

挖掘幼儿园一日生活中的教育价值

——小班幼儿生活常规养成的几点思考

梅运阁

江阴市西石桥中心幼儿园 江苏无锡 214400

摘要：幼儿期是培养幼儿良好生活习惯与生活常规的重要时期。本文论述了小班生活常规教育对于幼儿发展的重要性以及如何针对幼儿的年龄特征与实际情况，采取适宜的办法进行生活常规教育，帮助幼儿更快适应幼儿园生活，形成良好的生活常规。

关键词：生活常规；小班幼儿；养成

Explore the educational value of one day life in kindergarten

— Some thoughts on the routine development of children's life in small classes

YunGe Mei

Jiangyin Xishiqiao Central Kindergarten, Wuxi, Jiangsu 214400, China

Abstract: Early childhood is an important period to cultivate children's good living habits and routines. This paper discusses the importance of small class life routine education for children's development and how to take appropriate measures to carry out life routine education according to children's age characteristics and actual situation, to help children adapt to kindergarten life faster and form a good life routine.

Keywords: life routine; Small class children; To develop

随着课程游戏化改革的持续推进，教师们的观念也在发生着转变，开始认识到了生活环节的教育价值，也有意识地将“一日活动皆课程”的理念逐步落实到了日常活动中，发掘生活环节的具体价值，注重以幼儿为本。笔者所在幼儿园的小班组老师们通过推行生活化课程、践行生活教育，在一日生活环节的实践中进行了探索。

小班是幼儿离开家庭，融入社会的第一个环节，他们由于年龄特征和生活经验，对于生活常规缺乏一定认知，良好的生活习惯尚未彻底形成，就像一张空白画纸，需要教师与家长的不断引导，幼儿不断实践，才能建立起科学的生活常规。本文就阐述了面对小班幼儿进行生活常规教育的一些经验与思考。

一、概念认知

1.生活常规：幼儿在幼儿园的一日生活中应当遵循

的相关规则。

2.生活常规教育：幼儿园生活常规是基于培养幼儿养成良好的卫生习惯，帮助幼儿更好适应幼儿园集体生活的教育。

二、小班幼儿生活常规内容

教师参考《3-6岁儿童学习与发展指南》，《幼儿园班级管理》^[2]中关于班级一日生活常规的内容，结合本班幼儿实际情况，制定出一日生活常规，包括盥洗常规、饮水常规、餐点常规、午睡常规、来离园常规。

盥洗：

- 1.能主动告诉成人需要如厕
- 2.便后知道请求成人帮助，尝试自己整理衣裤如厕：

- 1.小便或洗手时能排队，不拥挤，不打闹嬉戏
- 2.初步掌握洗手的正确方式方法，不玩水
- 3.洗手后能用自己的毛巾擦干

饮水：

- 1.水倒满大半杯，不能太少，也不能太多

作者简介：梅运阁（1992.10-），女，汉族，本科学历，江苏江阴人，江阴市西石桥中心幼儿园教务主任，一级教师，研究方向为学前教育。

2. 排队等候，不插队

3. 在指定区域内饮水，端稳杯子，不将水洒在地上

4. 饮水后将自己茶杯送回“家”，不随意乱放

点心、餐点：

1. 进入卫生间洗手，双手抱拳出来，不乱摸其他物品

2. 能尝试自己倾倒牛奶，不洒不漏

3. 注意卫生，吸管纸等包装物能在吃完点心后放入垃圾桶中

4. 不挑食偏食，尽量做到不掉米粒、菜叶

5. 搬出小椅子坐在指定区域内休息，不做剧烈运动不边吃边玩

午睡：

1. 在成人帮助下学习脱衣服，叠衣服的方法

2. 将自己的鞋子放入床边，摆放整齐

3. 用礼貌用语寻求成人帮助，例如：老师请你帮帮我来离园：

1. 有礼貌的与老师，同伴问好

2. 将小椅子送回原位，携带好自己的物品

3. 能与老师，同伴说“再见”

