

蓝天幼儿园

蓝天幼儿园 著



蓝天教育系列丛书

养成教育手册

首次公开蓝天幼儿园教育模式

启动中国幼儿教育变革新篇章

中国有句谚语：

三岁看大，七岁看老，

幼儿期养成的良好习惯可以影响他的一生。

 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS



养成教育手册

蓝子幼儿园

2011年11月

蓝天 幼儿园

蓝天幼儿园 著



蓝天教育系列丛书

养成教育手册

中国有句谚语：

三岁看大，七岁看老，

幼儿期养成的良好习惯可以影响他的一生。

首次公开蓝天幼儿园教育模式

启动中国幼儿教育变革新篇章



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

蓝天幼儿园养成教育手册/蓝天幼儿园著. —北京: 北京理工大学出版社, 2008. 1

ISBN 978 - 7 - 5640 - 1296 - 0

I. 蓝… II. 蓝… III. 学前教育 - 教学参考资料 IV. G613

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 098133 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / [http:// www. bitpress. com. cn](http://www.bitpress.com.cn)

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京凌奇印刷有限责任公司

开 本 / 787 毫米 × 960 毫米 1/16

印 张 / 21.25

字 数 / 339 千字

版 次 / 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

责任校对 / 陈玉梅

定 价 / 36.00 元

责任印制 / 吴皓云

图书出现印装质量问题, 本社负责调换



蓝天幼儿园园长 秦书华

空直蓝天幼儿园

空直蓝天幼儿园是一所历史悠久，底蕴深厚，在国内外享有盛誉，备受各界关注的名园。先后被评为北京市海淀区人民满意幼儿园、卫生保健示范园、早期教育示范基地、早期教育工作先进集体、创建学习型组织先进单位。

2005年幼儿园顺利通过了北京市示范园验收，实现了蓝天人多年的夙愿。蓝天幼儿园秦书华园长，以自身独特的人格魅力、忘我的敬业精神、精湛的专业水平和创新的工作思路，感染着身边的每一个人，她推崇的“管理建园、勤劳持园、素质强园、科研促园、真情满园”成就了辉煌的“蓝天”。

我们的 办园理念

以养成教育为基础
以艺术教育为切入
以生态体验为途径



蓝天教育系列丛书

第一板块：

《蓝天幼儿园创新管理手册》
《蓝天幼儿园主题活动手册》
《蓝天幼儿园养成教育手册》

 即将推出

第二板块：

《小手学画画——我是天才小画家》
(3-4岁、4-5岁、5-6岁3册)

第三板块：

- 《今年我三岁了》
(认识社会、亲近自然、走近科学、
学习语言、感受艺术5册)
- 《今年我四岁了》
(认识社会、亲近自然、走近科学、
学习语言、感受艺术5册)
- 《今年我五岁了》
(认识社会、亲近自然、走近科学、
学习语言、感受艺术5册)

《蓝天幼儿园养成教育手册》编委会

主 编：秦书华 李建昭

执行主编：吴华英

常务编委：秦书华 李建昭 吴华英 李 峰 常巧玲
任 亮

编 委：（按姓氏笔画排序）

王京阳 邢丽娜 朱燕红 任 亮 向春阳
刘秀英 杨 威 李 峰 吴玉荣 吴华英
谷 越 陈雪燕 常巧玲 蒋 静

总序



巴尔扎克说过：“一个能思想的人，才真是一个力量无边的人。”一个拥有55年历史的集体，也正如一个有思想的人，它无时无刻不在体现着团队的精神，团队的力量，体现着教育的智慧和教师的能力。

没有来过蓝天幼儿园的人，对他们总是有许多美好的想象：抑或是艺术的殿堂，抑或是电视里稚嫩、可爱的儿童灿烂的笑脸和优美的舞姿。

来过蓝天幼儿园的人，也有着难忘的回忆，她古老而年轻，传统而现代。他们感受到沉淀几十年的艺术教育，也感受到军队管理的严谨作风，感受艺术之外的其他教育内涵。在这所具有深厚教育内涵的幼儿园中，给孩子们健康成长带来无尽的源泉与动力。

