



高等教育精品教材  
学前教育专业“十三五”规划教材

XUEQIAN JIAOYU ZHUANYE SHIXUN ZHIDAOSHU

# 学前教育专业 实训指导书

(第2版)

主 编 / 朱凯利

副主编 / 徐 冉

- 配套PPT教学课件
- 辅助真实情景案例
- 提供立体实训素材
- 模拟仿真操作流程

西北大学出版社



高等教育精品教材  
学前教育专业“十三五”规划教材

# 学前教育专业 实训指导书

(第2版)

主 编 / 朱凯利

副主编 / 徐 冉

参 编 / (按姓氏音序排列)

安 娜 高 原 宫丰敏 郭 静

卢 杰 王 重 杨雯璐 朱燕恒

西北大学出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

学前教育专业实训指导书 / 朱凯利主编. --2 版. --西安:西北  
大学出版社,2019. 8

ISBN 978 - 7 - 5604 - 4390 - 4

I. ①学… II. ①朱… III. ①学前教育—教育理论—高等  
学校—教材 IV. ①G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 144201 号

**学前教育专业实训指导书(第2版)**

主 编:朱凯利

出版发行:西北大学出版社

地 址:西安市太白北路 229 号

邮 编:710069

电 话:029-88303940

经 销:全国新华书店

印 装:陕西隆昌印刷有限公司

开 本:889 毫米×1194 毫米 1/16

印 张:10

字 数:345 千字

版 次:2019 年 8 月第 2 版 2019 年 8 月第 4 次印刷

书 号:ISBN 978 - 7 - 5604 - 4390 - 4

定 价:45.00 元

---

如有印装质量问题,请与本社联系调换,电话 029 - 88302966。

## 第2版前言

本书是学前教育专业规划教材,可供全国高等院校学前教育专业教学实训、幼儿园教师在职培训等使用。2016年8月出版的第1版,得到了读者的普遍认可和较高评价,取得了良好的社会效应。

随着我国高等院校教学改革不断深入,“校企合作”“产教融合”“岗、证、赛一体化”“教、学、做合一”“模拟仿真实训”等理念不断推广,促使高校的专业建设和教材编写也要与时俱进,紧扣时代脉搏,也使建设符合学生实际的立体化教材成为未来发展的趋势。基于以上原因,对此教材进行第2版修订时,我们在保留第1版体例的基础上,对部分实训项目、素材进行了修改和完善,同时,也对原书中存在的疏漏之处进行了修订。

本次修订主要体现在以下几个方面:

1. 响应国赛要求,优化实训项目。此次修订,除了以《幼儿园教师专业标准(试行)》为依据,同时兼顾全国职业院校技能大赛(高职组)“学前教育专业教育技能”赛项要求和新时期幼儿园教师面临的问题和困惑,增加了“幼儿园主题网络图绘制技能实训”“幼儿园教师案例分析技能实训”“幼儿园意外安全事故处置技能实训”“幼儿园突发事件应急处理技能实训”,将原教材中“幼儿园户外环境创设技能实训”“幼儿园教师心理调适技能实训”分别改为“幼儿园公共空间环境创设技能实训”“幼儿园教师职业倦怠心理调适技能实训”,使实训的项目内容更具体,更具有可操作性,便于学生使用。

2. 加强校企合作,引入行业骨干。为了使本书的内容更加贴合幼儿园教师的岗位实际,体现“产教融合”的理念,力争实训项目“从教师中来,到教师中去”,在第2版修订过程中,邀请了幼儿园骨干教师参与审查整书项目体例,编写相关实训内容,提供真实的教学案例,使该书能够尽量还原幼儿园真实情境,为学生的模拟仿真实训提供可能。

3. 完善教学资源,配合整套课件。此次的修订将数字化资源建设作为重点,既方便教师的使用操作,也体现信息化时代的趋势和要求。为了给教师提供便利,减轻备课、制作课件的压力,该书中每个实训项目均配有教学用PPT课件,教师可直接扫描书中二维码获得,使教学、实训更加便捷高效。

4. 丰富实训素材,营造仿真氛围。第2版修订时,将“立体化”教材的建设理念贯穿始终,努力为每一个实训项目提供丰富的实训素材,素材包括文字、图片、视频、音频、微课等多种媒体类型,从呈现方式上看,有供学生学习、开阔眼界的文献、文件,有供学生模仿的教学范例、视频片段,也

