聊是社会的普遍现象，即使是幼儿教师用餐也经常在一起交谈，他们通常做不到把要求幼儿做到的‘食不言’的规矩应用于自身。^[58]可见，“吃饭不说话”的用餐观念仅限应用于幼儿身上，是专属于幼儿群体的，对用餐过程中高谈阔论的成人，“食不言”的约束是无效的。

2. 社会风俗习惯影响着幼儿的饮食习惯。社会在发展，时代在进步，日益增多的快餐店，随处可见的美味零食，以及眼花缭乱的食品广告，无不在引诱幼儿的食欲。不少幼儿存在饮食误区，把零食视为正餐食物，影响幼儿正常食欲，甚至危害身体健康。

二、教师自身主观因素

1. 教师的性格特征影响其对幼儿的态度。气质性格是教师个人具有的稳定心理特征和行为模式，教师的言谈举止常受到其个性特征的影响。笔者同教师访谈中发现，她们都认为教师拥有良好的性格特征是非常重要的。教师有好的性格除了“面对园内琐碎的工作更有耐心，而不是懈怠抱怨”、还有她们“不会轻易责备孩子”、“要是碰到不听话的顶多就装作生气样子批评几下而已。”个性随和的教师通常对幼儿语调轻柔地交谈，可能更多地表现出亲切、和蔼的态度。若进餐幼儿与同伴交头接耳，教师会低声说“嘘，孩子们安静点哦，我们先把饭吃完再一起开心地玩好吗”。而脾气秉性直爽的教师，语调略显生硬。若看到未按要求坐好的幼儿，这类教师可能会踢下凳子以提醒其端正坐姿，碰到边吃饭边聊天的幼儿，她们可能会做出批评、指责幼儿“再说就出去吃”之类的举动。

2. 教师的用餐活动观念有偏差。部分教师把用餐活动看作是满足幼儿吃饭、获取营养的生理需要，却忽视了进餐过程中的教育因素。教师存在用餐活动是简单保育活动的思想误区。访谈中发现，部分教师不重视用餐活动，认为组织用餐活动就是引导幼儿把碗里的饭菜吃进肚子里，“看着孩子们吃饭，提醒他们别说话，快点把饭吃完，吃到饱就行”。可见，教师的用餐教育观念是有偏差的。这

样极易导致用餐活动重进餐结果轻习惯培养,教师没有重点关注幼儿良好的进餐习惯在幼儿能力近期发展以及长远发展中的重要价值和作用。

此外,由于幼儿用餐速度不均衡,教师不仅要注意到正在用餐幼儿,而且要顾及到用餐完毕的幼儿,但大多数教师往往会疏于对餐毕幼儿的照顾。之所以这样是因为有的教师觉得“相较于餐毕幼儿,给予正在进餐幼儿更多关注,是为了让他们更快地结束进餐”,这样教师才能顺利进入下个工作环节。也有的认为“教师人手不够,一到孩子们吃饭就有些照顾不过来”。他们表示部分用餐幼儿都照顾不周全,更没有时间和精力去管那些餐毕的幼儿了。还有的教师对待部分餐毕的幼儿时多数是不管不问,而不管不问的结果往往是这部分餐毕幼儿会在餐室里四处玩闹。只有教师关注了进餐活动的所有方面,才能称之为做到了尊重幼儿的进餐活动。

3. 教师的儿童观有偏差。访谈中发现,教师对进餐能力较弱的幼儿能给予悉心引导,不会对幼儿行为进行严格要求;若是进餐能力较强的幼儿出现不当进餐行为时,教师倾向于简单粗暴地解决此问题。教师通常会把各幼儿按乖巧听话程度大体归类,区别对待。我们发现,教师更容易谅解那些教师眼中出现行为偏差的“好孩子”,而那些被教师定性为“调皮捣蛋”、“不听话”的幼儿,要承受教师的诘问和批评。

4. 许多教师是为了多快好省的完成工作任务。有些教师为了节省时间,往往一次性地给幼儿盛很多的饭菜;有些教师担心不能顺利地展开下阶段的工作,往往会不间断地催促幼儿进食;有些教师为了维持好用餐纪律,常常是对“别说话,快吃饭”的硬性规矩强调过多。

5. 教师对用餐活动的反思能力不足。赞科夫曾说:“没有个人的思考,没有对自己经验的寻根究底精神,提高教师水平是不可思议的。”^[59]很多教师表示他们有反思意识和反思能力,但常常集中于教学活动方面的反思,极少反思用餐活动。教师用餐活动反思能力的缺失,与教师轻视用餐活动息息相关,教师的教育观念上并没有重视用餐活动,又怎会定期针对用餐活动进行反思。