就像历经岁月风云的老者，要品味她，读懂她，需要体验她的生活，走进她的心灵。蓝天和蓝天人，他们团结向上、开阔创新的精神，他们特别能吃苦，特别能战斗的奉献精神，呈现在每一件小事中，呈现在每一个老师话语中：有想法才有办法，有思路才有创新；为了明天，做好今天……

在《幼儿园教育指导纲要》逐层深入推行的今天，蓝天幼儿园在继承、发展和创新中大胆地展示自己，在经验总结中提升自己，这样

的开拓我们会持之以恒地支持和鼓励，鼓励他们继续延续。孩子是祖国的希望，民族的未来。贯彻党的教育方针，培养好他们，是我们神圣的责任，也是我们的光荣与梦想。

蓝天的故事不是一朝一夕能讲完的，而这套“蓝天幼儿教育丛书”以“创新管理”“主题活动”“养成教育”为主线，呈现了蓝天探索的历程、凝结了教师们集体的智慧，见证了其持续发展的轨迹。我们期待他们有更精彩的内容呈现给广大幼儿教育工作者。

北京市教委学前处处长

张小红

2007年10月

前言



《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》明确指出，未成年人的思想道德建设应从规范行为习惯做起。

幼儿阶段是社会性发展和培养的重要时期，幼儿道德行为的养成是幼儿社会性发展与培养的重要内容。《幼儿园教育指导纲要》特别强调：“幼儿园的各项活动都要注重幼儿生理和心理健康，保护幼儿的生命安全，培养幼儿良好的生活卫生习惯和生活自理能力……”

近年来，我园结合寄宿制特点及自身优势，紧紧抓住幼儿素质教育的核心，逐渐将办园特色定位于“培养幼儿良好的生活卫生习惯和生活自理能力，使幼儿终身受益”，以“生活卫生习惯和生活自理能力”为切入点，全面提高幼儿素质，从而推动我园稳步、持续地发展。

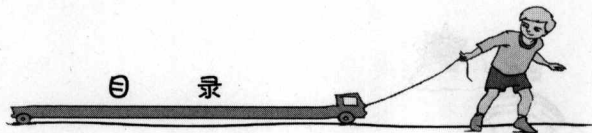
为方便教师更好地对幼儿进行生活卫生习惯和生活自理能力的培养，我们编辑整理了这本《养成教育手册》，全书共分为理论篇、实践篇与教师成长篇三个部分。其中，理论篇简要地阐述了我园特色形成的理论依据和现实意义，介绍了特色发展的历史轨迹，从而加深教师对办园特色的认识与了解。实践篇主要根据幼儿不同年龄阶段的特点，制定了大中小各年龄段培养项目及各月安排，使教师在实际工作中更具有目的性、针对性，收集了有关幼儿独立生活能力培养的研究成果、优秀教案、创编儿歌故事、电脑教学等内容，为教师提供了丰富的实例和资料，方便教师实践操作。教师成长篇收集了这些年来我园在养成教育上的管理、教学经验，供教师在提炼、总结自身实践经验或环境创设时使用。

本书对保教人员开展养成教育有一定的指导作用和参考价值。虽然我们在培养幼儿良好的生活习惯与自理能力方面进行了深入的研究，但是，养成教育的内

容是十分广泛的，如培养文明礼貌习惯、学习习惯、劳动习惯、语言习惯、思维习惯等。目前，我们在养成教育中所涉及的内容尚不全面，我们将继续深入探索，继续弘扬与发展我园养成教育的特色。