有留给学生思考、实训的情境、案例,尽量使实训项目具有“三化一性”的特点(即具体化、形象化、情境化、仿真性),体现“教学做合一”的理念。

本书由陕西青年职业学院朱凯利担任主编,编写组成员具体分工如下:模块一、模块二、模块三、模块四、模块五中的项目一和项目二、模块五中的项目五和项目六、模块五中的项目七和项目八、模块六、模块七的内容分别由陕西青年职业学院杨雯珺、徐冉、安娜、朱凯利、朱燕恒、郭静、宫丰敏、高原、卢杰负责撰写和修订,模块五中的项目三和项目四由陕西省人民政府机关幼儿园王重负责撰写和修订。同时,感谢西安莲湖萌迪幼儿园园长程佳、保教主任杨梅,西安西缆幼儿园骨干教师张学成为本书的编写提供了丰富的素材和案例,并对参与视频拍摄的学生李玥、杜晓娟、王婷、李想、刘美汝、马东霞、李志雯一并表示感谢。尽管编者在第2版的编写和修订过程中精益求精,但由于水平有限,书中难免有疏漏和不足之处,恳请广大读者批评指正。

编者

2019年4月

# 第1版前言

学前教育是国民教育体系的重要组成部分,是终身教育的开端。高职学前教育专业担负着幼儿园教师职前培养和促进教师专业成长的双重任务,在教育体系中具有职业性和专业性、基础性和全民性的战略地位。

幼儿园教师的职业技能是其在教育教学实践中运用专业知识和经验,通过训练形成的,能够用以顺利完成教育教学任务的动作方式和智力活动方式。它在内容上是以前教育、学前心理学、学前卫生学等为理论支撑,根据幼儿园教师的劳动特点和教学技能形成的规律而确定的。随着《幼儿园教师专业标准(试行)》的颁布,对幼儿园教师专业化的研究与实践日趋深入,幼儿园教师教育技能及训练呈现出更为广阔的研究空间,并被赋予了明确的专业精神、全新的专业理论和丰富的教育实践内涵。

学前教育专业具有较强的实践性,合理安排实践教学是幼儿园师资培养的重要环节,是理论联系实际的有效形式,是培养学生动手操作能力的有效措施,也体现了融教、学、做于一体的职业教育的特点。为了更好地落实实践教学,使各门课程的实践实训有章可循,进一步提升学前教育专业学生的岗位职业能力,编者结合《幼儿园教师专业标准(试行)》《学前教育专业人才培养方案》的内容要求,编写了《学前教育专业实训指导书》。

本教材深入贯彻《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》的精神,以《教师教育课程标准(试行)》和《幼儿园教师专业标准(试行)》为依据,始终贯彻“以学生为主体,以教师为主导”的现代职业教育理念,以前教育、学前心理学为理论支撑,根据幼儿园教师的岗位特点和教师职业技能形成的规律,设计了幼儿园教师保育技能与实训、幼儿园教师教育教学技能与实训等七个模块32个项目的技能实训内容,突出模块化和项目化,以技能训练为目标,以实践应用为落脚点,旨在全面提升学前教育专业学生的岗位职业能力。

学前教育专业的学生通过系统的实践训练,能够具有较高的职业道德水平,能够较好地掌握幼儿保育、教育教学、环境创设、媒体制作和运用、艺术创作、语言表达、职业规划等方面的职业能力,从而顺利进入幼儿园一线实习就业,做到从学校到用人单位“零适应期”。

本教材由朱凯利主持编写,提出编写思路和要求,由编写组成员讨论和修改后确定体例。具体分工如下:杨雯珺编写模块一;徐冉编写模块二和模块六;安娜编写模块三;朱凯利编写模块四;朱燕恒编写模块五的项目一和项目二;杨延文编写模块五的项目三和项目四;郭静编写模块五的项目五和项目六;宫丰敏编写模块五的项目七和项目八;卢杰编写模块七。最后由朱凯利审阅、定稿。