第四章 小班午餐活动组织的对策思考

一、充分利用各种活动形式，统筹安排活动内容

从整个进餐活动的组织来看，教师对幼儿正式进餐环节，给予很高的重视，进餐环节是整个进餐活动的主要部分，教师对其重视度高也无可非议。但部分教师对组织餐前、餐后活动的重视程度不高。虽然餐前、餐后活动所用时间不长，但有利于幼儿下个阶段活动的顺利开展。从进餐活动内容看来，幼儿园餐前活动主要是以儿歌、故事等语言活动为主，餐后活动主要以散步活动为主，在这些活动中进餐习惯和进餐行为养成教育所占的分量不多。幼儿园用餐活动的组织应以《纲要》为指导方针，调整当前餐前、餐后活动主题设置，调整进餐各个环节的呈现形式，优化活动时长、逐步实现活动效果最佳化。具体来说，有以下三点想法：

1. 扩展进餐教育内容，增加进餐教育的趣味性。在幼儿进餐行为习惯养成教育中，除了随机教育外，应适当添加主题活动，内容上也应加以扩充，如饮食营养、卫生清洁等内容，开展多形式、多主题的养成教育活动，帮助幼儿建立良好的进餐习惯，比如借助语言故事的魅力来增进幼儿的进餐需求，让幼儿在注意力集中时间较短的情况下获得最佳的倾听效果。

2. 变换多种活动形式，合理分配活动时间。笔者在上文曾提到，餐前活动和餐后活动的开展形式有多种多样，若教师以利己之心反复使用同一种活动形式，是不可取的。就拿语言活动、音乐活动、游戏活动和其他活动等餐前开展的活动形式来说，教师要做到时常变换活动开展的形式，让幼儿每次都有新发现和新乐趣。此外，活动时间能合理分配，教师除了要做到对其开展的活动内容心中有数外，还要注意提升教师的语言表达水平，做到既不冗长无趣，又不简单无序。

3. 讲究活动开展方法，实现活动效果最佳化。我们知道，幼儿进餐活动是隶属于健康教育领域，教师注意进餐教育与其他领域如语言、艺术、社会等有机渗透，与多种载体如音乐、故事、游戏等相结合，传授给幼儿知识时注意教育契机的把握。通过生动有趣的进餐活动形式，提高幼儿参与的积极性，寓教于乐也使得知识掌握扎实，比起简单的说教、要求、不断地禁止、纠正，形式多样的主题活动更加容易让幼儿理解和接受，从而促进幼儿养成良好的进餐行为和习惯。

二、家园合作，重视幼儿进餐习惯的培养

《幼儿园教育指导纲要(试行)》中指出：“幼儿园应与家庭、社区密切合作，与小学相互衔接，综合利用各种教育资源，共同为幼儿的发展创造良好的条件。”

^[60]有学者研究表明，家庭因素中父母亲的饮食行为和学校因素中教师的营养知识，是对幼儿用餐行为影响最显著的方面。^[61]幼儿的用餐行为不仅与教师的用餐教育有关，还与其父母掌握的营养知识、教养方式及饮食习惯有关。

1. 家庭饮食教育要求须一致。首先，在思想层面上，家长要意识到习惯培养的重要价值。饮食习惯形成的关键期是在幼儿阶段，一旦错过关键期，幼儿的饮食习惯就不容易改变。其次，家长的教育要求须具体明确、前后保持一致。这样幼儿比较容易习得那些可被接纳的行为；反之，教育要求模糊、前后不一致，则不利于幼儿对可接纳行为的学习。最后，家庭成员内部（即父母之间、父母与祖辈之间）的教育观念要协调一致。

2. 饮食教育方法上要严慈相济。第一，家长要做到合理满足幼儿饮食方面的需求。家长不是对幼儿百依百顺，也不是对幼儿不理不睬，而是对幼儿的具体要求具体分析对待，适当情况下可以拒绝。第二，家长在批评幼儿时注意指出错误及犯错原由。有很多家长过于溺爱幼儿，明知他们犯了错误也不进行批评教育，即便是批评教育也不给幼儿讲明犯错原因，还不教给幼儿正确做事的方法。家长不恰当的教育方式是在无形中纵容和逼迫幼儿再一次犯错。

