

幼儿一日生活活动组织策略

丁 惠

(湖南省桃江县幼儿园, 湖南 益阳 413400)

摘 要: 对幼儿来说,一日活动兼教育。文章从容易被教师忽视的生活活动入手,介绍了文章作者的一些实际经验,目的在于提高教师对一日生活活动的管理能力,培养幼儿良好的习惯,同时提升教育品质。

关键词: 幼儿教育;一日活动;活动组织;习惯养成

中图分类号: G613 **文献标识码:** A **收稿日期:** 2020-04-01 **文章编号:** 1674-120X(2020)25-0109-02

幼儿园一日生活是构成幼儿日常生活的重要组成部分,在生活活动中,教师应讲究策略,保证幼儿一日活动有序进行,让幼儿从各种必不可少的日常活动中潜移默化地掌握最基本的生活技能,锻炼独立生活的能力,发展德、智、体、美等素质,为幼儿养成良好的生活习惯、学习习惯打下基础。

一、盥洗、喝水、如厕

在幼儿园的一日生活中,盥洗、喝水、如厕环节很重要,应如何科学有效地组织幼儿盥洗、喝水、如厕呢?①环境创设。在盥洗室张贴幼儿易懂的盥洗流程图,在卫生间抽纸处标记不同情况的用纸长度,在水龙头处标记洗手时水龙头打开的大小,在喝水处标记等待区、接水区、喝水区,让幼儿在体验中学习,在生活中养成好习惯。②幼儿听音乐分批次进行盥洗、喝水、如厕。按幼儿性别选择大家熟悉的音乐,如男生选择《两只老虎》,女生选择《小猪吃得饱饱》,每次教师播放《两只老虎》的音乐时,男生自觉排队进行盥洗等活动,播放《小猪吃得饱饱》的音乐时,女生进行。这样既可以减少盥洗时的拥挤事故,也能让幼儿形成规则意识。③减少无效等待时间。在男生或女生进行盥洗、喝水、如厕时,教师可以组织另一半的幼儿开展小游戏或其他活动,以减少幼儿的无效等待。

二、吃点心与进餐

(一)餐前组织

(1)用音乐律动和手指游戏等方式组织幼儿盥洗,减少等待现象。每餐前的盥洗是必不可少的程序,以往总是教师维护好幼儿的秩序,分性别进行。一位教师在教室看护好教室里的幼儿,另一位教师要注意幼儿上厕所的安全和幼儿洗手的情况。从第一个幼儿洗完手到最后一个幼儿洗完手中间有一段时间差,从洗完手到端到碗吃饭又有一段时间差,这是造成幼儿消极等待比较多的环节,如教师组织不当,先前幼儿洗干净的手又再次被污染。经过多次观察,笔者总结出每次进盥洗间幼儿合适的人数和所需时间,然后对音乐的长短进行调整、剪辑,以相对应的动物音乐对幼儿进行有序

调动,中间有目的地穿插需要复习巩固的律动。在一组幼儿进行盥洗活动时,其余的幼儿正在专心地做律动。盥洗回来的幼儿随时跟进,既照顾到了幼儿盥洗时间长短的差异,又照顾到全体幼儿,幼儿洗干净的手也不会被再次污染。

(2)创设宽松的就餐环境,开展餐前食谱播报活动,提高幼儿食欲。帮助幼儿调节情绪,让幼儿在良好和愉悦的情绪中进餐是餐前活动的主要目的,因此教师应努力地在为幼儿进餐前创造温馨、宽松的环境,主要的方法是开展餐前播报活动。大班幼儿有了一定的独立性,为了锻炼幼儿的表达能力,让值日生提前一天在家中和家长一起收集当天食谱的相关营养知识,在餐前当小小信息播报员,向全体同伴播报当餐的食谱及其营养价值;中小班幼儿自主性不够,对食物的营养价值认识不清,教师就事先了解当天的菜谱,利用网络搜索菜肴营养价值的图文、在餐前给幼儿看,色彩艳丽的图片加上教师生动的描述,不仅能让幼儿了解每种菜对自己身体生长的好处,还能给幼儿营造想吃、乐吃、爱吃的氛围,当所有幼儿的饭端到桌上时,饭菜的香味会再次调动幼儿的食欲。