本教材适用于普通高等院校、师范院校、高职高专学前教育专业的学生,也可用作幼儿园教师的职后培训教材。

本教材在编写过程中参考了国内外相关研究成果,在此,谨向有关专家和学者表示诚挚的谢意。由于编者学识水平和能力有限,书中难免有不足之处,敬请专家、同行及广大读者不吝赐教,予以指正。

编 者

2016年7月

## 实训项目组织与安排

序号	岗位能力分解	实训模块	项目分解	涉及课程	实训课时	实训学期
1	一日生活的组织与保育	幼儿园教师保育技能实训	项目一: 幼儿园教师一日生活组织技能实训	学前教育学、幼儿卫生学	4	3
			项目二: 幼儿园意外安全事故处置技能实训	幼儿卫生学	4	3
			项目三: 幼儿疾病监测与预防技能实训	幼儿卫生学	4	3
			项目四: 幼儿行为观察及指导技能实训	学前心理学、幼儿卫生学	4	3
			项目五: 幼儿园突发事件应急处理技能实训	幼儿卫生学、学前教育学	4	3
2	教育活动的计划与实施, 游戏活动的支持与引导	幼儿园教师教育教学技能实训	项目一: 幼儿园主题网络图绘制技能实训	学前教育学、幼儿园教育活动设计与指导	4	3
			项目二: 幼儿园教育活动设计技能实训	学前教育学、幼儿园教育活动设计与指导	4	3
			项目三: 幼儿园集体教学活动组织技能实训	学前教育学、幼儿园教育活动设计与指导	4	4
			项目四: 幼儿园区域活动组织技能实训	幼儿园教育活动设计与指导、学前游戏理论与实践	4	4
			项目五: 幼儿园体能活动组织技能实训	幼儿园教育活动设计与指导、幼儿卫生学、学前游戏理论与实践	4	3
			项目六: 幼儿园教学评价技能实训	幼儿园教育活动设计与指导、学前教育学	4	4
3	环境的创设与利用	幼儿园教育活动环境设计技能实训	项目一: 幼儿园玩教具制作技能实训	幼儿美术基础、幼儿园玩教具制作、幼儿园环境创设	4	3
			项目二: 幼儿园主题环境创设技能实训	幼儿美术基础、幼儿园玩教具制作、幼儿园环境创设	4	4
			项目三: 幼儿园区角环境创设技能实训	幼儿美术基础、幼儿园玩教具制作、幼儿园环境创设	4	4
			项目四: 幼儿园公共空间环境创设技能实训	幼儿美术基础、幼儿园玩教具制作、幼儿园环境创设	4	4
4	教学媒体制作与运用	幼儿园教学媒体制作与运用技能实训	项目一: 幼儿园常规教学媒体制作与运用技能实训	幼儿园玩教具制作、幼儿园环境创设、幼儿园教育活动设计与指导	4	4
			项目二: 幼儿园现代教学媒体制作与运用技能实训	幼儿园课件制作、幼儿园教育活动设计与指导	4	4

序号	岗位能力分解	实训模块	项目分解	涉及课程	实训课时	实训学期
5	艺术欣赏与表现	幼儿园教师艺术创作技能实训	项目一: 幼儿园教师钢琴弹奏技能实训	钢琴基础、乐理与视唱	6	1~2
			项目二: 幼儿园教师儿歌伴奏技能实训	乐理、钢琴基础、儿歌伴奏	8	3~4
			项目三: 幼儿园教师歌唱技能实训	乐理与视唱、歌唱基础	8	2~4
			项目四: 幼儿园教师儿歌弹唱技能实训	乐理与视唱、歌唱基础、儿歌伴奏	8	4
			项目五: 幼儿园教师舞蹈表演技能实训	舞蹈基本功训练、民族民间舞蹈	6	2~3
			项目六: 幼儿园教师儿童舞蹈创编技能实训	舞蹈基本功训练、民族民间舞蹈、儿童舞蹈创编	6	4
			项目七: 幼儿园教师美术创作技能实训	幼儿美术基础	4	1
			项目八: 幼儿园教师手工制作技能实训	玩教具制作与环境创设、幼儿美术基础	4	2
6	沟通与合作	幼儿园教师语言表达技能实训	项目一: 幼儿园教师讲故事技能实训	儿童文学、幼儿园教育活动设计与指导	4	3
			项目二: 幼儿园教师说课技能实训	学前教育学、幼儿园教育活动设计与指导	6	4
			项目三: 幼儿园教师家园沟通技能实训	学前教育学、幼儿园教育活动设计与指导	4	4
7	反思与发展	幼儿园教师专业成长技能实训	项目一: 幼儿园教师调查研究技能实训	学前心理学、幼儿园教育活动设计与指导	4	3
			项目二: 幼儿园教师文案工作技能实训	学前教育学、学前心理学、幼儿园教育活动设计与指导	4	2
			项目三: 幼儿园教师职业倦怠心理调适技能实训	学前心理学	6	4
			项目四: 幼儿园大型活动策划与组织技能实训	学前教育学、幼儿园教育活动设计与指导	4	2
			项目五: 幼儿园教师案例分析技能实训	学前心理学、学前教育学、教师职业道德、教育政策法规	4	4

