

幼儿园幼儿生活自理能力的培养方法

苗丽娜

(黑龙江省富锦市中心幼儿园, 黑龙江 富锦 156100)

摘要:新时期,随着幼儿园教育活动的有效开展,为了全面加强幼儿生活自理能力,幼儿教师要不断研究有效的方法,针对性的对幼儿进行培养,从而加强幼儿管理水平,提高幼儿教育效率,进一步促进幼儿不断发展。通过具体分析,结合幼儿园教育工作开展实际,全面地提出了具体的幼儿生活自理能力培养方法,旨在加强实践研究水平,进一步提高专业教育能力。

关键词: 幼儿园 幼儿 生活自理能力 培养

DOI: 10.12319/j.issn.2096-1200.2022.28.76

一、引言

在幼儿园全面的培养幼儿生活自理能力过程,教师要结合幼儿年龄特点,针对性地开展实践研究,制定良好的培养方案,加强对幼儿的管理,提高幼儿生活自理意识,促使幼儿参与到幼儿园各项活动中,不断加强幼儿实践水平。在具体分析过程,结合幼儿园各项工作开展实际,提出了几点有效的培养幼儿生活自理能力的措施。

二、培养幼儿生活自理能力的价值

在时代不断发展的背景下,更多的教育工作者更加致力于提高幼儿的思维和实践能力,促使幼儿发挥主动性参与学习活动。所有幼儿均具有决定和选择的权利,因此教师也要充分尊重幼儿的权力,不能按照自己的规划和喜好组织幼儿参与角色或户外游戏活动。教师需尽量为幼儿提供自主选择的机会,充分让幼儿在活动中自主选择,以此培养幼儿不断提高自身的自理能力^[1]。

幼儿达到两岁左右便具有一般性的自主能力,能够自主作出选择,因此,幼儿在此阶段也可实现一定的自主意识和能力的发展。例如在幼儿就餐过程,教师通过培养幼儿自主就餐能力,能提高幼儿生活自理水平。通过澳大利亚保育中心的研究成果可知,近94%的保育中心更加倡导幼儿在进餐时自主服务。如参与清理餐区、决定用餐的时间,并且参与到与食物相关的活动,如收回餐具、短途旅行等。通过相关数据可见,幼儿也存在强烈的参与自主服务和进餐的需求。

我国幼儿教育一直在科学的观念指导下实施,幼儿可作为成长的和自我活动的核心。因此,鼓励幼儿自主完成任务均能够培养和凸显幼儿的主体作用。如意大利著名教育家蒙台梭利主张需充分发挥幼儿的主体功能,努力促进幼儿的自身发展,不应将幼儿作为教师或父母的附属品,

应将其作为鲜活且具有主动性的个体看待。幼儿具有明显的独立性,这也是自然赋予幼儿参与不同活动的客观条件,是人类智慧的体现。因此,教师不能代替幼儿完成活动,而需侧重培养幼儿参与实践活动的积极性,在此期间形成较高的主体意识^[2]。

通过3-6岁幼儿学习和发展指南文件可知,幼儿可通过参与生活和游戏活动不断锻炼自身的实践技能,提高感知能力,储备更多的实践经验。因此,实践感知和体验可作为幼儿获取知识的有效渠道。当前,幼儿园提倡幼儿自主活动也是努力为幼儿提供自主实践、和参与的机会,让幼儿通过感知和亲身体验,不断锻炼和提高自身的自理能力与身体素质。

三、培养幼儿生活自理能力的有效策略

(一) 借助趣味游戏,培养幼儿生活自理能力

幼儿爱玩是天性,在培养幼儿良好自理能力过程必然要结合有效的游戏活动,加强对幼儿自理能力的培养。通过趣味性活动的开展,能调动幼儿参与积极性,促使他们很快融入游戏活动中,加强了对幼儿良好品质的培养。幼儿教育更加提升课程游戏化,幼儿教师要根据幼儿年龄特点,结合教育目标与任务,重视在课程建设过程融入丰富多彩的游戏方式,引导幼儿参与到其中,感受知识,加强他们的理解能力。具体到幼儿生活自理能力的培养过程,教师要不断组织具有趣味性的活动。例如,为了教会幼儿如何系鞋带,教师带领幼儿进行以此趣味性“系鞋带”大赛。活动时,让幼儿积极参与,比赛前要注意规则讲解,提前将鞋带解开,比赛铃声响时,孩子们一起系鞋带,最先完成的便可以获得胜利。基于幼儿求胜心理,他们勇敢地参与到其中,在此过程中每个幼儿都能认真完成,培养了幼儿生活自主能力,通过教师的进一步指导,

能加强幼儿实践能力，他们通过掌握系鞋带技巧，进一步提高了生活实践水平。在融洽的活动中，具有游戏化体验感，也保证了游戏的趣味性，通过反复的练习，幼儿能掌握技巧，促使幼儿自理能力不断提高^[3]。