(二)就餐时的组织策略

(1)把握好幼儿就餐时间,让幼儿掌握正确的就餐方法。班级教师和保育员针对吃饭过快的幼儿,要及时提醒其细嚼慢咽;对边吃边玩、东张西望,把饭含在嘴巴里不肯吞下去,吃饭耗时过长的幼儿,应具体原因具体分析,教师可以尝试用进步星或午餐中多出来的水果、点心奖励有进步的幼儿,或用餐后活动如玩具分享、自主游戏等来吸引他们,让幼儿逐步自觉调整用餐时间。

(2)规范幼儿端饭线路,确保幼儿进餐时的安全。如果所有的幼儿能都在固定的线路上(如逆时针从后到前)进行活动,那么就不会出现交叉现象,就能避免人为的碰撞。于是笔者对幼儿分组端饭的线路进行统一规范,每组由组长带队,按固定的顺序进行。无论幼儿谁当组长,位置怎么调整都不影响线路,让每个幼儿都能很快明白白坐在哪个位置该

作者简介: 丁 惠(1981—),女,一级教师,研究方向:幼儿教育。

怎么走。刚开始几天需要教师不断地强调提醒,慢慢就好了。这不是对幼儿的限制,而是培养规则意识的极好环节。

(3) 关注幼儿的进餐心理健康。在幼儿园中要保证幼儿的健康发展,教师不仅要对幼儿的身体发育加以照顾,还要对幼儿的心理加以保护。因此进餐问题已不能仅从身体健康考虑,必须从心理健康的角度重新认识。在幼儿的进食过程中,常常听到这样善意的提醒:“好好吃,别说话”“不要把饭粒撒在桌上”……原本愉快的进餐顿时严肃起来。因为在人们的传统观念中,吃饭不说话是一种美德,有利于健康。所以幼儿必须遵守这种传统美德,时刻提醒自己按要求吃饭。教师对吃得慢的幼儿的催促,以及对规则不停的提醒,使幼儿的神经处于紧张状态,影响了幼儿的食欲,引起幼儿情绪的反感、紧张,造成厌食、畏食。

(4) 让幼儿养成良好的就餐习惯。如今幼儿的生活条件一般都比较优越,许多幼儿形成了吃饭挑剔、边吃边玩等不良饮食习惯。如果没有形成良好的饮食卫生习惯和规则,光有丰富可口的食物也是徒然的。幼儿时期是幼儿生长发育的关键时期,而摄取丰富的营养是幼儿健康发育的保证。如何让美味的饭菜被幼儿吃进肚子里,成了幼儿园教研的重要内容,因而也探索出了一些做法。教师应因人而异,实施不同的教育方法,如故事引导、榜样示范法;座位调整、小组比赛法等。

(5) 公平对待每一个幼儿。家长对饮食往往特别关注,教师和保育员在分饭时,一定要做到统筹全局,公平对待。这里的公平不是说所有的幼儿吃的一样多,而是要根据每位幼儿的饭量添加适量饭菜,保证每个幼儿都能吃好。眼观六路、耳听八方是每位幼儿教师必修的基本功,幼儿进餐时,教师应注意每个幼儿的进餐情况,包括速度和食量等。不能催促幼儿,但要提醒他们就餐时,不能让幼儿养成挑食的习惯,不爱吃的食物可以少吃,但不能不吃。

(三) 餐后组织

(1) 餐后习惯的指导与养成,充分发挥值日生的作用。幼儿餐后的习惯同样也需培养和养成,这也是一项重要的进餐礼仪。内容主要有:引导幼儿将自己碗里的食物吃干净;将自己的碗、勺子轻轻地放入固定的容器里;用毛巾擦嘴;用自己的杯子接饮用水漱口。毛巾的使用和漱口都有一定的要求。因为幼儿进餐的速度不一致,教师既要照顾进餐中的幼儿,还要照顾进餐后的幼儿,这时值日生就成了教师的得力助手,不同的分工,使值日生各司其职,提醒幼儿餐后各项习惯的养成。

