

# 浅谈教师如何培养幼儿良好的生活习惯与能力

孟 慧

青岛市城阳区实验幼儿园 266109

**摘 要:** 通过良好生活习惯的培育,对幼儿自身的身心健康发展具有积极的意义,在此期间,能够更好地促使其能力的提升,对幼儿自身的个性的培育具有关键的影响。作为幼儿教师必须要通过多种方式和途径进行统筹分析,根据当前幼儿的年龄特征进行针对性的引导,使其在后期的成长的过程中打下坚实的基础。

**关键词:** 幼儿园教师;生活习惯;生活能力

## Analysis of teachers cultivate children's good living habits and abilities

Meng Hui

Qingdao Chengyang District Experimental Kindergarten 266109

**Abstract:** Through the cultivation of good living habits, children's own physical and mental health development has a positive significance. During this period, it can better promote the improvement of their ability. Children's own cultivation of personality has a critical impact. As preschool teachers, we must analyze it through a variety of ways and ways, according to the current age characteristics of children for targeted guidance, so that they can lay a solid foundation in the process of later growth.

**Keywords:** kindergarten teachers; living habits; living ability

### 引言:

在当前幼儿的一日活动开展期间,由于部分教师自身对于幼儿良好习惯培育工作的不重视,因此,对幼儿自身的良好生活习惯的培育产生了不利的影响。为此,作为幼儿教师必须要从思想上引起重视,根据当前幼儿的心理年龄特征进行分析。幼儿阶段是人性格以及生活习惯发展的关键期,对其后期的一生有着重要的影响,通过良好生活习惯的培育,对其自身的健康能力、良好品德等方面都有重要的影响。

### 一、幼儿良好生活习惯以及生活能力培育的主要策略讨论

#### (一) 强化自身的素质,促进幼儿发展

幼儿教师当前的幼儿园一日活动开展的过程中是重要的引导者,能够对幼儿进行直接的教育,其自身的能力以及专业素质等方面的高低将会对整个教学的质量以及教学的成果产生至关重要的影响。因此,教师通过学习提高自身素质,更新教育观念,转变教育行为,全面提高培养幼儿良好生活习惯的能力。通过对幼儿自身

良好习惯的培育,能够更好地促使其后期的发展产生积极的影响,而幼儿教师一定要进行多方面的学习,不断丰富自身完善自身,提高自身的综合素质。通过多种形式进行学习,比如网络上的图书资料、优质书籍、网络视频等,进而在拓宽自身知识面的同时掌握到更加专业的知识,丰富自身的专业能力<sup>[1]</sup>。在这期间,要多学习一些新的教育理念,设计出更能吸引幼儿的教育活动,让幼儿充分从思想上意识到良好生活习惯培育的重要性。使其生活能力得以极大的提升,这对幼儿自身素质的提升以及良好道德品质的建立具有重要的影响。

作为幼儿教师可以在网络上购买有关学前教育相关的资料书籍,强化对专业理论知识的学习力度,深入贯彻先进的教育管理理念。比如生活化教育里理念,其强调让孩子在生活中学知识,同时,能增强对知识的应用意识。用所学的知识解释生活现象或者解决生活问题。还有游戏教育理念,可以在幼儿教育中践行安吉游戏,让幼儿能主动游戏,在游戏中情不自禁地学习。这些先进理念都可以给幼儿生活习惯的培养贡献力量。教师在

了解当前幼儿的身心特征以及发展规律等方面的基础上,针对当前幼儿生活方面的教育教学的工作进行优化设计。通过明确的计划制定有一定的方向和目标,后期使得整个工作的开展更加的顺利。另外,对于自身的专业技能的培育也要进行多方面的提高,为其营造一个良好的教育教学环境<sup>[2]</sup>。在各种活动的开展下,进一步拉近幼儿之间的关系,站在幼儿的角度思考问题。另外,教师要积极与家长进行沟通,对于自身日常的穿着打扮等方面都要进行重视,给人以良好、亲和的精神面貌,教会幼儿能够通过正确的形式与人交流沟通,针对自身所出现的不合理的一些举止要进行规范和约束,进而在无形之中使幼儿受到熏陶,以此养成好的生活习惯<sup>[3]</sup>。

