



学 前 教 育

教师参考用书·试验本·

# 生活活动 2~4岁

Shenghuo  
huodong

上海教育出版社

教师参考用书·试验本·

# 生活活动 2~4岁

Shenghuo  
huodong

上海教育出版社



经上海市中小学教材审查委员会审查  
准予试验用 准用号 II-YJ-2003010

生活活动

Shenghuo  
huodong

学前教育教师参考用书(试验本)

生活活动

2—4岁

上海中小学课程教材改革委员会

上海世纪出版集团 出版  
上海教育出版社

(上海永福路123号 邮政编码:200031)

上海新华书店发行 上海市印刷十厂有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 8.25 插页 4

2003年8月第1版 2003年8月第1次印刷

ISBN 7-5320-9115-5/G·9016

ISBN 7-5320-9115-5



9 787532 091157 >

此书如有印、装质量问题，请径向本社调换

定 价：16.00元





彩图一 进餐前自己做准备



彩图二 自己吃饭



彩图三 吃完点心放好杯



彩图四 点心自己选



彩图五 我喜欢自助餐



彩图六 用手帮忙吃得香香（一）





彩图七 用手帮忙吃得香香 (二)



彩图八 小手真灵巧 (一)



彩图九 小手真灵巧 (二)



彩图十 有趣的生活区 (一)



彩图十一 有趣的生活区 (二)



彩图十二 适合低龄幼儿的便具 (一)





彩图十三 适合低龄幼儿的便具 (二)



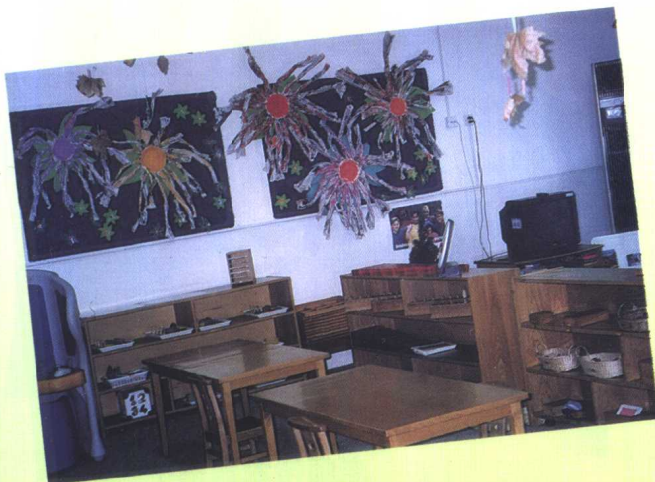
彩图十四 整洁的盥洗室 (一)



彩图十五 整洁的盥洗室 (二)



彩图十六 整洁的盥洗室 (三)



彩图十七 东西放整齐 (一)



彩图十八 东西放整齐 (二)





彩图十九 东西放整齐 (三)



彩图二十 方便的“肥皂”