由于时间仓促，水平有限，难免有疏漏不足之处。欢迎广大读者提出宝贵意见和建议，使之不断充实完善。

编 者



目 录



第一部分 理论篇

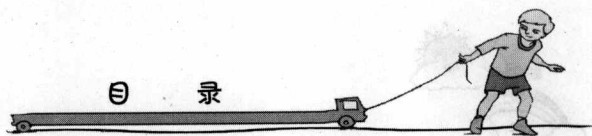
第一章 培养幼儿良好的生活卫生习惯和生活自理能力理论与课题研究	(3)
第一节 课题发展概述	(3)
第二节 培养幼儿生活自理能力的实验研究	(5)
第三节 《幼儿生活自理能力与习惯培养》科研成果的 巩固与推广	(13)
第四节 落实《纲要》精神,培养幼儿良好的生活卫生 习惯和生活自理能力	(21)
第五节 在幼儿独立生活能力与习惯培养中运用“无 批评”教育的研究	(25)
第二章 3~6岁幼儿生活习惯养成教育的培养方法	(39)
第一节 对环境与教师的要求	(39)
第二节 培养措施和方法	(41)

第二部分 实践篇

第三章 幼儿自理能力和卫生习惯培养目标	(49)
第一节 幼儿自理能力和卫生习惯培养目标和具体	



项目	(49)
第二节 各年龄段重点、难点及分月目标	(54)
第四章 班级日常教育实践活动	(63)
第一节 生活和卫生习惯养成教学实例	(63)
不掉饭粒	(63)
冬天不冷	(70)
书——我的好朋友	(73)
护牙小卫士	(78)
不能乱扔垃圾	(83)
爱惜粮食	(86)
小牙刷的故事	(88)
小耳朵真灵敏	(90)
保护眼睛我知道	(92)
我来搬桌椅	(94)
穿穿戴戴游戏儿歌	(96)
生病的大拇哥	(99)
大嘴巴吃掉小裤腿儿	(100)
我和筷子做朋友	(102)
我是小厨师	(103)
来到动物园	(105)
看图讲述：自己的事情自己做	(107)
第二节 生活和卫生习惯养成自编故事	(109)
第三节 自编儿歌	(120)
一、鼓励独立性	(120)
二、生活自理能力——吃饭	(123)
三、生活自理能力——穿衣	(132)
四、生活自理能力——刷牙	(139)
五、生活自理能力——作息	(143)
六、良好的卫生习惯	(144)
七、其他行为习惯	(150)
第四节 养成教育理念小故事	(155)



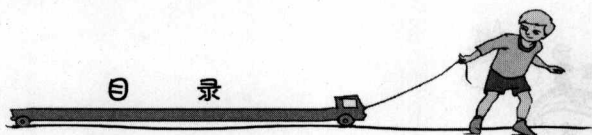
一、自理能力——吃饭	(155)
二、培养良好的卫生习惯	(162)
三、培养良好的行为习惯	(164)
第五章 电脑教学制度与常规	(171)
第一节 电脑教学规章制度	(171)
一、电脑教室教师守则	(171)
二、微机课教师职责	(172)
三、幼儿电脑教室守则(细则)	(172)
第二节 电脑教学活动案例	(174)
一、“我会穿衣服”	(174)
二、牙齿的保健	(175)
三、我的一周计划	(176)
四、我会用钱	(178)
第三节 电脑教学自编儿歌	(179)
第六章 艺术教育常规养成	(181)
第一节 特色教师工作常规	(181)
一、钢琴班教师工作常规	(181)
二、舞蹈班教师工作常规	(182)
第二节 钢琴教学自编儿歌	(183)
第三节 艺术教育反思	(184)
钢琴教育的几点感受	(184)
习惯养得好,终身受其益	(186)
培养幼儿习舞兴趣的点滴感悟	(189)
毛毛虫的“蜕变”	(191)

第三部分 教师成长篇

第七章 教师经验总结	(195)
创设良好环境,促进小班幼儿快乐发展	(195)
在中班幼儿良好进餐习惯养成中运用“无批评”教育	(195)