# 目 录

## 模块一

### 幼儿园教师保育技能实训 \ 1

项目一:幼儿园教师一日生活组织技能实训 \ 1

项目二:幼儿园意外安全事故处置技能实训 \ 11

项目三:幼儿疾病监测与预防技能实训 \ 16

项目四:幼儿行为观察及指导技能实训 \ 20

项目五:幼儿园突发事件应急处理技能实训 \ 24

## 模块二

### 幼儿园教师教育教学技能实训 \ 29

项目一:幼儿园主题网络图绘制技能实训 \ 29

项目二:幼儿园教育活动设计技能实训 \ 33

项目三:幼儿园集体教学活动组织技能实训 \ 37

项目四:幼儿园区域活动组织技能实训 \ 41

项目五:幼儿园体能活动组织技能实训 \ 46

项目六:幼儿园教学评价技能实训 \ 49

## 模块三

### 幼儿园教育活动环境设计技能实训 \ 54

项目一:幼儿园玩教具制作技能实训 \ 54

项目二:幼儿园主题环境创设技能实训 \ 59

项目三:幼儿园区角环境创设技能实训 \ 64

项目四:幼儿园公共空间环境创设技能实训 \ 69

## 模块四

### 幼儿园教学媒体制作与运用技能实训 \ 75

项目一:幼儿园常规教学媒体制作与运用技能实训 \ 75

项目二:幼儿园现代教学媒体制作与运用技能实训 \ 81

## 模块五 幼儿园教师艺术创作技能实训 \ 87

项目一:幼儿园教师钢琴弹奏技能实训 \ 87

项目二:幼儿园教师儿歌伴奏技能实训 \ 92

项目三:幼儿园教师歌唱技能实训 \ 96

项目四:幼儿园教师儿歌弹唱技能实训 \ 100

项目五:幼儿园教师舞蹈表演技能实训 \ 103

项目六:幼儿园教师儿童舞蹈创编技能实训 \ 108

项目七:幼儿园教师美术创作技能实训 \ 111

项目八:幼儿园教师手工制作技能实训 \ 115

## 模块六 幼儿园教师语言表达技能实训 \ 119

项目一:幼儿园教师讲故事技能实训 \ 119

项目二:幼儿园教师说课技能实训 \ 122

项目三:幼儿园教师家园沟通技能实训 \ 125

## 模块七 幼儿园教师专业成长技能实训 \ 130

项目一:幼儿园教师调查研究技能实训 \ 130

项目二:幼儿园教师文案工作技能实训 \ 134

项目三:幼儿园教师职业倦怠心理调适技能实训 \ 138

项目四:幼儿园大型活动策划与组织技能实训 \ 141

项目五:幼儿园教师案例分析技能实训 \ 146

参考文献 \ 149

# 模块一 幼儿园教师保育技能实训

## 项目一：幼儿园教师一日生活组织技能实训



智慧课堂 1-1

### 【案例导入】

还没见到人影就先听到一阵哭闹声,这准是小雅。一路上,妈妈是抱着她走到幼儿园的,快到教室门口时更是艰难,因为小雅胖胖的身体一直在扭动着,反抗着。李老师从她妈妈怀里接过她时,费了九牛二虎之力才勉强把她抱稳。她还是一个劲儿地踢着小脚挥着小手,用最大的嗓门哭喊着,无论怎么安慰怎么哄,她就是不睁开眼睛,只是不停地哭喊。李老师很不解:为何小朋友入园这么难?自己如何做才能顺利帮助这些小朋友呢?

