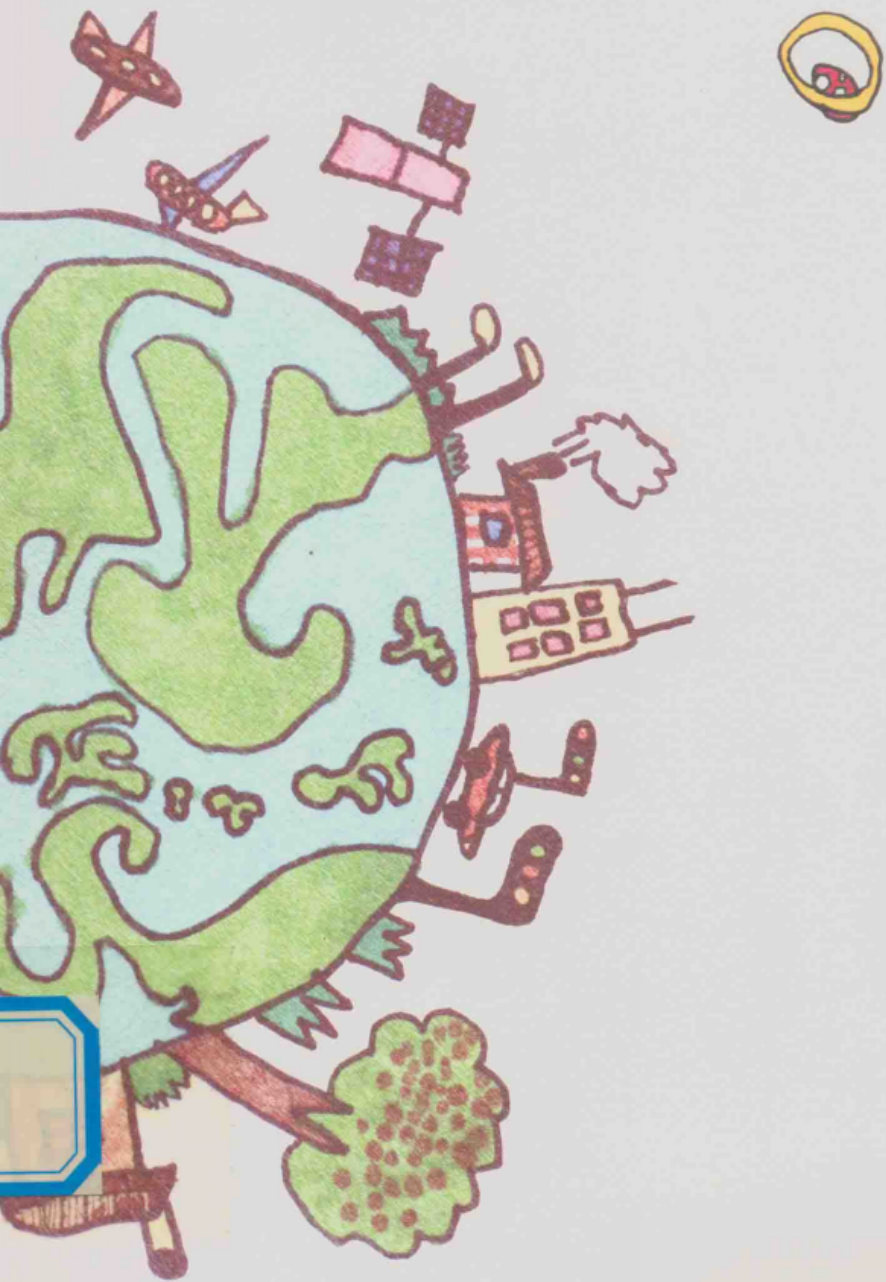


幼儿园保教工作指导丛书

# 幼儿园一日生活实施指引



深圳市投资控股有限公司幼教管理中心 编



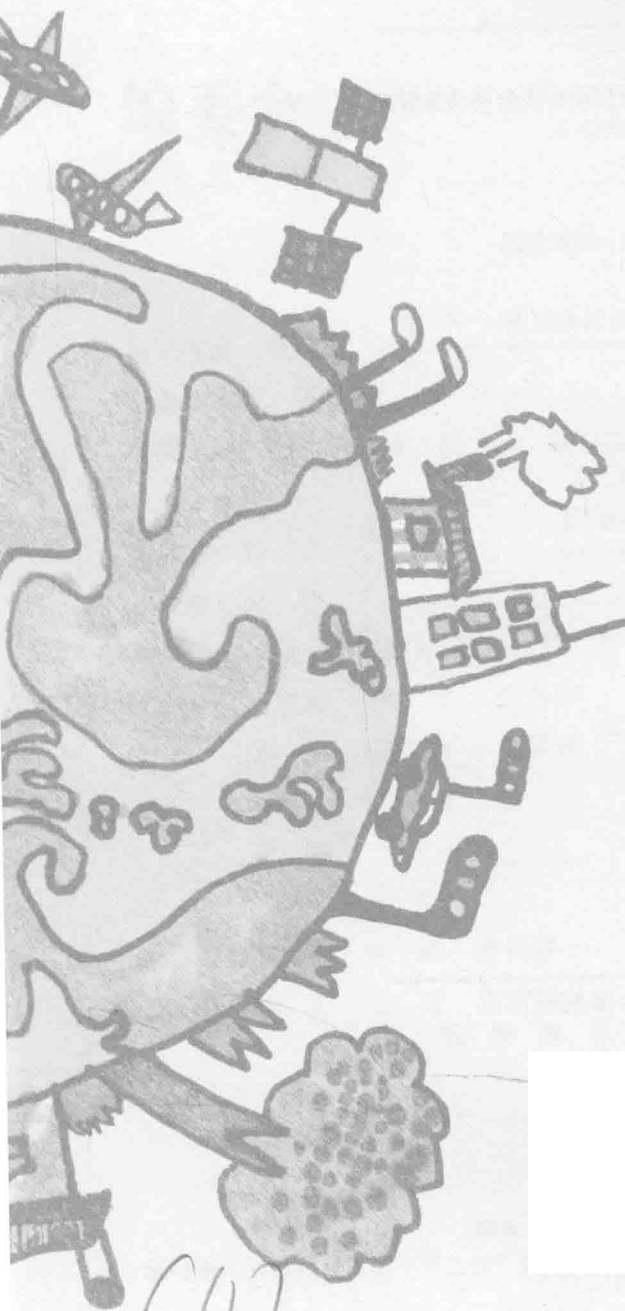
北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社

幼儿园保教工作指导丛书

# 幼儿园一日生活实施指引



深圳市投资控股有限公司幼教管理中心 编



G617  
205



北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社

---

图书在版编目(CIP)数据

幼儿园一日生活实施指引/深圳市投资控股有限公司幼教管理中心编. —北京:北京师范大学出版社, 2015. 1  
(幼儿园保教工作指导丛书)  
ISBN 978-7-303-18115-5

I. ①幼… II. ①深… III. ①幼儿园—教育管理  
IV. ①G617

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第243627号

---

营销中心电话 010-58802181 58805532  
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com>  
电子信箱 [gaojiao@bnupg.com](mailto:gaojiao@bnupg.com)

---

出版发行: 北京师范大学出版社 [www.bnup.com](http://www.bnup.com)  
北京新街口外大街19号  
邮政编码: 100875

印刷: 北京利丰雅高长城印刷有限公司  
经销: 全国新华书店  
开本: 215 mm × 225 mm  
印张: 4.5  
字数: 90千字  
版次: 2015年1月第1版  
印次: 2015年1月第1次印刷  
定 价: 25.00元

