

全 · 国 · 幼 · 儿 · 教 · 师 · 培 · 训 · 用 · 书



梦山书系

丛书主编：袁爱玲

幼儿园 生活活动指导

廖莉 吴舒莹 袁爱玲 编著



海峡出版发行集团 | 福建教育出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

全 · 国 · 幼 · 儿 · 教 · 师 · 培 · 训 · 用 · 书

丛书主编：袁爱玲

幼儿园 生活活动指导

廖莉 吴舒莹 袁爱玲 编著



海峡出版发行集团 | 福建教育出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿园生活活动指导/廖莉, 吴舒莹, 袁爱玲编著.
—2版. —福州: 福建教育出版社, 2014. 2 (2015. 2 重印)
全国幼儿教师培训用书
ISBN 978-7-5334-6341-0

I. ①幼… II. ①廖… ②吴… ③袁… III. ①学前教育—教师培训—教材 IV. ①G613

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 024894 号

全国幼儿教师培训用书

幼儿园生活活动指导

廖莉 吴舒莹 袁爱玲 编著

出版发行 海峡出版发行集团
福建教育出版社

(福州梦山路 27 号 邮编: 350001 网址: www.fjep.com.cn)

编辑部电话: 0591-83726908

发行部电话: 0591-83721876 87115073 010-62027445)

出版人 黄旭

印刷 福州泰岳印刷广告有限公司

(福州市鼓楼区白龙路 5 号 邮编: 350003)

开本 720 毫米×1000 毫米 1/16

印张 10.25

字数 145 千

插页 1

版次 2014 年 2 月第 2 版 2015 年 2 月第 2 次印刷

书号 ISBN 978-7-5334-6341-0

定价 22.00 元

如发现本书印装质量问题, 影响阅读,
请向本社出版科 (电话: 0591-83726019) 调换。

总 序

如今，在幼教界最热的话题之一就是“幼儿教师专业成长”。时代列车一日千里，幼儿教师若想赶上这趟时代快车，就必须让自己在专业上持续快速地成长。对此，教师们自身应有清醒的认识并积极奋斗。与此同时，各级政府和社会力量也正在努力营造让幼儿教师轻松实现专业成长的条件与氛围。我们组织编写的这套“全国幼儿教师培训用书”正是为了满足幼儿教师加速专业成长的需求。

此套丛书的编写理念是以幼儿教师为中心，走进教师们的专业生活、精神生活甚至是日常生活，聚焦她们频繁遇到的问题，以面对面、心贴心的亲切感来分析解决幼儿教师们的困惑、谜团、问题与困难。这套丛书由《幼儿园教学具设计与使用指导》《幼儿教师教学基本策略》《幼儿园生活活动指导》《幼儿教师如何做教科研》《家园沟通的艺术》《国外幼儿教育考察》《幼儿教师心理调适》《幼儿园数学学具的设计与使用》《幼儿园文案轻松写》《幼儿园民间体育游戏课程》《幼儿园教学活动再设计与实施指导》《幼儿学习活动的观察与指导》《幼儿教师如何提升实践反思能力》等构成，内容基本涉及幼儿教师专业生活的方方面面。

放眼世界学前教育对幼儿教师专业成长的研究，可归纳为三种主要的价值取向，即专业技术取向、实践反思取向、文化生态取向。我们认为这三种专业发展与成长的价值取向并非是对立关系，而是各有所长的互补关系。因为，幼儿教师这个职业虽然不比医生、律师的专业度高、技术性强，但也绝不是没有专业性、技术性的职业，因而非本专业的人是绝对做不好此项工作

的，必须经历一定程度的专业学习才可胜任。而且，现实也清楚地显示幼儿教育专业毕业的人并不是立即就能做好此项工作，还必须经历一定时间的实践，并通过不断反思，才能将学科知识、教育教学知识以及关于教育对象——幼儿的知识有机地整合在一起，形成实践智慧，成为专业熟手。也就是说专业知识和专业技能本身并不等于教育教学中的实践智慧。现实还告诉我们，每个教师的专业成长绝不仅仅是单纯的、孤立的个人行为，恰如一粒种子本身并不能完全决定自己的长势和果实，种在不同质量的土壤中，其成长的样态和果实会大不相同。遇上肥沃的土壤，其长势就好，果实就佳；反之则不然。这也就是说，教师个体的专业成长与其所在园所或地区的文化生态环境关系密切。