三、培养生活常规的方式方法

（一）初来乍到明常规

小班幼儿是第一次脱离父母来到幼儿园，他们在之前三年的家庭生活中，家庭环境不一致，受到的家庭教育也不一致，因此他们在生活能力上存在着很大的差异性。《3-6岁儿童学习与发展指南》中的社会领域指出：3~4岁幼儿在提醒下，能遵守游戏和公共场所规则。教师需要在小班幼儿入园准备工作中，通过家庭访谈，微信等方式了解幼儿家庭教育情况、在一日生活中观察幼儿行为表现，抓住普遍存在的问题，根据年龄特点，结合具体的情境，通过反复提醒，逐步让幼儿明了一日生活常规的内容与要求，学会遵守常规。

1. 建立平等师生关系，创设宽松的环境氛围

小班幼儿刚刚入园，他们第一次与父母长时间分离，也是第一次脱离家庭来到一个陌生环境，产生分离焦虑等入园不适应症状，其生活自理能力会有一定程度的下降，教师要为幼儿创设一个宽松的环境氛围，平等对待每一位幼儿，用爱包容幼儿的不适应表现，帮助幼儿更好的适应集体生活。

2. 利用多种方式方法，感知常规内容与要求

幼儿园一日生活常规教育应遵循幼儿的年龄特点，结合班级幼儿情况，采用适宜的方式方法，循序渐进让幼儿感知一日生活常规的内容与要求。为了让本班幼儿

了解一日生活的内容与要求，笔者和主班做了以下工作：

①口头传授。教师在每个生活环节开始前，直接面向全体幼儿讲述常规要求。例如利用餐前活动时间，向全体幼儿讲述待会吃饭时候要注意哪些，吃完饭要做哪些事，并且在一段时间内反复表达常规要求，直至幼儿自觉遵守常规。

②利用儿歌与动作示范。儿歌是人一生中最早接受的文学样式，能帮助幼儿初步认识生活常规的内容，教师将洗手六步骤，穿脱衣物的步骤编成朗朗上口的儿歌带领幼儿学习，在朗诵时结合手部动作，让幼儿明确常规的内容与要求。

③观看《宝宝巴士》等益智视频，结合实际生活经验，让幼儿感知应当如何遵循生活常规以及不遵守常规带来的严重后果。通过移情，让幼儿感同身受，理解遵循生活常规的重要性以及该如何遵循生活常规。

（二）磕磕绊绊习常规

1. 常规养成重在实践，重在坚持

首先当幼儿以及明确一日生活常规时，教师要为幼儿提供实践操作的机会，让幼儿有机会将自己的所学用于实践生活中，并在活动中观察幼儿的行为表现，及时制止不正确的行为。其次常规的形成并不是一朝一夕就可以养成的，幼儿需要教师的反复提醒，不断亲身实践才能逐步形成。在这个过程中，教师要注意不断提醒幼儿遵循常规、将发现的问题与幼儿进行讨论，商讨错误原因与解决办法、保持耐心，对幼儿的错误行为表示谅解，并帮助幼儿改正不遵守常规的行为。

2. 使用多种措施，引导幼儿遵守常规

①利用区角游戏。区角游戏是幼儿园一日生活中的重要组成部分，它可以让幼儿在游戏情境中掌握一定的生活自理能力，有助于良好生活常规的形成。例如，在娃娃家中，提供衣物让幼儿给宝宝穿衣服，掌握穿衣技巧。

②提供模仿对象，做好榜样示范。幼儿天性喜欢模仿，尤其爱模仿身边成人的行为。因此，在日常生活中，教师首先要做好幼儿的榜样，注重自己的言行举止，做好幼儿的表率。例如在晨间入园时，主动跟幼儿打招呼；在洗手时，遵循洗手的六步骤；自己的物品摆放整齐；离园时跟幼儿说“再见”等等。其次教师可以在幼儿群体内树立典型，让能力强，遵守常规好的幼儿成为其余幼儿模仿的对象。