### 【项目实训】

#### (一)实训目的

1. 掌握幼儿园晨检、盥洗、进餐、如厕、喝水、午睡和离园等生活环节的保育要点及各年龄段幼儿一日生活组织的要点。
2. 熟悉幼儿园一日生活各环节组织与实施的一般流程,并能在仔细观察的基础上尝试至少组织一次生活活动。
3. 能够对幼儿园一日生活活动中常见的保育问题采取合理的引导策略。

#### (二)实训课时

4 课时。

#### (三)实训内容

1. 观看幼儿园一日生活各环节流程图,完成附表。
2. 赴幼儿园观察幼儿园一日或半日活动,完成幼儿园一日或半日活动设计。

#### (四)实训环境

规范运行的校外实训基地或幼儿园,能够完整且规范地展示幼儿园一日生活各环节。

#### (五)实训要求及注意事项

1. 明确该项目各活动环节的实训目的、内容与观察要点等,掌握一日生活活动组织实施的方法与要点。
2. 仔细观察,及时记录,重点掌握主班教师、配班教师的工作职责和要点;善于发现问题,积极

## 学前教育专业实训指导书

思考,能够提出建设性的意见,并在实践中进行检验。

3. 遵守幼儿园的规章制度,不大声喧哗与吵闹,不影响幼儿园的正常工作与教学。

4. 学生需准备好记录所用的笔、记录表以及可以帮助记录的电子设备。

(六)时间安排

第三学期。

(七)实训步骤

1. 学习幼儿园一日生活各环节的理论知识,熟悉幼儿园一日活动流程。

2. 明确实训目的、观察要点及注意事项。

3. 赴幼儿园观察幼儿一日生活各环节,并完成“××活动观察记录表”(见附表一)。

4. 分组完成幼儿园一日生活活动的设计,并完成“幼儿园一日生活活动安排及保育要点”(见附表二)。

5. 集体讨论,对幼儿园一日生活保育要点进行归纳总结。

### 附表一

幼儿园晨检活动观察记录表

班级:

项目	记录
起止时间	
主班教师是如何接待家长的	
主班教师是如何接待幼儿的	
配班教师的做法	
存在问题	
应对策略	

幼儿园盥洗活动观察记录表

班级:

项目	记录
起止时间	
盥洗室的布局	
盥洗室的材料准备情况	
教师是怎样指导幼儿洗手的	
存在问题	
应对策略	

## 模块一 幼儿园教师保育技能实训

幼儿园进餐活动观察记录表

班级：

项目	记录
起止时间	
餐前准备情况	
教师是怎样指导幼儿进餐的	
餐后教师指导幼儿做了什么	
存在问题	
应对策略	

幼儿园如厕活动观察记录表

班级：

项目	记录
主班教师做了哪些如厕前准备	
幼儿如厕时,主班教师是如何做的	
幼儿如厕时,配班教师是如何做的	
存在问题	
应对策略	

幼儿园午睡活动观察记录表

班级：

项目	记录
教师做了哪些睡前准备工作	
幼儿午睡时,主班教师或保育员如何当值	
幼儿起床后,配班教师做了哪些工作	
存在问题	
应对策略	

幼儿园离园活动观察记录表

班级：

项目	记录
起止时间	
离园前幼儿的活动	
教师如何与家长交接幼儿	
配班教师的活动	
存在问题	
应对策略	

## 学前教育专业实训指导书

附表二

幼儿园一日生活活动安排及保育要点

班级：

序号	时间	生活活动设计	主班教师职责	配班教师职责	保育要点
1					
2					

### (八) 涉及课程

学前教育学、幼儿卫生学。

## 【实训评价】

### (一) 考核方式

项目考核由自我评价、学生互评和教师评价组成,采用等级评分制,如表 1-1 所示。

### (二) 评价标准

表 1-1 幼儿园教师一日生活组织技能实训评价表

序号	评价内容	评价方式	评价等级			
			优	良	中	差
1	态度积极,勤于思考与记录,能够积极实践	自我评价				
		学生互评				
		教师评价				
2	记录内容完整、详细、客观、真实,信息量大,并能发现问题所在	自我评价				
		学生互评				
		教师评价				
3	各环节活动观察记录表清晰、准确、客观,能够反映幼儿园的真实场景	自我评价				
		学生互评				
		教师评价				
4	能够较完整地设计幼儿园的一日生活活动,保育要点科学、准确,具有指导性	自我评价				
		学生互评				
		教师评价				
评价说明						