因此，综合这三种专业发展取向，我们这套丛书力求提供有专业度的指导，但又不是干巴巴的说教，尽可能将专业知识还原到具体的情境中，让它们鲜活起来。与此同时鼓励老师们学与做结合，边做边反思，而不以书本为教条。我们更建议幼儿园打造学习型组织，形成学习共同体，培养终身学习的理念和终身学习的习惯，在这样的园所文化生态环境下，每个幼儿教师的专业成长才能持续，才能提速，才能搭上时代快车。

由于编写人员来自全国各地许多高校和幼儿园，在写作中互动沟通难免不够密切，加之能力水平所限，令这套丛书距离我们的预期目标可能会有不少差距，也会有众多不足，万望广大幼儿教师朋友们不吝赐教，以便再版时修改完善。

华南师范大学 袁爱玲

2012年3月10日

目 录

第一章 幼儿园生活活动的概念及指导原则	1
----------------------------------	----------

第一节 幼儿园生活活动的重要意义/2

一、生活活动对幼儿发展的重要作用/2

二、生活活动对幼儿园课程发展的重要价值/3

第二节 幼儿园生活活动的指导原则/4

一、随机性/4

二、体验性/5

三、主动性/5

四、差异性/6

五、适宜性/7

第三节 幼儿园生活活动的误区及解决策略/8

误区一：重视教学活动，轻视生活活动/8

误区二：把生活活动单纯看作满足幼儿的生理需要，忽略幼儿心理的发展/9

误区三：生活活动程序化，消极等待现象频出/10

误区四：教师管理行为过多，忽视幼儿自我管理的学习/13

第二章 入园环节的指导 19

第一节 入园环节指导重点/20

一、晨检的意义及指导重点/20

二、晨间接待的指导重点/25

三、晨练的意义和指导重点/26

四、新生入园的指导重点/29

第二节 晨练活动的组织指导/33

一、集体体育游戏/33

二、基本动作练习/34

三、体育器械活动/36

第三节 入园环节的指导策略/36

一、新生入园指导策略/37

二、常规入园指导策略/39

第三章 进餐环节的指导 41

第一节 进餐环节的指导要点/42

一、培养良好进餐行为的重要意义/42

二、影响幼儿进餐的因素/43

三、明确各年龄段进餐习惯的培养目标/44

四、进餐环节安全操作常规/45

第二节 进餐环节的指导途径/53

一、餐前活动的组织/53

二、进餐的组织/54

三、餐后活动的组织/55

第三节 进餐活动的指导策略/57

一、增进幼儿食欲的方法/57

二、进餐习惯的培养/58

三、常见问题的指导策略/61

四、焦点问题的探讨/62

第四章 喝水环节的指导 65

第一节 喝水环节的指导要点/66

一、水的重要性/66

二、喝水环节的注意事项/69

三、喝水环节的指导重点/70

第二节 喝水环节的指导途径/72

一、根据孩子的特点,采取多样的教学方法/72

二、创设良好的环境,积极引导幼儿养成喝水习惯/73

三、家园合作,培养幼儿良好的喝水习惯/73

第三节 喝水环节的指导策略/77

问题一:不愿意主动喝水/77

问题二:喝水时太拥挤/78

第五章 盥洗环节的指导 81

第一节 盥洗环节的指导要点/82

一、盥洗环节的重要性/83

二、盥洗环节的教育目标/83

三、盥洗环节的组织常规/84

第二节 盥洗环节的指导途径/87

一、巧用生活小标示,创设盥洗室的优美环境/87

- 二、保持盥洗室的卫生清洁/88
- 三、帮助幼儿认识到卫生清洁的重要性/88
- 四、帮助幼儿学习洗手、洗脸、漱口的办法/89
- 五、通过“回放录像——感知讨论”的方式帮助幼儿安静有序地盥洗/
91
- 六、通过儿歌巩固幼儿的卫生习惯/92
- 第三节 盥洗活动焦点问题/93
- 一、孩子喜欢在盥洗室里面玩水怎么办? /93
- 二、幼儿回家不愿意洗澡、洗脸、洗手怎么办? /94