③给予鼓励，增加幼儿遵守常规的频率。首先教师要由一双善于发现的眼睛，及时表扬幼儿遵守常规的行

为，抓住闪光点及时进行教育，鼓励幼儿继续遵守常规。这样做可以满足幼儿的成就感与自信心，为了得到老师的赞赏而继续努力。其次教师可以抛出“鱼饵”，给予一定刺激，让幼儿主动遵守常规。例如，教师可以说：“今天吃饭吃的又快又干净的小朋友，老师准备了小饼干给他们吃”“今天主动与老师打招呼的小朋友，老师给他准备了贴花纸。”

④创设提示环境。教师在班级内创设提示环境，通过图片和数字的形式，让幼儿感知一日常规的内容。由于小班幼儿的年龄特点，他们主动喝水的意识还比较薄弱。老师通过与孩子们的讨论调查发现，有着甜甜味道的水果更能吸引孩子。水果茶在孩子们堆里畅销起来。自主选择，洗切水果，动手配料，调制水果茶……当普通的白开水变成了具有吸引力的水果茶，孩子们渐渐的喜欢上了喝水，这顺利的让他们的喝水习惯得以巩固。

⑤善用音乐。将音乐与幼儿一日生活常规相结合。在培养幼儿良好的生活常规阶段，教师要学会给自己做“减法”，在生活环节给予幼儿一段固定的音乐，在常规养成初期，让幼儿欣赏音乐，教师告知幼儿这段音乐意味着什么。在经过一段时间的适应后，幼儿形成条件反射，听到某一段音乐就知道自己应该干什么，而不需要教师反复的在那提醒幼儿。在笔者班级，收拾物品时就会播放音乐：小蜜蜂、在起床时播放起床歌、休息时播放小星星，幼儿闭眼休息。

⑥三位一体，要求一致。两位教师与保育员之间要密切配合，相互协作。三位教师对待幼儿常规培养有一致的理念，对待具体行为的要求也一致。

3. 做好家长思想工作，形成良好家园合力

家长是孩子的第一任老师，家庭也是教育孩子的重要场所。家庭是幼儿实践所学的重要场所，幼儿园也是展现家长育儿理念的场所，良好的家园合作能帮助幼儿更好的养成生活常规，达成事半功倍的效果。

①通过家庭教育讲座，家长课堂的形式，教师向全班家长介绍我班幼儿一日生活常规的内容与要求，阐述一日生活常规对于幼儿发展的重要性，与家长达成一致的教育理念。

②微信打卡。教师鼓励幼儿在家庭中也遵循相应生活常规，自己的事情自己干。例如饭前洗手，饭后漱口，自己吃的碗自己去收拾；睡觉前也是自己脱衣服，叠衣服；自己的玩具自己收拾干净等等。与此同时，家长也可以拍摄幼儿遵循常规的小视频，并在微信群里打卡。教师可以在第二天在班级内与幼儿一起观看小视频，发

现每位幼儿遵守常规的情况，并给予奖励。

(三) 对症下药改常规

教师根据幼儿现有情况预设的常规并不是一成不变的，需要根据幼儿遵守常规的实际情况，幼儿园课程的要求，新的教育理念不断改进，以此更好的促进幼儿遵守一日生活常规。

1. 点心区常规的演变

点心区环境：提供四张小桌子，每桌坐3人

阶段一状况描述：开学第一周，保育老师将点心根据每组人数摆放在一个大餐盘内，教师根据点心的数量，向幼儿讲解吃点心时应该遵循的规则：吃点心每人吃1块/一包/5片，但在实际过程中会出现：①有幼儿多吃他人点心导致点心不够的现象。②教师不方便分辨幼儿吃点心的情况。

分析：首先因为幼儿不会点数，对于数量缺乏一定认知，其次所有的点心都放在同一个餐盘里，不方便幼儿分辨谁是谁的点心。所以就出现了有的幼儿爱吃某类点心，就坐在那一直吃点心，有的幼儿不喜欢，吃了一个点心就不继续吃了。

解决措施：教师将大餐盘撤掉，采购分格餐盘。这种分格餐盘在设计时就将餐盘平均分成3块。利用这种餐盘，保育教师可以将每组幼儿的点心平均分成三份倒在餐盘中，每格一小份，教师只需要对幼儿说：点心吃掉自己面前格子里的一份就可以了，这样做优点是：①不需要幼儿去记忆，去点数今天自己要吃多少点心了，只需要记住吃完自己面前的一份就可以了，便于常规的遵守。②有利于教师掌握每一位幼儿吃点心的情况。