### (二) 采取激励教育, 建立规范的制度

幼儿这一阶段自身的年龄、经验等方面都不够成熟,因此,对于教师的教育以及教导有有一定的认知和理解,有的时候,教师如果通过一种批评,训斥的方式进行教学,在一定程度上会促使幼儿对当前教师产生一种恐惧感,在无形之中会磨灭幼儿自身的天性,使其在各种活动开展的过程中不敢参与,不敢表现。为此,教师必须要根据当前幼儿的身心发展特征进行分析,通过各种形式进行教育。比如说激励的言语实施教育,一方面能够更好地去保护当前幼儿的自尊心,另一方面也能够让幼儿在日常活动开展的过程中,从思想上意识到规矩的重要性,这能使得当前的教学质量得到很好的保障。比如说教师可以通过言语上的方式,使幼儿养成好的生活习惯,在一日活动开展的过程中,针对不同的时间段要提出相应的要求,比如说在吃午饭这一活动中,要鼓励幼儿能够将自己碗中的饭菜全部吃完,不要撒出饭粒在饭桌上,不要与周围的同伴交头接耳,将自己所吃过的餐具放在指定的位置。在午睡这一活动开展的过程中,要让幼儿积极主动地去回到自己的床里,不要大声喧哗,将被褥整理整理保持安静。对一些表现优异的幼儿要进行口头表扬,而对于一些比较比较调皮的幼儿来说,教师可以通过严厉、合理的形式进行教育,让幼儿首先能够意识到自己的错误,其次,保护幼儿的自尊心和自信心,最后,让幼儿在无形之中感受到午睡期间一定要遵守规则,尽快入睡。通过这种激励式的方式,能够更好地促使整个幼儿教学工作的顺利开展,与此同时,也能够极大地强化幼儿的学习动力,使其在日常的生活习惯养成方面产生积极的影响<sup>[4]</sup>。

除了言语上的激励,或者是物质上的鼓励之后,教师也要在这基础之上建立正确、合理的规章制度,根据当前幼儿的生活规律进行安排。比如说吃饭、睡觉、游

戏活动等,根据具体的时间以及顺序进行科学合理的安排,让幼儿能够养成按时饮食,按时睡眠的良好习惯,使幼儿更好的熟悉当前的生活,这对幼儿自身的身心健康的发展具有积极的影响。当幼儿自身有了一定好的生活习惯之后,自身的脑神经细胞就会做出反应,以此使得整个教学的效果达到最佳,幼儿自身的良好生活习惯的培育打下坚实的基础<sup>[5]</sup>。总而言之,通过言语、物质上的鼓励,能够更好地去激发幼儿的学习积极性和主动性,在制度的约束之下,能够为幼儿良好生活习惯的培育夯实基础,是当前幼儿自身健康发展的重要条件,与此同时,生活制度的建立也是教师开展各项工作的先决条件<sup>[6]</sup>。

### (三) 多种活动的开展, 优化教学内容

在以往传统教育活动开展的过程中,针对幼儿这一年龄阶段来说,如果仅仅是只是采用传统的灌输式形式,那么对于幼儿自身的发展来说会有诸多不利的影响,这也与当前的教学所需不相符合。因此,在幼儿园教学活动开展的过程中,必须要立足生活习惯以及生活能力这一方面,根据传统教学中所存在的不足进行完善,结合幼儿的年龄发展特征进行分析。通过多种活动的有效开展,进而使当前幼儿良好生活习惯的培育能够起到一定的促进作用,激发幼儿对当前活动的参与兴趣,在无形之中使其养成良好的生活习惯。比如说,为了能够让幼儿养成文明进餐的行为,教师就可以选择幼儿所喜欢的活动进行教学,比如说自助餐厅,通过这种游戏的开展,在教师的有效引领之下,让幼儿将午餐所吃过的一些食物或者是餐盘放在指定的区域,根据自助餐所规定的流程进行进餐,比如说在取餐的过程中不允许插队,要主动去排队,不拥挤,在用餐的过程中不能大声的喧哗吵闹,用完餐之后要针对当前餐桌上所出现的一些残渣进行清理,主动将自己的凳子摆放原位,将餐具放在规定的位置摆放整齐。教师可以针对这一活动的开展进行“文明顾客”、“餐厅小能手”等形式进行表扬,能更好地激发幼儿的主动性以及积极性。还可以给幼儿设置一个“小店”,然后让幼儿根据店铺的规则进行入座,去饮食,这一系列活动的各种角色扮演,让幼儿在无形之中能够感受到规范就餐的重要性。这种活动的开展能够将生活教育的相关内容进行丰富和完善,选择幼儿所喜欢的类型进行呈现,一方面能够为幼儿自身良好习惯的发展起到一定的促进作用,另一方面又能够使得当前的教学质量能够得到极大的优化和提高<sup>[7]</sup>。

此外,在一些竞赛活动开展的过程中可以进行研讨和分析<sup>[8]</sup>。在小班这一阶段,幼儿自身的生活习惯相对比较欠缺,因此,在日常活动的过程中不会主动地去注

意卫生,经常在地上乱爬,乱摸,针对这种现象,可以设计竞赛活动。比如为了培养幼儿良好的生活自理能力,提高幼儿自我服务意识和自信心,可以开展戴口罩、穿衣服、穿鞋子等生活技能大比拼活动。不仅可以锻炼幼儿必备的生活技能,使他们进一步了解了的事情要自己做,而且还能大大激发了幼儿参与活动的积极性和主动性,让幼儿体验到成功的喜悦和集体荣誉感。