第六章 如厕环节的指导 97

- 第一节 婴幼儿如厕训练的指导要点/98
- 一、婴幼儿如厕训练的重要性/98
- 二、各年龄阶段婴幼儿的大小便训练/100
- 三、婴幼儿如厕训练的要点/101
- 第二节 如厕环节的指导重点/103
- 一、如厕活动的常规要求/103
- 二、如厕活动的指导重点/103
- 三、幼儿园如厕活动的指导策略/104
- 第三节 如厕活动焦点问题探讨/113
- 一、幼儿园应该“男女同厕”还是“男女分厕”? /113
- 二、幼儿大小便异常应该怎么办? /115

第七章 睡眠环节的指导 117

- 第一节 睡眠环节的指导要点/118

一、睡眠活动是促进儿童生长发育的重要因素/118

二、影响幼儿午睡质量的因素/120

三、午睡环节的组织常规/121

四、睡眠的卫生与保健/125

第二节 睡眠环节的指导途径/126

一、建立合理的午睡制度/126

二、培养幼儿良好的睡眠习惯/129

三、巧用策略,帮助孩子尽快入眠/130

四、在教学活动中渗透午睡常规教育/133

五、加强家园合作/134

第三节 睡眠环节焦点问题的探讨/134

一、午睡睡得越久越好吗? /134

二、如何对待不愿睡觉的幼儿? /135

三、一定要朝天(或右边)睡吗? /137

第八章 离园环节的指导 139

第一节 离园环节的指导重点/140

一、重新认识离园环节/140

二、离园环节的组织原则/141

三、离园活动的指导重点/141

第二节 离园环节的指导途径/142

一、离园前教育活动的组织/142

二、离园前的整理活动/148

三、离园时的家园沟通工作/148

第三节 离园环节的指导策略/151

问题一:教师忽视离园环节/151

问题二:孩子想推迟离园/152

问题三:迟接幼儿的离园焦虑/153

第一章 幼儿园生活活动的概念及指导原则

【内容提要】

本章主要阐述生活活动对幼儿发展和幼儿园课程的重要意义，明确幼儿园开展生活活动的随机性、体验性、主动性、差异性和适宜性五大原则，阐述生活活动开展过程中的四种误区，并提出相应的解决策略。

【学习目标】

认识到生活活动在幼儿园教育中的重要作用，把握组织开展生活活动的五个原则，避免生活活动中常见的误区，掌握解决的策略。





最好的教育是“从生活中学习”，“从经验中学习”。

——杜威

生活教育是生活所原有，生活所自营，生活所必需的教育。

——陶行知

幼儿园生活活动作为幼儿一日活动的重要组成部分，贯穿于一日生活的始终。据统计，从早上 7:30 入园到下午 5:30 离园，大班幼儿用于生活活动的时间，约占一日活动时间的 44%，小班约占 50%，跨度之长，居一日活动之首。科学、有序的生活活动，对培养幼儿的自理能力和幼儿身心发展起着重要作用。

第一节 幼儿园生活活动的重要意义

幼儿园生活活动，主要指幼儿入园、进餐、喝水、盥洗、如厕、睡眠、离园等环节，是幼儿一日活动的重要组成部分。

《幼儿园教育指导纲要（试行）》指出，要“根据幼儿的需要建立科学的生活常规”，“培养幼儿良好的饮食、睡眠、盥洗、排泄等生活习惯和生活自理能力”。在达成这些目标上，生活活动有着其他活动不可替代的作用。如何把握生活活动的重要性，我们可以从两个角度来看。

一、生活活动对幼儿发展的重要作用

1. 生活活动有利于建立幼儿科学的生活常规

幼儿入园前的生活基本处于无序状态，一定程度上也影响到幼儿的健康



成长。入园后，幼儿园的一日作息井然有序，既兼顾幼儿的年龄特点，也考虑幼儿的发展需要，尤其是各个生活活动与幼儿的日常生活紧密相连。在幼儿园有意识的教育和培养下，能让幼儿形成科学的生活常规。据调查显示，很多家长均反映，幼儿在入园后，改善最明显的就是睡眠和用餐习惯。由此可见，生活活动的常态化对于幼儿科学的生活常规具有较强的迁移性。