(2) 餐后活动的组织。幼儿餐后需要一些安静的活动,这个时间段也成了幼儿自由选择游戏的时间。幼儿根据意愿选择看图书、捏橡皮泥、搭积木、画日记、小组游戏等各种小活动,教师积极为幼儿营造一个与同伴交往融洽、师幼互动积极的氛围,使幼儿在语言能力、知识经验、人际交往等方面有所发展。

三、午睡

(一) 睡前准备活动

幼儿的午睡活动通常情况下被安排在午饭之后,此时幼儿的神经会处于兴奋状态,如果在短时间内安排午睡,就无

法保证午睡质量。因此教师在幼儿睡前可以适当安排一些活动,以帮助幼儿消化食物,放松神经,顺利进入睡眠状态。

①睡前散步 15 分钟。教师可以在午饭之后带领幼儿到校园中进行散步,一方面可以帮助幼儿消化,另一方面可以放松幼儿的心情。教师可以在散步的过程中带领幼儿观察大自然,在草坪上聊天,让幼儿敞开心扉。同时,适当的运动也可以消耗幼儿部分体力。②睡前安静性游戏 15 分钟。散步之后,可以组织学生进行安静性的游戏,其目的在于缓解幼儿精神紧张,为午睡活动打下基础。例如,可以让幼儿几个人一组进行翻绳游戏、组织幼儿看书,或者是进行故事分享。③故事、音乐欣赏 15 分钟。安静性游戏结束之后,组织幼儿上床睡觉,此时无须采用强制性管理方法,只需让学生安静躺好,播放故事以及音乐,舒缓幼儿心情,一方面可以加快幼儿入眠速度,另一方面也可以丰富幼儿知识,让幼儿逐渐养成认真倾听的好习惯。

(二) 创设积极的环境和心理氛围

外界环境因素对幼儿睡眠质量的影响较为直接,如果可以做到良好的控制,幼儿午睡管理就会事半功倍。①物质环境暗示。一是教师可以在午睡休息室墙壁上设置“夜晚星空”等画面,为幼儿营造一个良好的物理环境,激发幼儿睡眠动力。二是在午睡休息室门口及走廊中逐一放置“我能行”“午睡静悄悄”“睡觉喽”等类型标语,通过标语暗示,提升幼儿午睡效率与质量。三是在睡觉之前听故事、听音乐,教师合上窗帘,保证室内午休光线合理。②心理暗示。有效的心理暗示可以提升幼儿入眠效率。一方面,需要为幼儿营造一个舒适的午睡空间,另一方面,可以通过播放轻音乐等进行心理暗示。

(三) 培养幼儿正确睡眠习惯

①有顺序地脱衣服、脱鞋子。对现阶段的幼儿来说有困难,因为生活条件优越,经常会受到家长的溺爱,无论是脱衣服还是脱鞋子都需要其他人帮助。针对此类问题,教师可以组织幼儿参加“自己事情自己做”活动,通过反复的训练以及引导,教会幼儿脱衣穿鞋、叠被子,提升幼儿的生活技能。②正确睡姿。睡姿正确与否,关系到睡眠质量和身体健康。例如,俯卧压迫心脏,血液循环会受影响;蒙头睡会使幼儿不能舒畅呼吸到新鲜空气,幼儿容易做噩梦,影响幼儿骨骼的正常生长。教师应通过各种故事讲述、常规活动让幼儿掌握正确的睡姿,并结合午睡实际,密切观察,随时纠正幼儿的睡姿。

“生活即教育。”教师要善于把握教育的契机,关注幼儿的兴趣点和发展需要,将学习内容渗透到幼儿一日生活各环节之中,在日常教育活动中积极营造教育氛围,理解幼儿,理解他们的童趣、童真,关注他们的感受,采用科学的教育策略,使教育充满意义和价值。

参考文献:

- [1] 中华人民共和国教育部. 3~6 岁儿童学习与发展指南 [M]. 北京: 首都师范大学出版社, 2012.
- [2] 中华人民共和国教育部. 幼儿园教育指导纲要(试行) [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2001.