

有效组织幼儿的生活活动，提升幼儿的健康素养

赵小华

(沈阳市艺术幼儿师范学校, 辽宁 沈阳 110015)

一、幼儿园生活活动的目标

1. 养成良好的作息习惯、睡眠习惯、排泄习惯、盥洗习惯、整理习惯等卫生习惯。
2. 了解初步的卫生常识和遵守有规律的生活秩序的重要性。
3. 学会多种讲究卫生的技能, 逐步提高幼儿生活自理的能力。
4. 学会用餐方法, 培养良好的饮食习惯。

二、幼儿园生活活动的组织原则

(一) 教养结合, 积极培养幼儿独立生活的能力

由于幼儿独立生活的能力尚处于较低水平, 为保证幼儿安全、健康和全面的发展, 教师要对他们的生活给予全面、细心的照顾。但是, 全面、细心的照顾并不等于包办代替, 过分全面的照顾会影响幼儿独立能力的养成。因此, 在设计指导幼儿生活活动时, 教师一定要“教养结合, 养中有教, 教中有养, 教养并重”。

(二) 充分挖掘生活活动中潜在的教育功能

生活活动是教师观察、发现和教育幼儿最经常、最自然、最容易的活动。以进餐活动为例, 餐前教师可以播放舒缓的音乐, 向幼儿介绍食物的名称、材料、颜色、制作方法, 以及对身体的益处, 有利于幼儿养成不挑食的好习惯, 还可以潜移默化地培养幼儿的语言表达能力, 幼儿对食物的认知能力也将得到进一步提升。进餐时教育幼儿一口菜一口饭养成细嚼慢咽、独立进餐的良好进餐习惯, 学习使用餐具的正确方法。

(三) 从幼儿的特点出发, 设计指导生活活动

对于小班幼儿, 教师主要通过示范加讲解的方法, 让幼儿在活动中, 通过看、听、练, 逐渐强化他们的技能; 中班幼儿, 则侧重于将小班学习的生活技能继续巩固、内化, 最终形成良好的行为习惯。指导的方法也从具体的示范讲解转为以语言为主的提醒、检查、表扬等; 大班幼儿, 则要求他们能做到自觉, 形成稳固的、良好的行为习惯。

(四) 家庭教育与幼儿园教育互相配合, 保持教育的一致性

教师通过家长会、家访、个别谈话等方式向家长介绍幼儿园生活活动的目标、内容和方法, 让家长了解应如何教育、帮助、指导幼儿养成良好的生活习惯。幼儿园教育应积极主动争取家长的配合, 使幼儿生活活动的良好行为得到巩固和强化。

三、各类型生活活动的指导要点

(一) 入园活动

合理安排幼儿入园活动, 不仅可以调节幼儿的情绪, 激发他们的活力, 还可以促使幼儿心情愉快地去迎接一天的新生活。

1. 幼儿入园前如何做好环境及清洁消毒工作。
2. 了解掌握幼儿入园情绪的重要作用, 对幼儿进行礼仪教育。
3. 掌握晨检的步骤。

(二) 晨间活动

晨间活动时间短暂, 很容易被忽视。教师应关注这段时间的工作安排, 以便为一天的工作打下基础。

1. 掌握晨间活动教师的主要工作内容。

2. 了解幼儿晨间活动的内容。

3. 组织幼儿自主游戏, 认真填写区域调控表。在幼儿自主游戏过程中培养幼儿观察、动手能力, 树立幼儿的规则意识, 在游戏过程中鼓励幼儿与同伴之间进行交流与合作。

(三) 饮水活动

一个幼儿一天单纯饮水量应为: 三岁幼儿为 500 ~ 800 毫升, 四岁以上幼儿是 400 ~ 700 毫升。饮水过少, 满足不了幼儿身体的需要; 饮水过多, 会增加有关器官负担, 可能引起不良后果; 如果水质不佳, 更对机体有危害。因此要指导幼儿科学饮水, 培养幼儿正确的饮水习惯也是幼儿生活活动的重要环节。

1. 知道如何组织幼儿科学饮水, 保证饮水量。

2. 了解如何培养幼儿正确喝水, 不浪费水。

(四) 盥洗活动

盥洗是幼儿每天必不可少的重复多次的生活环节。在餐前、餐后、玩沙、玩泥等活动之后, 教师都要组织幼儿进行盥洗活动。

1. 了解盥洗活动的组织与实施要点。

2. 掌握正确的盥洗方法。

(五) 进餐活动

“教育即生活”, 幼儿通过吃饭这一活动能获得和增加经验, 让他们亲身体验解决困难的过程。

1. 了解幼儿进餐的各个环节。

2. 掌握培养幼儿良好进餐习惯的方式方法。

(六) 睡眠活动

根据幼儿的生理特点, 在幼儿园一日生活中在长达 8—9 小时的学习、游戏过程中, 安排 2 小时左右的午睡时间是非常必要的。各地区可根据本地区实际情况, 冬季适当缩短午睡时间至 1.5—2 个小时, 夏季可适当延长午睡时间至 2—2.5 个小时。

1. 了解幼儿睡眠活动的环节。

2. 了解幼儿睡眠活动前后需要注意的问题。

3. 掌握培养幼儿正确的睡眠方法。

(七) 如厕活动

如厕是幼儿园一日活动中的重要生活环节, 它能反映一个人最基本的生活自理能力和卫生习惯。从小培养幼儿的如厕能力, 不仅是社会发展的需要, 也是孩子自身发展的需要。

1. 掌握幼儿如厕活动的要求。

2. 掌握教师组织幼儿如厕活动的要求, 能指导保育员工作。

(八) 离园活动

离园活动是一个比较难组织的环节, 孩子在离园前的情绪是一天中最兴奋的时候, 特别是到幼儿园大门打开, 家长来接的时候, 因为家长们先后来接, 使孩子更加活跃, 老师很难控制孩子的情绪。

1. 掌握离园活动的组织程序和要领。

2. 指导幼儿有礼貌地同老师、小朋友告别。

3. 指导幼儿带好回家用品, 愉快离园回家。