彩图二十一 我爱洗手



彩图二十二 可爱的镜子



彩图二十三 干干净净真舒服



彩图二十四 老师帮我剪指甲





彩图二十五 多功能柜橱（一）



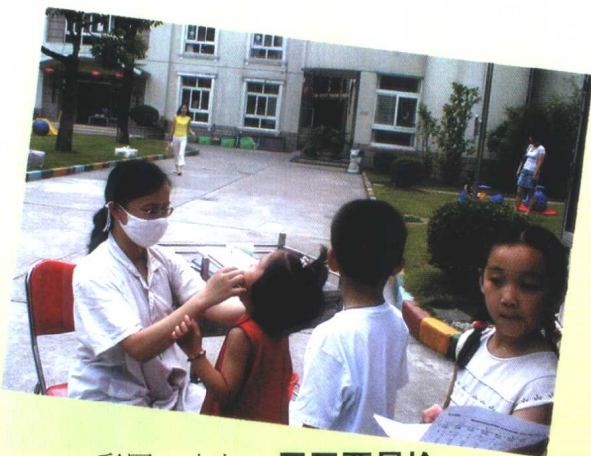
彩图二十六 多功能柜橱（二）



彩图二十七 多功能柜橱（三）



彩图二十八 有趣的主题



彩图二十九 天天要晨检



彩图三十 安全的楼梯

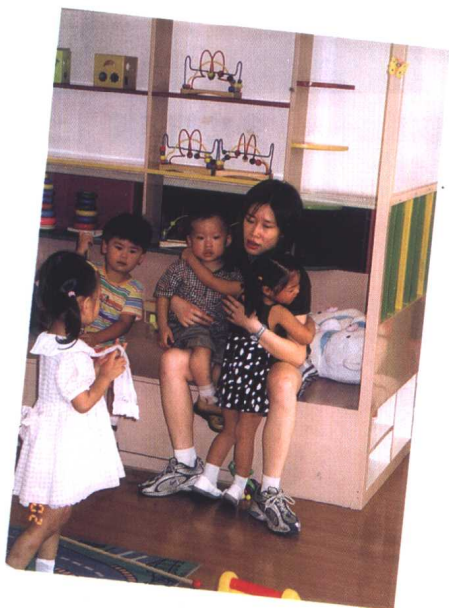




彩图三十一 家庭保健宣传栏



彩图三十二 入园前的亲子活动



彩图三十三 老师像妈妈



彩图三十四 陪伴入园



彩图三十五 允许独处



彩图三十六 入园前的准备



# 前 言

20世纪80年代以来，以课程改革为突破口的学前教育改革蓬勃开展，学前教育工作者在教育理念上发生了根本性的变化，在教育实践方面有了不少的改革和创新。

在这样的背景下，上海市于1998年拉开了课程教材改革的第二期工程序幕，1999年颁布了《上海市学前教育纲要》（简称《纲要》）。在以后的两年时间里，根据《纲要》，上海市又制定了《上海市学前教育课程指南》（简称《指南》），以此作为课程实施、教师用书的编审和教育评价的依据。《幼儿园教师参考用书》（简称《用书》）就是依据《指南》编写而成的。

根据《指南》阐述的学前教育课程理念，幼儿教育教材应注重过程，应与幼儿生活经验相贴近，能符合幼儿的兴趣，满足每个不同幼儿的合理需要，特别是游戏活动的需要；幼儿教育教材应为幼儿园教师留有足够的空间和余地，在教育、教学过程中，让教师能根据自己特定的教育对象，对教材进行加工和再创造。本套《用书》努力体现学前教育的课程理念。

十年前，上海市曾进行过一期学前教育课程改革和教材的编写。这套《用书》的编写继承了一期课改的一些教育理念和教育实践，例如，强调儿童的发展；将学前教育课程看成是学前教育机构中的一切活动，而不只是几门分割的学科；以综合化的方式组织和实施学前教育课程；等等。这套《用书》在继承和发扬上海市一期课改成果的基础上也有所发展和创新，例如，将教育对象的年龄由3—6岁扩展为2—6岁，以适应学前教育0—6岁一体化的需要；将处理好儿童生成的学习任务和教师设定的学习任务之间的关系，即处理好儿童自发、自主游戏与教师有目的有计划的教学之间的关系作为这套《用书》编写的突破口；将适合不同层次学前教育机构和不同水平的教师作为这套《用书》编写的一个基本出发点；等等。

根据幼儿园一日活动的形态，这套《用书》分为《游戏活动》、《生活活动》、《运动》和《学习活动》4个分册，根据不同活动形态的特点，分别体现幼儿游戏与教师有目的有计划的教学的不同程度和不同方式的结合。这套《用书》的编写，通过淡化结果，注重活动过程；通过充分体现幼儿园教育活动的选择性和生成性，达成编写者的预期目标。