---

策划编辑: 罗佩珍 责任编辑: 罗佩珍  
美术编辑: 焦 丽 装帧设计: 曹 敢 焦 丽  
责任校对: 李 茜 责任印制: 陈 涛

**版权所有 侵权必究**

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

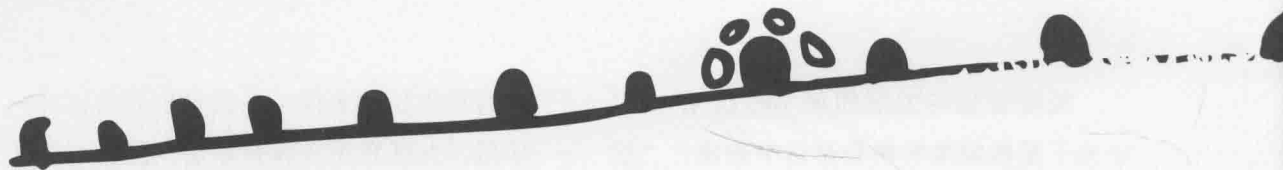
# 前言

经济合作与发展组织(OECD)在2001年关于保教制度的调查报告中指出：“幼儿时代，作为人生的一个阶段，是一个本身就拥有极高价值的时代。对幼儿来说，自由的时间、独自的文化和游戏都是有决定性意义的重要东西。……让幼儿能够基于自己的思考、自己的兴趣而生活，是教育者必须牢记在心的追求……保障每一个生活在当下的儿童过有意义的生活，将让他们未来的人生充实而精彩。”（《〈3—6岁儿童学习与发展指南〉解读》，人民教育出版社，第217页）教育部颁布的《3—6岁儿童学习与发展指南》也指明：“幼儿的学习是以直接经验为基础，在游戏和日常生活中进行的，要珍视游戏和生活的独特价值，创设丰富的教育环境，合理安排一日生活，最大限度地支持和满足幼儿通过直接感知、实际操作和亲身体验获取经验的需要，严禁‘拔苗助长’式的超前教育和强化训练。”

幼儿在幼儿园度过的三年时光，是他们不可复制的一段人生经历，对他们来说，

生活是生长的条件，生长是生活的内容，学习、发展和生长就是生活。因此，幼儿每天在园的生活质量就是幼教工作者工作质量和教育质量的体现。了解幼儿园一日生活各环节蕴含的学习与发展契机，重视一日生活的每个环节，让教育自然地融入生活之中，是每个幼教工作者的应尽职责和工作准则，如何做到《幼儿园教育指导纲要（试行）》提出的“科学、合理地安排和组织一日生活”，则是一个循环往复的永无止境的研究过程，是幼教工作者对教育实践的努力追求。

为深入贯彻落实《幼儿园工作规程》《幼儿园教育指导纲要（试行）》和《3—6岁儿童学习与发展指南》，我们在充分理解幼儿园一日生活对于幼儿成长的意义和价值的基础上，梳理、总结广东省深圳市属22所公办幼儿园多年积累的教育实践经验，并结合申报并立项的广东省教育科学“十二五”规划课题“幼儿园一日生活作息结构及组织策略的研究”近三年的研究成果，编写了《幼儿园一日生活实施指



引》一书，旨在为一线幼教工作者尤其是新入职保教人员提供一套较具操作性和借鉴意义的实践蓝本，为科学而合理地安排组织幼儿在园一日生活、不断提升幼儿园保教质量提供参照与帮助。

本书把幼儿园一日生活分为生活与过渡、学习与游戏、户外活动三大类活动，明确了每类活动蕴含的主要教育价值与教育功能，详细描述了16个主要活动环节，在每个环节提供“幼儿可以和应该做的”“教育建议”两部分内容。

“幼儿可以和应该做的”描述的是三个年龄阶段大多数幼儿在一日生活各环节普遍表现出来的、容易被观察到的一般行为水平和特征，反映了对幼儿在一日生活各环节中学习与发展水平的合理期望，仅作为观察与了解幼儿的参照，在具体实践中

幼儿是存在个体差异的，要避免将其作为评价幼儿的指标。“教育建议”一般分为“环境准备”“活动设计”和“组织与实施”三部分：“环境准备”体现了环境对一日生活发挥隐性教育作用的理念，在考虑一日生活环境创设时，要注重环境的整体规划、创设与利用，避免割裂不同类型、不同环节活动的环境创设；“活动设计”和“组织与实施”则结合不同内容、环节活动的特殊性，提出该环节设计和活动实施的一般要求以及适宜而具操作性的方法、建议。

本书为集体智慧的结晶，编写人员均来自深圳市投资控股有限公司幼教管理中心（以下简称“深投幼教”）一线的管理者和教师。感谢“深投幼教”所属的22所公办园的园长和教师，是他们的教育实践经验为本书奠定了扎实的基础。

衷心感谢天津师范大学梁慧娟博士，在本书的编写过程中给予专业指导并审定全书内容。

特别感谢北京师范大学出版社的领导和编辑为本书出版所付出的努力。

感谢“深投幼教”所属深圳市第二幼儿园方嘉杰、吴永正、伍思旋、廖奇臻、邓运泽、全芷晴、李奕辰、常敬涵、钟清如、苏子钧、麦可心，深圳市彩田幼儿园冯文岳，深圳市华富幼儿园黄馨玥、黄俊煜，深圳幼儿园杨琳，深圳市滨苑幼儿园叶欣雨、晋艺可、杨昊诚等小朋友为全书绘制了插画。