2. 生活活动有利于培养幼儿良好的生活习惯和生活自理能力

幼儿进入幼儿园后开始逐步适应各个生活环节，同时教师也会逐步放手让幼儿进行自我服务。如用餐活动，教师鼓励幼儿吃完饭自己收拾餐具；睡眠活动，中大班的教师可鼓励幼儿自行穿脱衣服并折叠被子；饭前便后习惯性地洗手，午睡起床后漱口等。幼儿通过生活活动的参与，行为逐步内化，从而形成良好的生活习惯和生活自理能力，同时也会迁移到日常生活中，对其终身发展起着积极的作用。

3. 生活活动有利于提高幼儿的自我保护意识和能力

每天入园时和睡前，教师们都要对孩子进行仔细检查，以防幼儿因为贪玩而带异物入园，导致发生意外，而这样的检查也会让孩子意识到小物体所带来的危险性。同时在用餐活动中，教师们也会针对幼儿的不良饮食习惯，有意识地进行讨论或开展主题活动，引导幼儿形成正确的营养观，多方面提高幼儿的自我保护意识和能力，促进幼儿的健康发展。

二、生活活动对幼儿园课程发展的重要价值

1. 生活活动是幼儿园课程的重要组成部分

课程来源于幼儿生活世界，活动来源于幼儿生活，生活活动贯穿一日生活始终，成为幼儿园课程必不可少的一部分。通过生活活动生成各类主题活动，渗透着健康、语言、科学、社会等各领域教育内容。在生活活动中，幼儿习得良好的生活习惯，发展生活自理能力、交往能力。

2. 捕捉生活活动的教育契机，能丰富幼儿园课程内容

生活活动中隐藏着许多教育契机。幼儿的生成活动无处不在，无时不有，



教师只要关注幼儿、观察幼儿、倾听幼儿，就不难发现幼儿在生活活动中生成的话题与兴趣。如有教师观察发现，在盥洗环节，幼儿最喜欢逗留在盥洗室洗手玩水，常常会溅湿衣服，而又忘了关水龙头。为了让幼儿正确认识水，教师生成了关于水的主题活动，像“会变化的水”、“水龙头不哭了”、“沉浮游戏”等，让幼儿了解水的形成、特征及其与人们的关系等。

第二节 幼儿园生活活动的指导原则

在实践操作中，应该如何把握生活活动的教育契机，充分挖掘生活活动的教育价值呢？我们应把握以下几点原则。

一、随机性

幼儿园应树立一日生活即课程的思想，认识到时时处处都有教育，将生活的过程作为教育的过程。生活活动即幼儿一日生活的常规活动，教师应充分利用幼儿生活活动中的偶发事件，进行随机教育。我们来看下面这个案例：

【案例】

“老师，你看值日生在乱跑。”雨绚对我说。我走过去对值日生说：“你们是值日生为什么还在跑？”“老师，刘老师还没来呀。”亦哈说。原来，他们在等生活老师来分饭。看到幼儿还没有意识到值日生的职责，我就利用餐前的时间和他们进行讨论。我问：“谁知道值日生该做些什么？”孩子们议论开了，“负责分饭”，“整理班级”，“是小朋友的好榜样”等，值日生的形象就这样树立起来了。然后我建议孩子们将值日生该做的事画下来，制成值日生表格，把值日情况记录下来，在周末“值日生之星”上评比。^①

案例中的老师通过用餐活动中发生的小事件，抓住教育契机，引导幼儿积极讨论，既尊重了幼儿的主体性，又圆满解决了问题。

^① 张岚. 在生活活动中整合教育内容例析. 福建教育, 2005, 2.