我们期望，这套《用书》的使用过程能够成为积极促进幼儿发展的过程，成为学前教育课程园本化的过程，更能成为提高幼儿园教师职业水平的过程。



## 说 明

本册教材根据上海中小学课程教材改革委员会制定的《上海市学前教育课程指南》编写，供学前教育（2-4岁）试验用。

本教材由上海教育出版社，华东师范大学主持编写，经上海市中小学教材审查委员会审查准予试用。对本教材中所选用作品的作者表示感谢。

本册教材的编写人员有：

主编：朱家雄            副主编：华爱华   李慰宜

特约撰稿人(姓氏笔画为序)：余晓真   龚   敏   蒋   静



# 目 录

mu lu

## 一、做力所能及的事

1. 自己吃	2
2. 学穿衣	12
3. 上厕所	19
家园共育	22
案例与分析	24
小资料	29

## 三、保护自己

1. 保护五官	63
2. 乐意晨检	70
3. 避开危险	74
家园共育	80
案例与分析	82
小资料	88

## 二、文明的行为举止

1. 说话有礼貌	34
2. 宝宝爱干净	38
3. 学着收玩具	48
家园共育	51
案例与分析	56
小资料	58

## 四、适应集体

1. 爱上幼儿园	98
2. 老师喜欢我	104
3. 大家一起玩	108
家园共育	115
案例与分析	120
小资料	123

## ★ 做力所能及的事

当幼儿第一次进入托幼机构时，首先面临的是如何适应集体生活，特别是进餐、午睡、入厕等生活自理的问题，对他们来说是一种挑战。同时，2—4岁幼儿的手眼协调能力正在迅速发展之中，而生活自理活动充满了精细动作的尝试和练习。所以，让幼儿学做力所能及的事，不仅能帮助他们形成自我服务的能力，还能使他们在自我服务的过程中发展动作，体验成功，增强独立性，从而尽快地适应集体生活。当然，除了常规的生活环节，力所能及的事在一日生活的各种活动中都随时存在，因此教师还须细心观察，大胆放手，为幼儿自己动手做事创设更多的机会。



### 内容与要求

1. 学做自己的事，形成初步的自我服务能力。
2. 知道自己的事情自己做，有独立做事的愿望。
3. 在自我服务的过程中体验自己做事的快乐。



## 活动与指导

### 1 自己吃

#### 日常指导

#### ● 创设安全、整洁、明亮、温馨、有趣的餐饮环境

(1) 严格执行餐饮用具的消毒制度。茶桶、杯子的放置要适宜幼儿取放，提供的食物和水的温度要适当。

(2) 餐厅明亮，座位宽敞，不要让幼儿在狭窄的过道上进餐。(过道光线不足，座位拥挤，令幼儿感觉压抑、烦躁而影响食欲，况且，冬天过道的“穿堂风”使饭菜温度速降。)

(3) 餐具应便于消毒，还应轻巧、美观，适合并吸引幼儿动手学着自已吃。

(4) 餐饮时，可播放一些轻松优美的背景音乐，使幼儿愉快地进餐。

(5) 餐厅墙面布置的内容应有趣并隐含生活教育意义。

(6) 食物应粗细搭配，品种多样，建议最好每周都让幼儿吃点粗粮，如面粉、玉米、小麦和高粱等，给幼儿提供有益的营养补充，保证幼儿营养均衡。烹调方式要利于小年龄幼儿的咀嚼。

(7) 幼儿园可为小年龄幼儿提供进餐用的“围兜”，既帮助幼儿保持服装的整洁，也增加幼儿动手做事的机会。(见彩图一)

#### ● 教幼儿餐饮自助的方法

(1) 用小勺吃饭。

身体靠近饭桌



一手扶碗一手拿勺



手捏住勺柄



舀起一勺送入口



闭起嘴巴多嚼嚼



(2)用杯子喝水。

将杯子放在水龙头下



打开水龙头



关紧水龙头



(3)吃点心。

吃松脆的食品：轻轻咬，用小手或小盘接住落下的碎屑。

教幼儿剥剔食物，如剥蛋壳、剥糖纸、剥香蕉皮等，将剥剔下的残渣放在固定处。



● 从小培养餐饮好习惯

(1)按时吃饭，坐定进食。

这是幼儿在集体生活中必须遵守的常规。每天保证幼儿有充足的运动，有利于他们按时吃饭。进餐时，若让幼儿自主选择座位，能增强他们坐定进食的自觉性。

(2)独立吃完自己的饭菜。

初入园的托班幼儿，教师要引导其尝试自己吃，对确有困难的幼儿可适当进行帮助，逐渐过渡，使他们独立吃完自己的饭菜。(见彩图二)

(3)注意不让饭菜撒落在桌上和地上。



初学吃饭，由于动作不协调，幼儿常常会将饭菜撒落或打翻，教师不必在意或指责，而应帮助其整理干净，继续鼓励他自己吃。随着幼儿自理能力的提高，教师应注意提醒幼儿不让饭菜撒落在桌上和地上。

(4)进餐时不大声说笑。

集体进餐，其实也是幼儿之间相互交往的时机。教师应该告诉幼儿，想说话时先咽下嘴里的食物，轻声说话。小年龄幼儿喜欢模仿，教师可以和幼儿一起进餐，用自己的言行去暗示幼儿的行为，正面引导比不许他们怎样做更有效。

