幼儿“护健康·养习惯”渗透性课程学年总结（2020.7-2021.7）

常州市新北区汤庄桥幼儿园 顾柳

幼儿在日常生活中渐渐地形成了一定的生活行为习惯的。而小班是幼儿跨入幼儿园，开始集体生活的一个转折点，也是进行良好习惯培养的关键期。有研究指出：2-4岁是儿童良好生活习惯初步养成的关键期。从儿童心理发展规律看，年龄越小越单纯，可塑性越强，越容易接受来自家人、老师、社会的各种影响和教育。小班幼儿刚刚进入一个新的生活环境，在新环境中建立新的规则，培养生活行为习惯相对容易些；同时，小班幼儿的年龄特点也决定了教师进行常规管理的有利条件。因此，对小班幼儿进行良好的生活行为习惯的培养是极为重要的。下面，我就来谈谈在培养小班幼儿良好生活行为习惯时自己的所做所想。

一、将好习惯的培养渗透到一日生活的各个环节中。

抓住时机，在幼儿园一日的各项活动中，如：喝水、入厕、进餐、午睡、游戏等各个环节都贯穿着行为习惯的培养。喝水时，我教育幼儿注意安全，遵守秩序，人多时要排队，一个跟着一个接水喝。进餐前，培养幼儿饭前洗手的好习惯。我会亲自示范，和幼儿一起洗手，边洗手边念儿歌：“吃饭之前要洗手，轻轻拧开水龙头。先把小手淋淋湿，再用肥皂搓搓手。手心搓搓，手背搓搓，冲冲洗洗，擦一擦，我的小手真干净。”这样，刚开始孩子是跟着我在做，慢慢的，他们就养成了洗手的好习惯。午睡时，我会轻轻地摸一摸、拍一拍小朋友，让他感到老师喜欢自己，对睡得好的小朋友及时进行表扬，其他孩子也想得到老师的表扬就会赶快闭上眼睛，安静地入睡了。有的幼儿睡觉姿势不正确，喜欢趴着睡觉。我们就通过健康活动《正确的睡姿》让幼儿明白怎样午睡才是好宝宝，使幼儿逐渐养成良好的午睡习惯。

其实，在区域活动时，每个游戏中都蕴含着不同的行为习惯培养。在美工区，我会注意幼儿卫生习惯的培养，教育幼儿不乱涂乱画，碎纸放进纸篓里等；建筑区，孩子们养成了玩具轻拿轻放的习惯；游戏结束时，教育幼儿把玩具送回家，养成物归原处的好习惯。总之，只要我们抓住有效的时机，机智、灵活地对幼儿进行良好行为习惯的培养，就能起到事半功倍的效果。

二、通过绘本阅读，培养好习惯。

进入小班后，生活自理能力的培养成了幼儿入园后的首要任务。幼儿要自己吃饭、穿衣、上厕所等，每天还要独立完成很多事情。这和他们在家里，样样事情完全由大人包办是截然不同的生活。《皮皮狗生活故事绘本》这类主题多元的绘本，刚好可以协助幼儿学习各种主题，体验书中主角的经验，产生对自己的认同与喜爱，鼓起勇气尝试新鲜事，进一步培养良好的生活习惯与自理能力。

《歪歪兔行为习惯系列互动图画书》，精选了10个生活中最常见、最实用的培养幼儿行为习惯和生活能力的小故事，描绘了三个可爱的小主人公歪歪兔、乖乖羊和威威龙，在游戏、生活和社会交往中发生的一系列小插曲。幼儿在阅读绘本的同时，仿佛身临其境的感受到了小主人公们的开心和烦恼。通过这些生动有趣的小故事，幼儿也向可爱的歪歪兔和她的好朋友们学会了各种良好的行为习惯和生活能力。

此外，《熊笨笨的礼物》、《大卫，不可以》、《红袋鼠》，这些都是幼儿非常喜欢的绘本故事。随着孩子们阅读的故事越来越多，各种良好的生活行为习惯也在不经意间逐步养成了。当然，绘本教学有利于幼儿良好行为习惯的培养，但过多说教性质的绘本阅读，又会让孩子读书的气氛沉重压抑，丧失了阅读绘本的乐趣，这就违背了绘本作者的初衷。因此，我们要把握好绘本教学的度，让孩子们在轻松、愉快的氛围中感受到绘本的魅力。

三、利用儿歌、游戏帮助幼儿养成好习惯。

好习惯不是一天、两天就可以养成的，我们要根据小班幼儿的年龄特点，采取一些适合他们心理发展的方法和措施，避免呆板的说教，让孩子们在愉快的精神状态下逐渐巩固各种良好生活行为习惯。

念儿歌、做游戏是小班幼儿感兴趣的活动。他们在说说唱唱中强化了养成好习惯的意识，也在做做玩玩的同时巩固了好习惯的养成。小班幼儿自理能力弱，于是，我教幼儿学念儿歌《穿衣服》、《穿裤子》、《穿鞋》等，简单、形象的儿歌内容幼儿非常喜欢也易于接受。幼儿在和同伴比赛穿衣服、叠衣服、整理学具筐的游戏中，自理能力得到了提高。

午餐前，孩子们会边做动作边念儿歌《吃饭歌》，“吃饭了、吃饭了，大家排队来吃饭。自己端饭又端汤，我的小手真能干。细细嚼慢慢咽，饭菜全部吃精光。桌面地面都干净，我的习惯真正好。”久而久之，孩子们逐渐养成了良好的进餐习惯。通过《玩具玩具我爱你》这首儿歌，孩子们养成了玩玩具时轻拿轻放，玩好玩具送回去的好习惯。

幼儿良好生活行为习惯的养成不是一朝一夕就能做到的，特别是小班幼儿自控能力弱，很容易受到外界环境的影响，这就需要我们付出更多的爱心和耐心，坚持不懈，持之以恒。