3. 家园通力合作，助力幼儿进餐。进餐教育单靠幼儿园及教师的力量是远远不够的，要借助家园合作这个桥梁，使进餐教育效果最大化。若家园在培养幼儿进餐习惯的要求不一致，必然会影响教育效果。所以，家园之间要常沟通、多配合，幼儿园可以通过家长会、半日活动等方式，告知幼儿具体情况，使双方都能全面的了解幼儿饮食的状况，共同商讨幼儿的进餐问题，引导幼儿养成良好的进餐习惯。

三、遵循“以幼儿为本”原则，提升教师进餐引导能力

幼儿园进餐教育是教师引导幼儿养成良好的进餐行为和进餐习惯。《幼儿园教育指导纲要(试行)》提出：既要高度重视和满足幼儿受保护、受照顾的需要，又要尊重和满足他们不断增长的独立要求，避免过度保护和包办代替，鼓励并引导幼儿自理、自立的尝试。^[62]

1. 以幼儿为本，培养进餐好习惯。教师要以幼儿的发展为根本，时时关注幼儿，于细微之处促进幼儿发展。就拿分发饭菜来说，教师不能为了减少麻烦，一下盛很多，在盛饭菜前要充分考虑幼儿饭量的多寡，尽量做到因人而异，酌量添加。教师一次性盛饭过多，不利于幼儿端饭，也容易使他们产生畏惧心理，尤其是胃口差的孩子，盛饭过多会使其养成剩饭的习惯。为了避免幼儿出现剩饭行为，教师要创造条件，让其体会到饭吃完的喜悦心情，逐渐养成好习惯。此外，由于幼儿较强的模仿力，教师的言语或行为一点点地影响着幼儿，长此以往，幼儿就逐渐内化为自身的言语或行为方式。所以教师可以引导幼儿围绕当日食谱聊天，如“今天中午菜的名字是……”、“我喜欢吃……”等内容，幼儿通过交谈、聊天的方式，认识食物的名称、饭菜的味道，了解进餐的礼仪，逐渐树立生活自理意识。

2. 规范教师指导用餐的方式，审慎运用教育指导与评价。教师在指导幼儿用餐方面，态度和蔼、亲切，不批评与抱怨进餐慢的幼儿，也不将“吃得快”作为标准表扬幼儿，还不能变相地用比赛吃饭的方式提高幼儿进食速度。教师可以帮助吃饭速度过慢的幼儿，指导进餐方式，改善用餐技巧，提升进食速度，避免因饭菜冰冷导致的胃部不适、消化不良。

教师在进餐教育指导与评价方面，要做到：第一，进餐引导语要具有科学性和教育性。教师具有传递科学知识、承担保教工作的职责决定进餐引导语的科学性，而教师的教育职责决定进餐指导语应具备的教育性。第二，教师使用进餐引导语时，表达要准确，符合客观事实。第三，教师表达的意思是幼儿可以接受、可以理解的。

3. 加强责任意识，提升教师专业知识和教育技能。幼教工作的性质任务决定了教师除了要有合理的专业知识和较高水平的教育技能，还需具备强烈的责任意识。这就要求教师在每天的工作中牢记自己的职责，不仅应该做到真正热爱工作，热爱幼儿，而且对待琐碎的工作时细心、耐心、专心，做好每一件小事。此外，教师应该持之以恒，树立并践行终身学习的理念；不仅从工作实践中积累经验，而且积极参加职后专业培训，更新教育理念、知识和技能，在重视幼儿个体发展关键期的价值基础上为幼儿提供支持和帮助。

四、营造愉快的进餐环境, 重视物质和精神环境的创设

《纲要》明确指出: “环境是重要的教育资源, 应通过环境的创设和利用, 有效地促进幼儿的发展”。^[63]为营造良好的进餐物质环境和精神环境, 幼儿教师可以从以下几方面着手:

1. 创设优美、整洁的物质环境。幼儿园的物质环境应以安全舒适、干净卫生、安稳平静为创设标准, 做到整洁化、干净化、美观化、童趣化。具体来说, 进餐活动室要明亮宽敞、整齐清洁、干净卫生; 活动室的墙面上可以粘贴卡通版的食物图片(尤其选择幼儿不爱吃的食物), 让幼儿从视觉角度感知并逐渐接受; 桌椅的距离摆放要适当、座位与座位要留有空间并且进行定期的调整; 进餐时餐桌上可以铺有幼儿喜爱的卡通桌布; 对于那些活动室兼做餐室的幼儿园, 可以设立屏风; 注意定时更换新的餐具(幼儿园可以采购多种多样的餐具, 各班之间定期交换使用, 并注意做好消毒工作), 这样有助于幼儿进餐兴趣的激发和保持; 还可以在进餐时播放轻松美妙的音乐。