阶段二状况描述：教师在学期初组织幼儿吃点心时，由于点心区容量有限，不能让所有幼儿同时吃点心，为方便管理，采用分批进餐的策略：男生先去吃点心，女生在看动画片，然后交换；女生先去吃点心，男生看动画片，然后交换。在操作过程中发现：①部分幼儿在吃点心时，注意力集中在动画片。手里拿着点心，眼睛看着电视，不吃点心。②教师组织第二批幼儿吃点心时，幼儿反应慢，不想去吃点心，想看动画片。

分析：首先动画片因为其特点容易吸引幼儿注意力，导致幼儿注意力不集中。其次教师按性别请幼儿进餐，方法单一，幼儿缺少期待感。

解决措施：①分批进餐，一部分幼儿在吃点心，一部分幼儿进行桌面游戏。②采用幼儿邀请幼儿吃点心的方式。先吃完的幼儿根据点心签到墙邀请没吃的小朋友吃点心。

2. 餐后休息方式改进

状况描述：起初教师请吃的快幼儿吃完午餐后，搬好小椅子坐到走廊上休息。但在实际情境中发现：①幼儿双方玩游戏，发生肢体推搡，哭泣的现象。②幼儿跪坐在椅子上敲击窗户玻璃。③将脚伸出来拌人。④大声喧哗。

分析描述：①幼儿天性爱玩，但又分不清不小心碰到自己和打自己的区别，因此很多时候会幼儿来告状，说别人打了自己，推了自己。②小班幼儿缺乏正确的是非观，他们对行为可能导致的后果也缺乏一定思考，因此他们伸出脚可能是无意识的行为。③幼儿探索欲强，模仿性也强。当一名幼儿发现敲击玻璃能发出声音，其余幼儿也会争相模仿他的行为，而不考虑是否要注意安全，遵守常规。

解决办法：①提供书籍，组织幼儿进行餐后阅读。利用图书来分散幼儿注意力，让幼儿安静休息，平复心情。②天气晴朗时，组织先吃完的幼儿做到小花园，让幼儿享受光照，观察小花园中的植物和动物。

四、遵守一日生活常规的重要性

1. 有助于幼儿养成良好的生活习惯。《指南》中指出让幼儿保持有规律的生活，养成良好的作息习惯。在幼儿园一日生活中，让幼儿遵守一日生活常规，让幼儿在有规律的生活适应幼儿园环境，促进身心健康发展。与此同时，教师引导幼儿学习并遵守一日生活常规，让幼儿了解到在每一个生活环节中自己能做到哪些事，应

该怎样做。长此以往，有助于幼儿自理能力的提高，形成良好的生活卫生习惯。

2. 促进幼儿社会性的发展。一日生活常规中包含着许多的规则。在幼儿遵守一日生活常规的过程中，他们能初步感知到什么是规则，面对规则自己应当怎样做，如果不遵守规则会造成怎样的后果。这些经验都能够促进幼儿社会性的发展，让幼儿学会遵守社会规则，并且融入社会，成为社会的一份子。

3. 帮助幼儿适应幼儿园的一日生活。小班幼儿刚刚入园，幼儿园对于这些小班幼儿是非常陌生的，而教师设置一日生活常规，能让幼儿逐渐对幼儿园的一日生活有所了解，稳定幼儿不安的情绪。

五、结语

教师要准确把握幼儿的身心发展特征，采用正确的方法，在小班阶段就给幼儿树立一个正确的行为规范，在帮助幼儿学会遵守一日生活常规，及时制止幼儿不正确的行为，养成良好的生活卫生习惯。

参考文献：

- [1] 翟姝翠. 幼儿园小班生活常规教育的行动研究[D]. 2019.3-3.
- [2] 张金陵. 幼儿园班级管理[M]. 华东师范大学出版社：上海，2015：72-84
- [3] 中华人民共和国教育部制定. 3~6岁儿童学习与发展指南[M]. 首都师范大学出版社：北京，2012.8