(5)把碗勺放在指定处。

餐饮完毕，应让幼儿学着收拾餐具，同时要提醒幼儿轻轻放餐具。保育员不要随意变动餐具的摆放处，或因为抢时间而自己将餐具收掉，使幼儿失去自理的机会。(见彩图三)

(6)喝多少，“放”多少；人多，我等等。

小年龄幼儿喝水时，喜欢玩“水龙头”，又加之明显的自我中心倾向，常常会与小朋友发生争抢。教师应经常提醒幼儿，培养其良好的习惯，同时在环境创设上应注意：不要组织幼儿集体去喝水，在饮水处放些小椅子，让幼儿坐着安心喝水或等待。

### ● 鼓励与支持幼儿的自我服务

(1)多用赞赏的眼光、动作、语言鼓励幼儿的自理行为，并在集体面前赞扬他们。“爱学样”是小年龄幼儿的特点，教师的赞扬对其他幼儿则是一种积极的暗示。

(2)幼儿园喝水、饮奶、午点等环节都是幼儿尝试自我服务，体验独立的机会，教师应尽可能让幼儿自己动手，如倒牛奶、取饼干等。

(3)让幼儿有最大限度的选择权。如提供不同的点心品种、自助餐，让幼儿自选。自主是幼儿乐于自我服务的内动力。(见彩图四、五)

(4)幼儿初学“自己吃”，会用手帮忙拿取食物。教师应允许幼儿用手拿取食物，并经常提供有助于幼儿“自己吃”的食物，如馒头、玉米棒、饺子、小番茄等。(见彩图六、七)

(5)教师要给每个幼儿创设做事的机会，越是能力弱的越要多给机会。

(6)提供充裕的时间让幼儿进行自我服务的练习。不要为了“上课”或其他原因而压缩生活活动的时间，使幼儿仓促了事。

### ● 教养策略要因人而异

(1)对胃口小、食欲差的幼儿，保育员应将饭菜分批呈上或少盛多添。

(2)对吃饭喜欢含在嘴里不咽下的幼儿，多用有趣、形象的指导语提醒，如“小牙齿要工作了”……

(3)对吃饭特别慢的幼儿，可以让其提前一点时间进餐，使他感觉自己也能同别人一样按时吃完。对吃得过快的幼儿，要提醒他们细嚼慢咽。

(4)对挑食的幼儿，除了要引导其不挑食，还可根据幼儿的口味来烹调，吸引他们去尝试吃不爱吃的东西。初次尝试时量要少，并以同伴和教师的良好情绪去影响、感染他们。

(5)对生病的幼儿，应允许他们少吃一些。对肥胖的幼儿，注意适当控制他们的进食量。

### 活动建议

#### ● 喂娃娃

在区角活动中，提供一些游戏材料，如：大嘴动物或大嘴娃娃（可用纸盒、饮料瓶等制作）、小勺、食物（可用小纸球、小豆子、小石子等代替）。幼儿在给“娃娃”喂食的游戏情景中，反复摆弄这些材料，有助于手眼协调能力的发展以及自我服务技能的掌握。（见彩图八、九）

注意点：

(1)游戏材料的可选性。“娃娃嘴”可大可小，幼儿可选择适合自己能力和兴趣的“食品”“喂娃娃”。

(2)游戏材料随幼儿能力发展而递进。当小班幼儿能熟练使用小勺“喂食”时，教师可添加筷子，让幼儿尝试新的喂食工具，有益于幼儿逐步学习用筷子。

#### ● 和哥哥姐姐一起进餐

(1)活动前，对不同年龄的幼儿要提不同的要求，如哥哥姐姐要关心弟弟妹妹，为他们作个好榜样；鼓励弟弟妹妹要学哥哥姐姐的样，自己吃。

(2)活动内容可以是：找朋友（一般由大找小，但也允许小找大），互相介绍自己的名字，结伴去洗手，共同进餐，饭后哥哥姐姐带着弟弟妹妹一起收拾餐具和整理餐桌。

(3)活动后，可让弟弟妹妹说说自己的感受。如：我和谁一起吃饭，什么事情是我自己做的，哥哥姐姐教我做什么等。