二、体验性

生活活动中教师应根据幼儿的年龄特点，放手让他们学习自我服务，学习自己能做的事情自己做。如小班的幼儿，教师可以边念儿歌边让幼儿学习正确洗手。中大班的孩子，可组织进行为集体服务的活动，如帮助小班的幼儿穿衣服，参与管理幼儿园的植物角等，在这个过程中锻炼幼儿的生活实践能力，培养任务意识和责任感，体验劳动的快乐。教师也可以充分利用“娃娃家”等区域，让幼儿在情境中体验生活，掌握生活技能。生活活动更多的是集体活动，因此教师应重视活动中的师幼交往和同伴交往，让幼儿在这种自然的交往状态中，发展利他及合作精神。

【案例】

开学初，小班进餐活动中，老师发现，有的小朋友将瘦肉、青菜放入口中咀嚼许久还是吐出了渣，有的小朋友拿汤匙就像拿铲子一样，有的小朋友手不扶碗，饭菜撒落在桌面、衣服和地板上。老师于是创设“娃娃茶吧”区域情境，在茶吧中投放幼儿喜爱的花生、蚕豆、玉米等较硬食物，让幼儿在区域活动中与材料互动，训练咀嚼能力；在“娃娃家”区域投放汤匙、小娃娃等材料，引导幼儿学习拿汤匙，而且投放的“娃娃”有变化，先投放大嘴娃娃，后改为小嘴娃娃，提高幼儿用匙喂饭难度，让幼儿在与“娃娃”的互动中培养灵活用匙进餐的能力。^①

三、主动性

生活活动是幼儿园保育任务的一项主要活动，传统的保育观多从保教人员的主观臆想出发，习惯于向幼儿发出指令式、约束式、训斥式等强制性要求，幼儿则被动地遵照幼儿园的既定规则，完成用餐、盥洗、喝水、睡眠等环节，较少考虑幼儿的主动性。科学的保育观强调尊重儿童，即便在每天必

^① 刘飞敏. 生活活动中影响师幼互动的因素及应对策略. 学前教育研究, 2006, 1.



不可少的生活环节，教师也应充分发挥幼儿的主动性，让幼儿成为生活的小主人。教师应注重为幼儿提供宽松的生活环境，尊重、了解不同年龄幼儿的特点、需要，以真诚的爱心、积极的鼓励，让幼儿主动参与活动中。如在用餐环节，鼓励幼儿协助教师做好餐前的准备工作，可以每天以小值日生的形式，让幼儿协助擦桌子、添饭、分发餐具；用餐完毕，鼓励幼儿将餐具放至指定位置，将各自的桌面收拾干净等。教师还可组织幼儿讨论生活活动程序或规则（如如何洗手等），并用幼儿能理解的图像加以表征，贴在生活活动相应场所，以提醒幼儿主动按程序或规则操作，充分尊重幼儿的主体性。

【案例】

幼儿园利用早餐活动的教育契机发挥孩子的主体性。幼儿园要求食堂工作人员每天早上为幼儿准备营养丰富的各色各样食品（如饼干类、干果类、牛奶类、豆制品类以及粗粮类）。在就餐时改变以往由成人安排的“一块饼干、一杯牛奶”的方式，而采取自助餐、自由结伴的形式。这样孩子们能自主地选择食品种类，自己把握吃的数量，从中体验生活自主的乐趣。^①

四、差异性

儿童的发展存在差异性，不同的生活活动也应采取不同的指导策略。如进餐环节，能力强的幼儿能较快而又开心地完成进餐，能力弱的幼儿往往抵触进餐同时情绪低落。教师对于能力强的幼儿应给予正面的赞赏，同时对能力弱的幼儿采取激励式的抚慰和支持性的帮助。如在睡眠环节，对于能力强、能主动穿脱衣服的幼儿，在表扬的同时，还可鼓励他们帮助能力弱的幼儿，而对能力弱的幼儿应以激励其自主服务为主，辅以适当的支持和帮助。

在不同的生活活动中，教师的指导重点和策略也不一样。如入园活动，重点在于幼儿情绪的的稳定及适宜的晨练活动的组织；盥洗活动应避免幼儿忘记活动程序与规则，而与同伴进行嬉戏玩水；进餐活动应提供给幼儿愉快进

^① 黄缨. 重视幼儿在生活活动中的主体地位. 学前教育研究, 2003, 6.