## 【知识背景】

幼儿园一日生活活动是指满足幼儿基本生活需要的活动,它主要包括进餐活动、午睡活动、盥洗活动、如厕活动等。幼儿身体机能发育尚不成熟,神经系统发育尚不完善,在自我调节方面还不能做到收放自如。这就要求教师合理安排幼儿的生活活动,帮助他们保持良好的精神状态参与学

习和游戏。

### 一、进餐活动

#### (一) 进餐准备

幼儿的进餐活动应在整洁、轻松、愉快的氛围下进行,这就要求教师做好餐前准备工作。餐前准备分为两个方面:

1. 物质准备。①进餐前半小时左右结束角色或区域游戏,请幼儿收拾玩具,整理活动室。教师安排餐桌,用消毒水擦拭餐桌,分发碗筷、餐巾。碗筷的摆放有统一要求:饭碗靠近桌沿,菜碗放在饭碗的前面,筷子放在碗的右边,餐巾放在碗的左边。中班、大班可以安排值日幼儿协助教师分发餐具。②组织幼儿如厕、洗手。对小班幼儿,教师应帮助他们卷衣袖,并认真仔细地组织、指导他们如厕、洗手。可以引导幼儿边唱儿歌边洗手,这样有利于他们掌握洗手的正确顺序和方法,从而把手洗干净,避免幼儿玩水或洗不干净手的情况出现。对中班、大班幼儿,可以要求他们相互帮助卷袖子,并在洗手后擦干手上的水,不要胡乱抓一下毛巾就跑掉。教师应着重对幼儿进行提示和检查,并提醒幼儿洗手后要保持手的清洁,不能乱摸其他东西。

2. 心理准备。①在幼儿等待进餐期间,可以放一些优美、轻松的音乐或故事,也可以做一些安静的语言或手指游戏,安抚幼儿的情绪,培养幼儿安静地等待同伴一起进餐的习惯。②进餐前,教师还可以向幼儿介绍当天的食物,以此引起幼儿的食欲,帮助他们克服挑食和偏食的坏习惯,培养良好的饮食习惯。③对于吃饭较慢的幼儿,可以让他们提前进餐。第一碗饭可以给他们少盛些,鼓励他们吃完后再添饭。

#### (二) 进餐过程

幼儿进餐时,其所在的环境应是安静、愉快、轻松的,而不是令他们感到紧张、压抑的。教师应认真细致地观察幼儿的进餐情况,如餐具的使用方法(特别是中班、大班幼儿使用筷子的方法),幼儿进餐时的坐姿,幼儿嚼、咽食物的方法及进餐时的情绪状态,等等。对进餐情况不佳的幼儿,教师应先弄清楚原因,是否因为幼儿身体状况不好或是进餐方法不对,然后针对幼儿的实际情况给予照顾或指导、帮助,切勿大声呵斥幼儿。①幼儿若要添饭,要求他们把碗里的饭吃干净,把嘴里的饭咽下去,不要拿着勺子或筷子来添饭。②对吃得太快和体型较肥胖、饭量较大的幼儿,要提醒他们细嚼慢咽。③对吃饭慢或饭量小的幼儿,要注意特别照顾。④不要随意催促幼儿快吃,也不要不问原因就任意批评吃得慢的幼儿,更不要举行类似“比一比谁吃得快”的比赛活动。⑤对身体弱或有特殊需要(如生病或对某种食物过敏等)的幼儿,要告知厨房做病号饭。在进餐过程中,对小班幼儿应注意主要培养他们独立进餐的习惯和进餐的技能;对中班、大班幼儿则应注重他们良好进餐习惯的养成。

