雕庄中心幼儿园·采菱园“幼儿观察记录与分析”记录表

班级：中一 教师：陈璐

**观察日期：**2023年9月

**观察时间：**中午十一点—十一点十分

**观察地点：**中一班教室

**观察对象：**汐汐、瑶瑶等幼儿

**观察目的：**聚焦健康领域：生活习惯与生活能力

目标1：具有良好的生活与卫生习惯

目标2：具有基本的生活自理能力

**观察记录：**

为了解决剩饭菜多、小朋友挑食、偏食的的问题，结合《指南》中“手的动作协调灵活”、“引导幼儿生活自理或参与家务劳动，发展其手的动作。”及“具有良好的生活、卫生习惯，不偏食、挑食，不暴饮暴食。”我们决定让幼儿进行自主盛饭菜，既能锻炼幼儿的手部力量，又能锻炼幼儿的生活自理能力，让幼儿自主决定饭菜的多少，我们老师再酌量增添。

在介绍完今天的饭菜后，小朋友们开始自己盛饭菜了，今天的饭菜是蔬菜虾仁饭和青菜猪肝汤，小朋友们对于菜饭的喜爱程度相对较高，在等待盛饭菜的时候就满脸期待的看着。汐汐是我班一名营养不良的幼儿，轮到她盛饭菜时，她对今天的饭菜看起来不是很喜欢，用右手握住饭勺，浅浅的盛了一勺饭，老师并没有在当下就给她添饭或指责她。当另外一个幼儿瑶瑶—肥胖幼儿盛饭时，瑶瑶非常喜欢吃菜饭，她用手握住勺子，往下用了一挖，挖了满满一大勺子，老师并没有选择在这个时候制止她。

孩子们陆陆续续地上桌吃起饭来。老师一会儿夸这个小朋友吃得棒，一会又说那个小朋友有进步，听着老师的表扬，孩子们吃得更起劲了。对几个吃得特别快的孩子，老师提醒他们吃慢点儿，要细嚼慢咽。对于几个吃得特别慢的孩子，大一个一个地鼓励他们。“天天，昨天的饭菜都吃光了，今天帮老师拿玩具，力气都变大了，今天你肯定也能都吃完。”望着碗里剩下不多的饭菜，天天自信地点点头。

“萌萌，今天吃了菜饭，里面有青菜，吃的比上次多了一些，萌萌进步真大。”听了老师的话，萌萌开心地说：“老师，我还能再吃一碗。”“小宇，今天的菜饭特别好吃，你看晨晨吃得多香， 一碗都快要吃完了，你要不要也尝一口?”不愿意吃菜饭的小宇看到同伴们吃得正香，终于也自己去盛了浅浅的一口菜饭，坐下来尝一尝。

在为幼儿盛汤时，针对体弱儿，有意识地多盛汤，鼓励体弱儿适当地再去添饭；对于肥胖的幼儿，则少盛一点儿，并鼓励他们在吃完饭后帮助老师做事情，既消耗了吃饭的热量，又能锻炼幼儿的身体，还能转移幼儿对于饭菜的注意力，比起直接拒绝幼儿添饭添菜的请求更为自然、愉悦。

**分析及措施：**

《3-6岁儿童学习与发展指南》中强调儿童健康的重要性，更指出“为有效促进幼儿身心健康发展，成人应为幼儿提供合理均衡的营养，保证充足的睡眠和适宜的锻炼，满足幼儿生长发育的需要”。对4—5岁儿童的身高体重标准为“女孩：身高：99.9-118.9厘米；体重13.7—24.9公斤”。

每次午餐，都存在两种极端：有部分孩子每天都剩饭剩菜，餐桌、地上都是，有的孩子只吃了几口，就说吃不下了；有的孩子干脆说不要吃；还有的孩子因为不爱吃，吃着吃着就吐了......有部分孩子则吃很多，每天都要求添饭添菜，吃的又干净又快。

在这种情况下，我班有两名营养不良的幼儿，有四名幼儿存在肥胖现象。

在午餐管理中，我们要学习关注孩子的需要，在提出要求时，先从孩子的角度出发去考虑要求是否合理，再进行进一步的指导。

《3—6岁儿童学习与发展指南》提出了尊重幼儿发展的个体差异的原则，认为每个幼儿在沿着相似进程发展的过程中，各自的发展速度和到达某一水平的时间不完全相同。教师要充分理解和尊重幼儿发展进程中的个体差异。幼儿的个体差异并不仅仅表现在学习发展水平上，还存在于生理发展水平上。同一个班级的幼儿体质强，有的体质弱；有的饭量大，有的饭量小；同样的菜，有人喜欢吃，有人不喜欢吃。

让幼儿自己盛饭菜，体现对幼儿个体的关注以及以人为本的保教理念，吃多少盛多少，一方面能满足饭量大的幼儿的用餐需要，另一方面使饭量小的幼儿在老师的鼓励下，也能努力吃完自己的一份饭菜，久而久之，饭量小的孩子饭量增加，逐渐养成不剩饭的良好用餐习惯。

其实，我们还能发现语言鼓励、同伴榜样、个别帮助等这些多种策略的运用，能对幼儿养成良好的进餐习惯起到促进作用。幼儿午餐管理中涉及的问题是多样的，教师的指导策略也应该是多样的。只要教师关注幼儿用餐的细节，在了解幼儿用餐特点的基础上提出合理的要求，并提供有针对性 的指导，那么一定能在班级内建立起良好的用餐常规，使幼儿逐步形成良好的用餐习惯。

**附图片：**