2. 营造轻松、愉快的精神环境。《纲要》要求“教师的态度和管理方式应有助于形成安全、温馨的心理环境”。^[64]那么保教老师在进餐活动中要注意维持进餐秩序的方式, 态度要亲切、热情, 尽可能照顾到幼儿的情绪; 避免在进餐前批评和训斥幼儿, 不可以在进餐过程中对幼儿进行说教, 也不能谈论一些与进餐无关的话题以防止影响幼儿心情、降低他们食欲。在进餐前和进餐过程中, 教师可以提供必要的“食育”, 即给予食物、食谱及食品知识的教育。^[65]有美国学者提出“若幼儿常处在主动状态下进食(即对主动的强化), 他们有可能成为积极主动的人; 反之若常处在被动状态下进食(即对被动的强化), 那么他们可能成为被动的人或感情淡漠的人。”^[66]可见, 主动进餐还是被动进餐都对幼儿的情感、行为等发展有深远影响。保教老师尽量为幼儿创造一个民主、文明、温馨、友爱的进餐环境, 让幼儿多处在主动进餐的状态下愉快进餐, 避免厌食情绪。

结 语

幼儿用餐活动作为一日生活常规中的环节,既是培养幼儿身心健康成长的重要手段,也是培养幼儿的知识、能力和情感的重要教育契机。由于幼儿身体发育状况,体质好坏与一日三餐有密切关系,因此教师能否适时抓住幼儿进餐活动促进幼儿的成长,是衡量幼儿教育质量的关键。教师组织幼儿用餐活动如一面镜子,能反射出幼儿教育中的各种现象。

本研究在总结已有研究的基础上,通过对样本的分析,发现目前小班午餐活动组织现状与问题主要表现在以下四个方面:第一、餐前、餐后活动类型较为丰富,但活动效果有待提高;第二、幼儿用餐技能比较熟练,但不良进餐习惯比较明显;第三、重视进餐的引导作用,但教师引导方式需进一步合理化;第四、较为重视进餐物质环境,但忽视精神环境营造。

针对以上问题,笔者提出的建议有:第一、教师要充分利用各种活动形式,统筹安排活动内容;第二、注重家园合作,重视幼儿进餐习惯的培养;第三、遵循“以幼儿为本”原则,提升教师自身进餐教育能力;第四、营造愉快的用餐环境,重视物质和精神环境的创设。

受条件和个人能力的限制本研究还有许多需要改进的地方。第一,笔者只从中午时段的进餐活动中分析教师的组织状况,且年龄限制在小班幼儿。而进餐活动教育并非只局限于午餐,而且由于年龄发展特点和认知水平的限制,小班、中班、大班幼儿在进餐活动中的表现各有不同,教师相应会采取不同的教育方式。如有可能笔者将扩展研究范围,对教师如何组织幼儿在园的三餐的表现,以及不同年龄阶段幼儿进餐状况进行更为深入的研究。第二,本研究样本的选择范围较小,由于笔者家乡公立幼儿园数量有限,故选取仅有的两所公办园。为了不同质的样本数量均衡,从很多所民办园中挑了两所笔者较为熟悉的。若有可能笔者将增加不同质的样本数量,以期扩展研究样本的范围。第三,个别幼儿园为保护幼儿、教师的隐私,不允许对进餐活动全程录像,所以笔者尽可能地对所有的事件进行最客观的描述,但所有的客观信息都要经过眼睛和大脑的加工之后落实到字面上,不可避免地会受到研究者主观判断的影响。而且进餐活动出现的各类事件较多,难免会有一些情况来不及记录,只能凭研究者的记忆做后续的整理,这样

很容易导致对事件背景、当事人情感反应或某些细节的记录不周详，在一定程度上影响了对问题的分析。为避免今后研究的数据采集出现遗漏，笔者在搜集资料上会更注重信息的全面性和客观性。