#### (三) 进餐结束

进餐结束后,可以举行“谁的小碗最干净”“比一比哪桌最干净”“谁是爱惜粮食的好娃娃”之类的比赛,培养幼儿爱惜粮食、珍惜劳动成果的良好品质。然后要求幼儿收拾自己的餐具,将其放到指定的地方,并把椅子轻轻放回去。小班幼儿可以先吃完先离开;中班、大班幼儿进餐结束后,则可以请值日生专门在指定地点收拾整理餐具。进餐结束后,引导幼儿养成饭后洗手、漱口、擦嘴的好习惯,对先吃完的幼儿,可以请他们看看图书,在自然角玩耍等。若班上有生病的幼儿,教师

还应协助保健教师按时定量给病儿服药。

### 二、午睡活动

幼儿期是身体生长发育的重要时期,保证幼儿充足的睡眠对他们身体、大脑的发育有着重要的作用。

#### (一)睡眠准备

幼儿睡觉前,教师应做好准备工作,开窗通风换气、拉好窗帘、铺好床铺等,为幼儿创设舒适、安静、温馨的睡眠环境。睡眠的准备可以分为以下两个部分:

1. 物质准备。冬天和夏天可以打开空调,适当调节寝室的温度,但一定要注意室内空气的流通。夏天幼儿入睡时若打开窗户或电扇,要注意风量适度,不要让风直接对着幼儿的头部吹。为幼儿准备床铺的时候,应根据季节及气温的变化做安排,并及时通知家长为幼儿调换薄厚适宜的被褥。应在幼儿睡前检查床铺上是否有杂物。禁止幼儿将小绳、橡皮筋、串珠、纽扣等物品带进寝室,以免幼儿将之塞入鼻子、耳朵,造成危险。教师提醒幼儿根据季节、气温穿合适的衣服入睡,如夏季穿短裤背心,春、秋季穿一条棉毛裤和一件棉毛衫,冬季可以穿一件薄毛衣和一条薄毛裤。对中班、大班幼儿,要求他们自己脱衣服和鞋袜,并将其叠整齐,摆放在指定的地方。小班幼儿则需要教师的帮助和个别指导。在幼儿入睡前应提醒他们大小便。

2. 心理准备。睡前可组织幼儿散步或进行安静的游戏活动,使他们保持情绪的稳定和平静。有些小班幼儿会有恋家、恋床、恋物等表现,比如要抱着家中的枕头或要摸着大人的脸、耳朵、头发等才能入睡。对于这类幼儿,教师可给予特殊关照,允许他们一开始保持自己的入睡习惯,并陪伴他们入睡,慢慢帮助他们改变和克服这样的习惯。对全托的幼儿,教师更应帮助其顺利渡过睡眠这一难关。教师不应用惩罚睡觉或独自睡觉来恐吓和惩罚幼儿,不应对幼儿说“你再不听话就让你去睡觉”“你再不赶快睡觉,待会儿其他小朋友起床,你就不要起来了,爸爸妈妈来接也不让你走”之类的话。

#### (二)睡眠过程

幼儿睡觉时,教师要时刻关注他们的睡眠情况,如睡姿是否正确、是否盖好被子等。对入睡晚或入睡困难的幼儿,教师应坐在他身边,小声督促他尽快入睡。对爱做小动作的幼儿,教师可以握住他的小手陪他入睡。注意不要影响到其他幼儿。对生病的幼儿,教师尤其要细心照顾,对他们体温的变化、是否咳嗽、是否呕吐等情况要时刻关注,细心护理。对幼儿的夜间睡眠,教师要了解幼儿夜间小便的习惯和时间,提醒他们起来小便。对尿床的幼儿,教师要细心照顾,并找出尿床的原因,如是否睡前太兴奋或身体不适等,不可因此斥责幼儿或表现出不耐烦、厌恶等情绪。

#### (三)睡眠结束

睡眠结束后,小班幼儿可以逐个起床,让身体弱需要睡眠的幼儿和入睡晚的幼儿多睡一会儿。中班、大班幼儿则可以在规定的时间内一起起床,并学习自己整理床铺。教师在幼儿起床前要提醒他们“今天外面风很大,请你们多穿一件衣服”“今天天气很热,你们可以不穿长袖衣服”等,请他们根据天气增减衣物。要鼓励先整理完床铺的幼儿帮助其他幼儿整理床铺,也可以请幼儿相互帮助整理衣物,如扣纽扣、拉拉链、系鞋带等。幼儿起床后应先组织其上厕所、喝水,稍作调整后,再组织他们进行户外活动。