编写人员在写作过程中参阅了一些研究成果和相关书籍，在文中都一一做了注释，谨向这些作者表示衷心的感谢。

由于编写人员认识水平、学识水平有限，本书还存在诸多不足和问题。我们希望在本书的使用过程中，各方尤其是广大幼教同行提出宝贵意见，以利于今后的改进和修订。

衷心希望广大幼教同行在《幼儿园工作规程》《幼儿园教育指导纲要（试行）》和《3—6岁儿童学习与发展指南》的指引下，理解和尊重幼儿的生活，实施有效的保育与教育工作，帮助幼儿成为一日生活的主人，让教育立足幼儿、回归生活。



# 说明

《幼儿园一日生活实施指引》（以下简称《指引》）把幼儿园一日生活分为生活与过渡、学习与游戏、户外活动三大类活动，列出幼儿园一日生活最主要的16个环节，在每个环节提供“幼儿可以和应该做的”“教育建议”两部分内容。

为了给幼儿提供有质量的在园生活，使幼儿真正成为一日生活的主人，在学习、游戏和生活中获得应有的发展，运用本《指引》时要注意把握以下原则。

**安全性：应创设安全、有序、温馨的环境。**这是幼儿利益至上原则的首要体现。凡是有幼儿进入的场所、场地都应有成人看护，活动室、户外活动场地和各种活动材料、玩具必须保持清洁卫生，同时应符合国家规定的安全标准，确保不存在任何安全隐患；制订幼儿能理解并符合其特点

的公共规则，以帮助他们自然、有序地开展活动；允许幼儿按自己的兴趣、意愿和需要选择活动，以不违反生活常规的方式，自由地进行探索、交往和表达，使他们体验到在幼儿园生活的愉悦。

**整体性：要注重活动安排的整体效益。**幼儿在园的一日生活是一个教育整体，一日生活中各类活动的安排与组织应充分发挥活动之间的互补作用，应让幼儿在生活中学习、在游戏中学习，使一日生活教育价值在各环节的有机“合力”中得以充分发挥。



**稳定性与灵活性：在日程安排中需注重稳定性与灵活性相结合。**建立科学、合理的生活制度与常规，并相对稳定地执行作息制度，尽可能地减少环节转换；同时，生活安排还应具有相对的灵活性，可根据幼儿活动的实际情况（表现、进程以及生理需求等）适当地缩短或延长活动，或视具体情况允许个别幼儿暂时中断某项活动，遇特殊情况也可适当临时调整日程安排，但要事先告知幼儿，使他们有心理准备。

**平衡性：幼儿的自主活动与教师组织的活动应相对保持平衡。**幼儿的自主活动和教师

组织的活动是幼儿园的主要活动，两类活动在时间安排上应保持一定平衡，要保证幼儿有足够的时间、场地进行自主游戏和自由活动，教师组织的教育活动应尽可能地采用小组活动，集体活动中也需尽可能地让幼儿主动探索和游戏，让幼儿有充分的表达和表现机会，教师和保育员要注意观察、了解每个幼儿的需要并积极作出适宜的回应。





**自主性：注重逐步引导幼儿学会自我安排。**自入园之初，就需向幼儿介绍并讲解一日生活制度和常规，随着幼儿年龄的增长，应逐渐帮助幼儿将生活制度和常规内化，引导其逐步从外在控制与管理向有效的自我安排与管理转变，逐步实现有规律地在园生活，培养起良好的生活习惯、时间感和秩序感，推动幼儿自主性与社会性的发展。

**合作性：成人之间要默契配合。**教师与保育员应掌握幼儿在园一日生活各环节的要求与规则，结合《3—6岁儿童学习与发展指南》的要求，最大限度地了解和熟悉幼儿，针对班级实际情况商讨适宜的教育措施，共同做好一日生活各环节的组织和指导，分工协作，默契配合，体现成人教育的一