参考文献

- [1][3][4][60][62][63]教育部基础教育司编著. 幼儿园教育指导纲要(试行)[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2002:23-31、36-42.
- [2]辛娜. 培养语文学习习惯, 发展成就学生未来——关于小学生语文学习习惯的培养探究[D]. 辽宁师范大学, 2010: 23.
- [5][28]许琳琳. 家园进餐行为比较研究[D]. 南京师范大学, 2012:3-4、57.
- [6]顾荣芳. 幼儿健康教育问题的探讨[J]. 中国教育资讯报, 2002, (12):32-34.
- [7]黄显军. 对当前幼儿健康教育中所存在的问题的思考[J]. 学前教育研究, 2003, (7-8):93-94.
- [8]陈仕范. 幼儿健康教育应该重视的几个问题[J]. 学前教育研究, 2005, (7-8): 121.
- [9]赵如, 朱连英. 幼儿健康教育: 幼儿进餐教育的视角[J]. 幼教论坛, 2010, (3):240.
- [10]李君. 试析健康教育在幼儿园生活环节中的渗透——以进餐环节为例[J]. 教育导刊月刊, 2014, (1):38.
- [11]童慧玲. 幼儿健康教育的目标与对策[J]. 安徽师范大学学报(人文社会科学版), 2000, (4):612-615.
- [12]欧新明. 论幼儿健康教育活动的特点与原则[J]. 湖南教育学院学报, 2001, (1):153-155.
- [13]魏雪梅. 浅谈幼儿健康教育活动目标[J]. 大江周刊. 论坛, 2013, (4):340.
- [14]徐亚妮. 论幼儿健康教育指导教师的基本素质[J]. 兰州学刊, 2003, (1):119-121.
- [15][27][54]肖莉莎. 唐山市第三幼儿园幼儿饮食行为研究[D]. 内蒙古师范大学, 2013:7、26-28.
- [16]黄土云. 297 例学龄前儿童饮食行为现状分析[J]. 中国儿童保健杂志, 2001, (06):45.
- [17]魏梅, 袁丽娟. 2-6 岁儿童生活习惯、饮食行为问卷调查[J]. 中国妇幼保健, 2008, (23):26.

- [18]张富洪, 麦彩屏. 幼儿良好饮食习惯的家庭养成教育[J]. 教育导刊(幼儿教育), 2008, (10): 58-59.
- [19]徐浙宁, 顾秀娟. 儿童饮食状况与家庭喂养调查[J]. 学前教育研究, 2008, (3): 59-62.
- [20]俞彩方. 幼儿良好进餐习惯和劳动习惯和劳动习惯的培养策略[J]. 考试周刊, 2012, (86): 190.
- [21]朱爱喜. 幼儿进餐环节的教育价值[J]. 课程教材教学研究(幼教研究), 2009, (2): 68-69.
- [22]姚艳玲. 健康快乐成长从良好饮食习惯开始——浅谈小班幼儿养成教育中饮食习惯的培养[J]. 家教世界, 2013, (22): 15-16.
- [23]仪红霞. 小班幼儿良好进餐习惯培养的研究尝试[J]. 教科研, 2011, (7-8): 19-21.
- [24]李莉. 在愉快的情绪中培养幼儿良好的进餐习惯[J]. 贵州教育, 2011, (17): 24-26.
- [25]林真真. 小班幼儿良好进餐习惯的培养[J]. 山东教育, 2001, (7-8): 91.
- [26]金学英. 小班幼儿进餐问题的成因与对策[J]. 山东教育(幼教刊), 2006, (2): 104-105.
- [29]Bredekamp. Accreditation criteria & procedures of the National Academy of Early Childhood Programs. Washington, DC: National Association for the Education of Young Children[M]. 1991: 46-48.
- [30]Hearron & Hildebrand. Guiding young children (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Merrill/Prentice Hall[M]. 1999: 175-180.
- [31][50][51][52][53]顾荣芳. 学前儿童健康教育论[M]. 南京: 江苏教育出版社, 2009, (5): 99-101、106-110.
- [32][33]庞建萍, 柳倩主编. 学前儿童健康教育[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2007, (10): 226-227、228.
- [34]常春. 健康相关行为. 中国健康教育[J]. 2005, (9): 662-665.
- [35]顾荣芳. 学前儿童健康教育论[M]. 南京: 江苏教育出版社, 2006: 213.
- [36][37][39]伊萨著, 马燕, 马希武等译. 儿童早期教育导论: 第六版[M]. 北京:

