

# 幼儿园食育主题环境创设原则及其策略

孙惠子

南京市栖霞区第一实验幼儿园 江苏南京 210000

**摘要:** 食育在幼儿发展、国家健康和文化遗产方面发挥着重要作用。幼儿园是幼儿接受系统教育的地方,也是幼儿除家庭场所外寿命最长、受影响最大的地方,因此进行食育也很重要。幼儿园开展食育教育需要不同的方法和战略管理,幼儿园食育的开展与教师的能力素质的提高以及幼儿家庭的支持密切相关。

**关键词:** 幼儿园; 食育主题环境创设; 原则; 策略

## Principles and strategies of kindergarten feeding theme environment creation

Huizi Sun

The First Experimental Kindergarten in Qixia District, Nanjing, Jiangsu Nanjing 210000

**Abstract:** Food care plays an important role in early childhood development, national health and cultural heritage. Kindergarten is the place where children receive systematic education, and it is also the place where children live the longest life and are the most affected, so it is also very important to carry out feeding. Education education in kindergarten needs different methods and strategic management. The development of education in kindergarten is closely related to the improvement of teachers' ability and quality and the support of children's families.

**Keywords:** Kindergarten; Feeding theme environment creation; Principle; Strategy

环境是一个重要的教育资源,是一个无形的过程,良好的环境在幼儿的发展中发挥着重要作用。幼儿园的食育包括对幼儿传授食品及相关知识的教育,并将这种教育的内容涉及到艺术创作和生活文化。这不仅是生存的基本要素,而且是与生命有关的教育,这是幼儿全面发展的基石。在食育方面,通过教育活动与环境之间的相互作用,也就是在创设环境时考虑到食育的内容,在教育中充分利用幼儿园的周围环境,使其对幼儿产生重大影响。

### 一、幼儿园食育主题环境创设的原则

1. 食育主题的选择要与幼儿园教育目标相一致

幼儿园教育的目的是使幼儿能够获得有益于身心发展的经验,并促进全面发展。食育主题包括对食物的认识、食物制作、饮食文化、

营养科学、均衡饮食、粮食节约、食物生产、烹饪等。食品教育的主题选择必须符合幼儿园的教育目标,与教育内容和教育计划相一致,创设环境时不仅要考虑涉及到健康、科学、语言、社会等方面的内容,还要考虑到幼儿其德、智、体、美、劳的发展。

2. 食育主题环境创设应符合幼儿的身心发展规律

幼儿在幼儿园时期身心发展迅速,不同年龄阶段具有很大差异。食育主题环境的创设必须符合幼儿身心发展的规律。幼儿园分为小,中,大班,各个阶段的幼儿在理解、感知、兴趣和能力方面存在很大差异。因此,饮食和教育的主题环境必须适应不同年龄的特点,并注意幼儿园小,中,大班每个幼儿的身心差异。根据认知理论,幼儿处于感官发育阶段,感知、

接触、好奇和探索是幼儿在这一发展阶段的天性。食育主题环境创设过程中要避免长期没有发生变化,这将会削弱幼儿在主题环境中的参与性、积极性和主动性以及食育主题环境的教育功能。因此,食育主题环境创设的第二个原则就是符合幼儿身心发展规律,定期更新食育主题环境,并为食育建立一个新颖、动态、多彩、立体的食育主题环境<sup>[1]</sup>。

## 二、幼儿园食育主题环境创设策略

### 1. 体验式环境创设,让幼儿了解食材与食物的内在联系

我们为幼儿建立了一个独特的体验室,即食品教育讲习班,它提供了适当的一些炊具,并创设了一个安全的操作环境,使幼儿能够根据食育课程的内容来准备自己的食材。在这里,孩子们不仅可以感受到厨房的气氛,此外,还可以通过倾听、观察以及操作等环节学习基本烹饪方法,从而让你热爱食物,珍惜粮食,感谢大自然。凭借家庭和社会公共资源,根据季节变化和农作物的习性实地活动,使幼儿能够感受到真实的小麦、花生、玉米、蚕豆等,并且了解植物生长过程和自然界中食物的来源。同时,幼儿园利用未建成的土地建设由家长、教师和幼儿共同经营的生态种植园,让孩子们主要负责观察和记录栽培的各种颜色和蔬菜等工作内容。每年端午节收获金黄的枇杷,秋天采黄澄澄的柿子,采萝卜以及甘薯,最后大家一起分享。种植园不仅美化公园的环境,而且把自然的氛围渗透到了孩子们的生活当中。更重要的是,通过让幼儿参与种植、工作、采摘等实际活动,使幼儿可以有机会体验自然生态与二十四节气之间的关系。根据食育活动的内容和目的创设食育区,如厨房、茶、蛋糕室、特色小吃等公共食育区,为幼儿提供他们所需的食材、简单工具和操作流程图。这样孩子们就可以根据自己的喜好烹饪,体验烹饪的乐趣。

### 2. 持续开发适应幼儿身心发展的食育主题环创课程

为幼儿身心发展创设专题环境是幼儿园开展食育工作的一项重要内容。食育主题环创课程应适应幼儿身心发展的特点和规律,为了促进这种发展,应建立幼儿园食育环创课程体系。首先,应选择适合幼儿身心发展不同阶段的食育的主题和内容,并制定详细的食育目标。例