致性，为幼儿营造和谐、快乐的发展氛围。

**开放性：幼儿园教育与家长、社区有机结合。**幼儿园教育并不是要替代家长的作用，相反，只有更好地发挥家长、社区的教育功能，才能实现幼儿的全面、和谐发展。幼儿园可以根据季节的安排、社区资源的条件以及家长的意愿，综合安排走出幼儿园的活动，在保障安全的前提下，与社区和家长开展各类合作学习的活动，如参访商店、郊外远足、到博物馆参观学习等。

# 目录

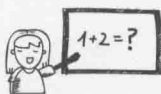
## 第一章 生活与过渡



第一节 入园	-----	3
第二节 餐点	-----	9
第三节 饮水	-----	13
第四节 如厕	-----	17
第五节 盥洗	-----	21
第六节 午睡	-----	25
第七节 整理	-----	29
第八节 离园	-----	33
第九节 过渡	-----	37



## 第二章 学习与游戏



第一节 晨谈 .....	43
第二节 集体教学 .....	47
第三节 小组学习 .....	53
第四节 区域活动 .....	57

## 第三章 户外活动



第一节 团体操 .....	63
第二节 教师组织的体育教学活动 .....	67
第三节 户外自由活动 .....	71
参考文献 .....	74



## 第一章 生活与过渡

生活活动是满足幼儿基本生理需要、帮助其养成良好生活习惯、提高自理能力的活动。

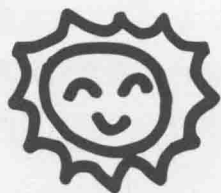
生活活动主要包括入园、离园，以及幼儿在园的餐点、饮水、如厕、盥洗、午睡、整理和过渡9个环节，是构成幼儿日常生活的基本要素。每个要素在幼儿的生命成长中都具备独特的教育功能，对幼儿发展具有非常重要的意义。

教师应深入理解这9个环节蕴含的教育价值，要结合幼儿的身心特点及生理需要，自然而精心地组织生活活动，有针对

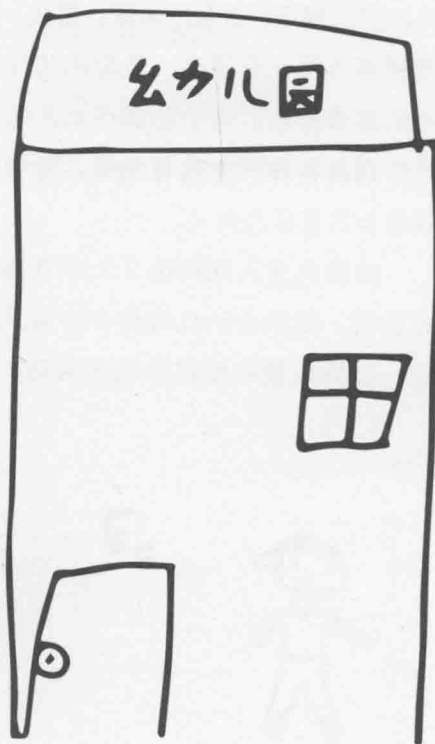
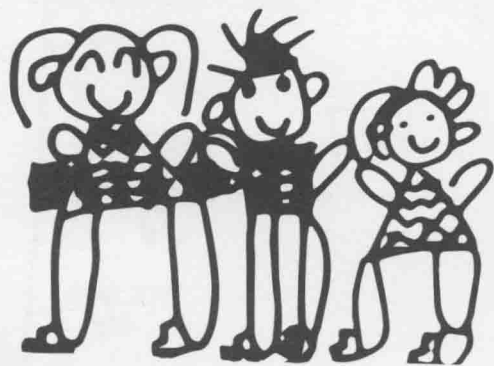
性地进行教育引导，耐心帮助幼儿掌握自理方法，真正使生活活动成为全面增强幼儿生活能力、促进其身心和谐发展的教育活动。

过渡环节是指由一个活动过渡到另一个活动的中间过程，主要通过让幼儿预知下一活动的内容与要求，协助幼儿自主做好参与活动的身心预备，养成生活有序的良好习惯，促进幼儿安全感、秩序感与自主性的发展。在一日活动的计划中，教师应该考虑如何让过渡环节自然、流畅，并尽可能减少集体性的过渡。