- 中国轻工业出版社, 2012:408-409、410、408-409.
- [38] Birch, L., Johnson, S. L., & Fisher, J.. Children's eating: The development of food acceptance patterns. *Young Children* [M]. 1995, (2), 71-78.
- [40] Olds, A. R.. Child care design guide. New York: McGrawHill [M]. 2001:8-12.
- [41] Prescott, E. The physical environment-a powerful regulator of experience. *Child Care Information Exchange*, [M] 1995:9-15.
- [42][43] 荷尔瑞恩, 希尔德布兰德著. 严冷等译. 幼儿园管理 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2011, (7): 252.
- [44] 中国社会科学院语言研究所词典编辑室编. 现代汉语词典 (第五版). 北京: 商务印书馆, 2009: 1820
- [45][46] 李永梅. 幼儿园指导纲要解读 [M]. 南京: 江苏教育出版社, 2002:13-18.
- [47] 段晓娅. 教师组织幼儿用餐活动的研究--以武汉市 A 园为例 [D]. 华中师范大学, 2013:1)
- [48][49] 李微. 如何在小班开展饮食营养教育 [J]. 幼儿教育, 2011, (11): 40-41.
- [54][55][56][57] 李娜. 幼儿园师幼互动中教师言语的研究 [D]. 辽宁师范大学, 2008: 21-23.
- [58] 卢山丹. 关于幼儿进餐时教育问题的研究 [J]. 西江月, 2013 (4): 21.
- [59] 赞科夫, 杜殿坤等. 教学与发展 [D]. 人民教育出版社, 1980:51.
- [61] 梅节, 陈起萱, 孙建平, 熊蓉. 广州市学龄前儿童饮食行为现状及其影响因素 [J]. 卫生研究, 1998, (5): 334-335.
- [64] 王振宁. 儿童心理学 [M]. 南京: 江苏教育出版社, 1999, (3): 49.
- [65] 张丽, 沈娟. 幼儿进餐的心理环境及其创. 教育导刊·幼儿教育 [J]. 2005 (1): 45.
- [66] 崔爱丽. 幼儿饮食行为与其气质特点的关系探究 [D]. 南京师范大学, 2011: 49-52、33-36.

附 录

访谈提纲

老师您好！请问您是主班/副班/保育老师？

1. 您觉得为幼儿营造进餐环境有必要么？为什么？
2. 您认为老师和幼儿在进餐时段是怎样的一种关系？
3. 在组织幼儿用餐方面，保教老师是如何配合的？
4. 您认为您的性格特征对从事幼教事业有什么帮助吗？
- 5 您认为幼儿教师的性格对幼教事业有影响吗？
6. 在进餐活动中幼儿常出现什么问题？具体说说您是怎样处理的。

致 谢

时光荏苒，岁月如梭。三年的研究生求学生活就这样随着毕业论文一稿又一稿的修改而落下帷幕。站在毕业的门槛上，回想当初刚跨入校门时的那份开心和激动，回想起在图书馆里徜徉书海，是那阵子最幸福的事情，而现在不禁感慨万千。不过，现阶段重要的是调整心态，整装待发，创造属于自己的未来。

在这里，我衷心感谢可敬可爱的导师王艳芝，在论文选题、观察指标确立、论文框架构思和论文撰写等各个方面，给予悉心指导和无私帮助。导师渊博的学识，严谨的治学态度和平易近人的人格魅力是我永远学习的楷模。总之，论文从选题到完成，倾注了恩师大量的心血，再次对我的恩师道一声，谢谢老师，您辛苦了！

本论文的完成离不开其他老师、同学和朋友的关心和帮助。在此也要感谢王景芝等各位老师在论文开题期间提出的宝贵意见，感谢同门的兄弟姐妹们，在论文写作过程中给我的帮助和鼓励，还要感谢武安市公立和私立幼儿园的园长和老师们的理解和支持。回想整个论文的写作过程，虽然有些艰辛，却让我少了些浮躁，多了些思考。

在此，也感谢家人在我求学生涯中给予我无微不至的关怀、鼓励和支持。

最后，还要感谢舍友和同学，三年来对我的照顾，愿友谊长存！

刘晶

2015年3月12日星期四

于河北师范大学

攻读学位期间取得的科研成果清单

文章名称	发表刊物	刊发时间	刊物级别	署名次序
警惕学步儿时期的“过犹不及”	科学导报. 教育论坛	2014年9月	全国综合性教育理论学术期刊	1
大班幼儿教师有效理答的对策研究——以数学教育活动为例	知识经济	2014年11月	全国优秀科技期刊	1
浅谈提高大班数学活动中教师回应水平的建议	新校园	2014年11月	全国综合性教育理论学术期刊	3
浅谈奥尔夫音乐教育在幼儿园中的应用	读写算(教育教学研究)	2014年8月	全国综合性教育理论学术期刊	4
大班幼儿教师有效提问和理答研究——以数学教育活动为例	课外学术科技创新项目	2014年	校级课题	1