如,小班幼儿主要以认识食物为主,并在类型、形状、颜色、习性等方面制定更加详细的食育方案,使幼儿对食物本身及其意义有初步的了解,并形成对食物的了解。其次,食育主题环创课程必须循序渐进,中班的环境教育方案必须以小班的食育经验为基础,使幼儿能够根据食物的外部特征和自身状况条件确定、选择,合理搭配食物。不挑食以及不偏食,实现孩子们的营养均衡。最后,幼儿园必须继续开展食育教育课程的内容,确定食育教育方案的方向,在中小班的学习背景下,为大班建立环境保护课程体系。在制定中小学食品教育主题的环境教育方案时,可以在文化、食品保存和管理领域开展大规模的幼儿食育主题环境教育。通过园内种植和园外体验活动,幼儿将学习和掌握平整土地、筛选食物、种植、管理、收获、收获等程序。通过食物制作,幼儿可以更加了解食物的采摘、清洁、烹饪等食物操作过程,并让孩子学习基本的饮食礼仪。总之,幼儿园应反映不同层次和班级的幼儿营养专题创新的不同教学内容,并制定适合幼儿身心发展的创新性营养方案<sup>[2]</sup>。



图1 幼儿园食育课程开展

### 3. 巧妙利用餐点时间进行食育

老师可以在餐前教孩子们有关于食育的游戏或歌曲。例如,使用饮食习惯或饮食礼仪或玩手指游戏,并在餐前与幼儿玩耍;还可以把当天的食材做成卡片,和孩子们一起玩食物冒险游戏。例如,幼儿还可以通过了解不同食材的特征,按营养成分、颜色或品种等进行分类。餐点时间是老师提供随机食育的最佳时间,随机食育可分为直接和间接两类。直接的食育教育是指教师根据当前情况对幼儿饮食行为进行指导和干预,包括传递营养知识、纠正不良饮

食行为、鼓励节约粮食等。间接的食育教育是通过创设一定的饮食环境或者氛围，并对幼儿产生潜在的影响。例如，喜欢食物但不挑剔的孩子可以放在不喜欢蔬菜的孩子旁边，改变不喜欢吃蔬菜的孩子的饮食习惯，因为孩子的饮食喜好容易受到同龄人的影响。用餐时可以邀请厨师和孩子们一起用餐，幼儿可以更多地了解到食物的制作过程，以及会增加孩子们的烹饪的兴趣。对于厨师来说，这一过程有助于了解幼儿对食物的感受，从而改进烹饪方法，制作幼儿喜欢的食物。

#### 4. 在家园共育中展开食育

##### (1) 开展食育亲子活动

食育的亲子活动不同于一般的亲子活动。首先，在组织形式方面，一般的亲子活动主要是教师组织，家长配合参与。食育的亲子活动需要家长自行拟定食育的主题和内容、参与者的活动过程等。相反，教师发挥着适当的配合和支持作用。此外，由于教师数量有限，家庭比较多，教师可以有选择性的参加一些食育组织的活动。第二，食育亲子活动场所更加灵活，不一定得在幼儿园，可以是在郊区、公园等地点。例如，在夏令营期间，父母制定好美食攻略路线，带上所有的食物和家庭用品，准备一个温暖舒适的用餐环境，然后和孩子一起准备食物，品尝食物，交流，讨论食物的来源等。第三，食育亲子活动的内容可以多种方式安排，家长、教师和幼儿可以讨论内容选择，或者可以多种方式安排相同的食育内容。最后，由于没有规定具体的时间来开展食育亲子活动，可以把握对幼儿有影响的教育时机，或者利用父母的空闲时间作出选择<sup>[3]</sup>。

##### (2) 生活教育中渗透食育

广义的生命教育包括家庭教育和幼儿园的生活教育。首先，将食育纳入家庭教育是一种有效的教育方式。作为教育的一部分，幼儿教师通过微博，微信等网络平台向家长传输正确的食育知识，鼓励他们开展相关的食育活动，并通过照片、视频等方式提供反馈信息，必要

时可以给一些食育的建议和技巧。一方面，它促进了孩子和父母之间的密切关系，另一方面，让孩子了解简单的营养搭配，体验美好的氛围，激发孩子对于学习食物的兴趣。此外，一些研究表明，健康的饮食和身体活动行为是幼儿通过对父母的观察开始产生的。这就是所谓的家庭因素食物圈。当父母扩大了食物圈，幼儿自然也扩大了食物圈。因此，父母必须以身作则和子女及时进行沟通，了解孩子的兴趣爱好和特点，告知子女食物来源、烹饪方法、餐桌礼仪等，并且要以幼儿可以接受的方式传播食文化。第二，在幼儿园教育中渗透食育教育也是一种潜在的教育方式。在每次餐前学习食育儿歌，通过理念的形式将它们融入行动中，让幼儿改善对自己喜欢的食物的看法。例如，这首儿歌“小朋友们请注意，吃饭不要掉饭粒，一粒粮食一粒米，大家一定要珍惜”，让孩子们要珍惜粮食。幼儿园的每餐的食物搭配和营养价值可以在生活教育中学会。例如，随机抽取一位幼儿，让他对这一餐的食物营养进行播报，不仅仅学习了食育知识，还锻炼了幼儿的语言表达能力和表现力。

#### 三、结语

食育活动的开展不仅有益于孩子的健康，而且为孩子一生的发育奠定了基础在科学教育理念的指导下，幼儿园教育对幼儿健康发展、国民健康水平提升、文化传承等十分重要。同时，幼儿园必须提供适合其特点和需要，包括环境、教师培训、课程编制和与家庭的合作进行全面的考虑。只有这样，幼儿才能获得全面和有效的食育教育。

#### 参考文献：

- [1]吴燕.幼儿园食育主题环境创设原则及其策略[J].科教文汇,2022(19):115-119.
- [2]景冬菊,牛丽萍.幼儿园食育之实践策略研究[J].大庆师范学院学报,2021,41(04):106-113.
- [3]陶秀珍.幼儿园食育环境创设初探[J].安徽教育科研,2020(24):54-55.