的研究	(201)
小班幼儿穿脱衣服存在的问题、原因及对策	(207)
培养小班幼儿生活自理能力的实践研究	(213)
小班幼儿生活自理能力的培养	(217)
养成教育在小班的三大支柱	(219)
常规培养三部曲	(220)
自己的事情自己做	(221)
生活环节指令音乐化促进小班幼儿常规养成	(223)
培养托班幼儿独立生活能力的几点做法	(225)
托班幼儿常规培养的几点体会	(227)
鼓励动手,促进幼儿发展的策略	(229)
引导小班幼儿愉快进餐	(231)
温馨有序的盥洗间	(232)
科学合理地组织幼儿午睡	(234)
第八章 教师反思笔记	(237)
善意的“谎言”	(237)
我会喝水了	(238)
家长——我们的好搭档	(241)
引导幼儿学会穿衣服的顺序	(245)
请珍惜每一滴水	(246)
让常规成为幼儿的需要	(248)
饮水小游戏	(250)
巧认拖鞋	(251)
吃饭与讲话	(251)
难吃的西红柿	(253)
耐心对待挑食的孩子	(254)
有效的角色体验	(254)
白米粒的诉说	(256)
帮助别人最快乐	(257)
值日生快乐	(257)
培养自我服务意识	(259)



漱口	(259)
肥皂溶化了	(260)
厕所里的臭味	(261)
喝水环节游戏化	(262)
老师,我的尿是无色的	(263)
充分发挥幼儿的主动性	(264)
牙疼的启示	(265)
会飞的纸鹤	(266)
一次起床活动的启示	(267)
学叠被	(268)
翻被子	(269)
系带的启示	(270)
引导幼儿学会互相帮助	(271)
洗脚	(271)
站队	(272)
变形的红上衣	(273)
夜班工作也要渗透教育	(274)
帮小玩具找家	(275)
幼儿·兴趣·材料	(276)
由浅入深 循序渐进	(277)
良好习惯的培养	(277)
幼儿独立生活能力的培养	(278)
培养幼儿生活自理能力的点滴体会	(279)
引导幼儿自己解决问题	(280)
如何让新生尽早适应幼儿园集体生活	(281)
暑期常规培养有感	(281)
抓住偶发事件,引导教师主动学习	(282)
学提裤子	(283)
当孩子拿别人东西时	(284)
我要睡小屋	(285)
家园共育三部曲	(287)



爱玩水的灿灿	(291)
附一 一日生活常规	(293)
附二 名人名言	(317)
附三 名词解释	(319)

(293)	自由与纪律的关系, 教师
(294)	教师的主导作用与幼儿的
(295)	自由与纪律的关系
(296)	自由与纪律的关系
(297)	自由与纪律的关系
(298)	自由与纪律的关系
(299)	自由与纪律的关系
(300)	自由与纪律的关系
(301)	自由与纪律的关系
(302)	自由与纪律的关系
(303)	自由与纪律的关系
(304)	自由与纪律的关系
(305)	自由与纪律的关系
(306)	自由与纪律的关系
(307)	自由与纪律的关系
(308)	自由与纪律的关系
(309)	自由与纪律的关系
(310)	自由与纪律的关系
(311)	自由与纪律的关系
(312)	自由与纪律的关系
(313)	自由与纪律的关系
(314)	自由与纪律的关系
(315)	自由与纪律的关系
(316)	自由与纪律的关系
(317)	自由与纪律的关系
(318)	自由与纪律的关系
(319)	自由与纪律的关系
(320)	自由与纪律的关系
(321)	自由与纪律的关系
(322)	自由与纪律的关系
(323)	自由与纪律的关系
(324)	自由与纪律的关系
(325)	自由与纪律的关系
(326)	自由与纪律的关系
(327)	自由与纪律的关系
(328)	自由与纪律的关系
(329)	自由与纪律的关系
(330)	自由与纪律的关系
(331)	自由与纪律的关系
(332)	自由与纪律的关系
(333)	自由与纪律的关系
(334)	自由与纪律的关系
(335)	自由与纪律的关系
(336)	自由与纪律的关系
(337)	自由与纪律的关系
(338)	自由与纪律的关系
(339)	自由与纪律的关系
(340)	自由与纪律的关系