雕庄中心幼儿园·采菱园“幼儿观察记录与分析”记录表

班级：大四班 教师：杨煜茹

**观察日期：**2023年5月9日

**观察时间：**11：15——11：27

**观察地点：**大四班教室

**观察对象：**欣欣

**观察目的：**观察幼儿进餐时的状态。

**观察记录：**

今天午餐时，欣欣直接盛了白米饭就准备回座位，我问她：“欣欣，你怎么不吃菜呀？”“我不想吃这个菜。”我来到她座位旁边跟她说：“欣欣，你去盛点儿尝一尝。”她摇摇头，我继续说：“你看看旁边的小朋友们，都盛了，喝蔬菜对身体好。”她想了想，排队盛了一点点，回到座位。我继续问她：“你尝一口这个土豆，土豆可好吃了，你问问旁边的小朋友，土豆好不好吃？”旁边的轩轩说：“好吃。”她拿起碗准备去排队打菜，我又说：“排骨也很好吃哦。”终于她打了排骨跟土豆回到了座位。

吃了几口排骨，她又放下了，直接把饭全都吃干净，碗里只剩下了排骨。她看了看我，我问她：“怎么了，不想吃了？”她点点头，旁边的小朋友说：“不能挑食。”我说：“你看看别的小朋友们是不是都吃完了。小朋友不能挑食，争取把它都吃完，加加油。”旁边的轩轩说：“老师，刚刚有个青椒我都吃了。”“嗯，什么菜都要吃，你看轩轩连青椒都吃，不挑食才能长得高啊。”她点了点头，继续吃起来。

**分析与措施：**

挑食是对食物有所选择，有的爱吃，有的不爱或不吃。然而孩子长期的挑食会造成营养摄取不均衡，甚至体弱多病，还可能导致贫血等等一系列问题。由于生活水平的提高，家庭成员的过度溺爱，家长在日常生活中也喜欢挑孩子喜欢吃的菜做给孩子吃。今天欣欣遇到了她不喜欢吃的排骨，直接就不想打菜。通过老师的劝说，她将食物都吃完。

**后续建议：**

1. 可以通过儿歌故事等形式对小朋友们普及各种食物的营养价格，比如：

牛奶补充钙，让小朋友长得高而壮；肉类能补充热量，让小朋友更有劲；蔬菜补充各种维生素，让小朋友皮肤好等等。

2．做好餐前准备工作，鼓励挑食的幼儿尝试一点一点的吃，慢慢改掉挑食的行为。

3．表扬不挑食的小朋友，这样就会有更多的小朋友模仿这个小朋友的良好行为。