入  
园





## 第一节 入园

### 活动一：晨检



3~4岁	4~5岁	5~6岁
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 衣着整洁，愿意上幼儿园。</li><li>2. 懂得向教师、保健医生和同伴问好，向家长说再见。</li><li>3. 愿意接受晨检。</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 衣着整洁，情绪稳定，愉快进园。</li><li>2. 向教师、保健医生和同伴问好，向家长说再见。</li><li>3. 主动接受晨检，能回答教师或保健医生关于身体状况的询问。</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 衣着整洁，以积极、愉快的情绪进园。</li><li>2. 主动向教师、保健医生和同伴问好，主动向家长说再见。</li><li>3. 主动接受晨检，并懂得将身体不舒服的感觉告诉教师或保健医生。</li></ol>

## 教育建议

### 一、环境准备

1. 保持入园通道的畅通和安全。
2. 确保幼儿园大门口有家长与教师交接幼儿的足够空间，确保幼儿交接秩序。
3. 天气若变化（如下雨、刮风、暴晒等），可调整为在适宜的地点进行晨检。

### 二、组织与实施

#### ♥ 晨检前

1. 当值行政人员或教师提前到达幼儿园大门口，做好迎接准备。
2. 保健医生提前到达晨检位置，准备好所需器具和材料。
3. 安保人员把好人员出入关，防止幼儿自行离园和外来人员随意出入。

#### ♥ 晨检过程中

1. 主动、亲切问候每一名到园幼儿，拥抱、安抚个别情绪不良的幼儿。
2. 保健医生需观察幼儿的精神状态

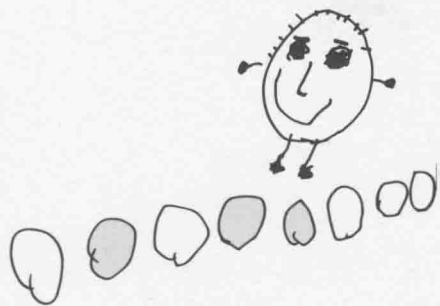
和身体状况，做到“一摸、二看、三问、四查、五处理”，并做好记录。

3. 保健医生应关注前期生病幼儿或体弱幼儿来园的身体状况，对需在园内服用自带药品的幼儿，要求家长提供医院病历、处方以及服药委托书，做好有关药品的交接、登记和存放工作；对患有传染病未痊愈的幼儿，应及时留意并要求休养至痊愈方可入园。

4. 及时关注并帮助有特殊需求的幼儿。

#### ♥ 晨检后

1. 幼儿晨检后，应由教师或工作人员看护到达活动室，对能独立到达活动室的幼儿，也应确保在教师视线范围内。
2. 保健医生应及时与班级教师沟通幼儿精神状态和身体状况的普遍情况与个别异常情况。

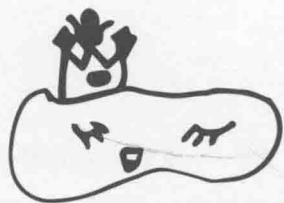


## 活动二：晨间活动

幼儿可以和应该做的

3~4岁	4~5岁	5~6岁
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 学会将个人物品摆放在指定位置。</li><li>2. 在教师的指导下尝试整理教室环境、照顾动植物等。</li><li>3. 跟随教师参加晨练活动。</li><li>4. 尝试参与值日工作。</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 能将个人物品摆放在指定位置。</li><li>2. 主动参与整理教室环境、照顾动植物等工作。</li><li>3. 在教师的指导下到相应的场地参加晨练活动。</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 将个人物品在指定位置摆放整齐有序。</li><li>2. 积极做好整理教室环境、照顾动植物等工作。</li><li>3. 根据教师的要求，自主到相应场地参加晨练活动。</li></ol>





## 一、环境准备

1. 在幼儿进班前开窗通风，并做好室内外设施的整理、消毒工作。

2. 准备好温度适宜的饮用水，将已消毒的口杯、毛巾放在固定位置供幼儿使用。

3. 检视活动室内的玩具及材料，准备好晨间锻炼的器械及材料。

2. 在活动室门前热情迎接幼儿进班，指导幼儿摆放好个人物品，帮助幼儿逐步学会管理自己的物品。

3. 耐心倾听每一名幼儿的表达，利用幼儿陆续进园的有利时机灵活进行个别指导，采用拥抱、蹲下来和幼儿说话等多种方式安抚并疏导幼儿的不良情绪。

## 二、组织与实施

### ♥ 晨间活动前

1. 根据幼儿的年龄特点做好活动计划，合理选择活动场地，检查活动器械或材料的安全性并提前放置好。