在日常活动的过程中不断去督促,不断去提醒,坚持反复的练习,使幼儿自身良好生活习惯以及生活能力的发展能够起到一定的强化作用,在无形之中形成自觉的学习行为。

游戏是幼儿最为喜爱的一种形式,除了教学内容对幼儿进行渗透之外,也可以根据当前幼儿好玩的这一特征进行分析。根据多种内容的游戏安排,使幼儿在一种轻松愉悦的环境中养成好的生活习惯,比如说在活动区域,有的幼儿不知道如何去爱护玩具,对于所选择的的游戏材料随便乱扔,游戏结束之后又不会主动去整理。针对这一现象,在游戏开始之前就可以对幼儿进行提示:玩具宝宝是大家最好的朋友,如果大家随便乱扔,乱摔,他们的身体会受到伤害,大家一定要保护,不要随地扔在地上。在游戏结束之后,教师也可以对幼儿进行言语的提示:现在玩具宝宝们都想回到自己的专属家,请小朋友们把他们都送回家可以吗?这种方式能够更好地让幼儿将游戏中所运用到的一些材料、玩具归放在原位,摆放整齐。

#### (四) 家园联系,纠正不良生活习惯

幼儿园教师在对一日生活进行相关工作安排和开展的过程中,为了使其养成好的生活习惯,使其生活能力都有极大的提升,必须要重视家庭这一环节。通过家庭的熏陶,在与家长进行沟通的过程中,能够更进一步的使其养成好的生活习惯。对于幼儿自身来说,家庭的影响非常大。大部分情况下,幼儿在学校里能够养成好的生活习惯,但是回到家中,由于父母的缺少提醒,没有对其进行正确的引导,任意幼儿随心所欲<sup>[9]</sup>。为此,不仅要让幼儿在幼儿园里能够养成好的生活习惯,回到家中也要养成积极主动地去规范自身的行为和举止。在这期间,作为幼儿园的教师必须要积极主动地与家长进行沟通,给家长分享一些科学的教育方式,使其良好的生活习惯,使得在家庭这一环节中也能够起到一定的强化。

在当前社会经济稳步向前发展的趋势下,人们自身的生活水平得到了极大的提升和改善,大多数的家庭对幼儿自身良好生活习惯的培育并没有引起重视,使其养成不良的生活习惯,比如说偏食,对幼儿自身偏食有

很多种因素,一方面身体因素,主要是消化不良,对一些食物出现过敏反应等,但大多数情况下更加侧重的是环境以及心理因素,家长对于幼儿的偏食并没有引起重视,甚至有部分家长自身就会出现偏食行为,因此,导致孩子在进行饮食的过程中,通过模仿,养成不良的生活习惯。作为家长必须要对自己进行提醒,通过言语的方式对幼儿进行心理暗示,通过各种方法进行科学的饮食。幼儿教师可以根据自身在园所内对幼儿进行的生活习惯培育的一些教学方式和经验与家长进行分享,在共同交流和分析的基础之上,使幼儿自身养成好的生活习惯,针对自己所出现的一些不良教育方式进行优化、改进。在这种经验分享的前提下,能够更好地强化幼儿自身良好生活习惯的养成,对一些不良的生活习惯和行为进行纠正。

#### 二、结束语

为了更好地促使幼儿养成良好的生活习惯,在日常生活活动开展的过程中,一定要使其能够秉持着正确、科学、合理的原则进行开展,使其拥有良好的情绪情感,正确、合理的生活习惯,为后期高素质人才的培育打下坚实的基础。

#### 参考文献:

- [1]岳坤.父辈为主、祖辈为辅的教养方式有利于儿童的健康成长——中国城市家庭教养中的祖辈参与状况调查[J].少年儿童研究,2018,0(1):3-20.
- [2]董雨果,朱佳佳,吴航.3~6岁幼儿生活习惯养成现状及影响因素调查研究——以湖北省武汉市X区15所公办园为例[J].幼儿教育:教育科学,2018,0(9):36-41.
- [3]肖沉.浅谈家园共育下幼儿生活习惯养成的策略[J].文理导航:教育研究与实践,2020,0(4):199-199.
- [4]罗世兰,张大均,刘云艳.家庭社会经济地位对幼儿良好生活习惯的影响:父母教养方式与幼儿心理素质的中介作用[J].心理发展与教育,2021(1):26-33.
- [5]黄爱华.浅析幼儿生活习惯养成问题、成因及家庭教育策略关系[J].学周刊,2017,0(16):227-228.
- [6]吕燕.幼儿良好生活习惯养成的实践研究——以沙艺游戏活动为例[J].好家长,2018,0(78):46-47.
- [7]和丽丽.浅谈值日生工作培养大班幼儿良好的劳动习惯和劳动能力[J].读天下,2016,0(13):270-270.
- [8]李积芬,马少奇.家庭教育中儿童良好生活习惯的培养刍议[J].成才之路,2021(21):143-144.
- [9]周丹.基于家园共育视野的幼儿习惯养成策略探究[J].科学咨询,2021(17):173-173.