再如：通过开展“今天认真刷牙了吗”的趣味扮演游戏活动，活动中进行明确分工，有的幼儿扮演牙医角色，有的扮演家长，有的则扮演幼儿本身，活动中围绕“刷牙”这一情境开展，构建良好的主题游戏氛围。鼓励幼儿积极参与其中，扮演“牙医”的幼儿在检查过程要学会叮嘱幼儿少吃糖，勤刷牙，扮演父母的幼儿也要督促小朋友认真刷牙，而扮演小朋友的幼儿则听取意见，认真做刷牙动作，他们积极参与到活动中，加强了对刷牙的认识，懂得了刷牙的重要性，并能够形成良好习惯意识，促使他们在生活中积极刷牙，并能养成独立刷牙好习惯，提高了幼儿生活自理能力。通过有效游戏活动的开展，促使幼儿自理能力提高，也构建了更加有效的活动模式，利于提高幼儿教育水平。

（二）开展自主就餐活动，提高幼儿生活自理能力

幼儿进餐是幼儿在幼儿园中一日活动的重要组成部分，也是幼儿园教育和日常工作的重要组成环节，培养幼儿的正确进餐行为是教师在教学过程中需要完成的基本教学目标。本园在实施幼儿自主进餐时，将副食由一荤一素改为两荤两素，主食由一种主食改为一粗一细，取餐形式由教师分发改为孩子自主取餐。并根据孩子年龄特点，中、大班设立了营养播报员，孩子们为大家讲解营养要素，宝贝们养成了不偏食，不挑食的好习惯。在实行分组取餐时，一组的孩子在听故事，一组的孩子安静的排队取餐，我们就是这样有秩序。通过自助餐活动，孩子们学会了等待、谦让，养成了文明用餐的行为习惯，使自己的自我服务能力在活动中不断提高。同时，孩子们也在取餐、用餐过程中学习了选择，学会了承担自我选择事后的结果。本园的自助餐活动践行了“保教合一”的管理理念，结合本园“双生”特色教育（生活化、生态化教育相结合）做到了更进一步拓展。

（三）提高幼儿生活自理能力

通过力所能及的任务能提高幼儿生活自理能力。如：做早晨礼仪之星、协助教师分发小勺等，幼儿完成任务后教师给予肯定与鼓励，这样利于促使他们形成自理意识。从家长角度分析，很多家长忙于工作，老人又对孩子十分宠爱，这就导致幼儿很少能够独立完成一项任务。因此，教师要用科学的方式教育幼儿，并在他们成长过程给予肯

定与鼓励。通过构建良好的交际课程，加强对幼儿交往能力，让幼儿明白参与社会生活中需要独立、自理。在此过程中，可以开展多样化的活动。例如：生活区中，帮洋娃娃梳头发、做饭；美工区中，可以联系扣扣子、给小鞋子系鞋带。这样，经过长时间的练习，大多数幼儿都能掌握生活技能，并能让幼儿的生活技巧得以提升^[4]。

（四）实践中形成自我服务能力

通过将幼儿自我福利能力迁移到生活之中是必要的，在此过程中需要教师科学地进行活动设置，促使幼儿全面发展。教师可以借助绘本鼓励、看视频等活动，对某一领域开展实践教育活动，让幼儿逐步提高自我服务意识。通过活动的开展，促使幼儿参与相互学习过程，提高竞争意识，全面的加强幼儿自我服务能力。在具体的活动设计与任务布置过程，教师要进行有效的交流，并科学的机械能研判，可以积极征求幼儿意见，保证实践活动开展效率。使孩子们在深度实践中掌握基本的生活技巧与方法，来强化其自我服务素养。例如，可借助生活自理能力比赛的方式，通过粘贴指示牌、指示图片等途径，提示幼儿材料的摆放位置，让其在比拼中发现自己操作方面的不足与欠缺，来增强幼儿的物品整理能力。此外，还可借助各类区域活动，来强化对幼儿的生活技能培养，以切实促进其自我服务能力的逐步形成与切实发展^[5]。

（五）关注一日活动组织，培养幼儿自理习惯

幼儿园教师就需要设计一些源于幼儿疑惑的生活化的活动来引导幼儿提升生活经验，掌握必要的生活本领。将一日活动生活化的策略引入到幼儿园教学活动中，能引导幼儿将自己的实际生活与一日活动联系起来，让幼儿加强生活自理能力，从而从小培养起他们对生活的浓厚兴趣，加强幼儿自理习惯^[6]。

1. 优化一日活动过程指导

幼儿园生活活动贯穿于幼儿在园一日的整个过程，包括入园、进餐、喝水、户外、午睡、如厕、盥洗、离园等，幼儿园可以借助一日活动开展实践教育，引导幼儿逐步提高自身的自主意识和能力，杜绝保育人员代替幼儿完成生活事务。教师可引导小班幼儿形成正确的生活习惯，针对中大班的幼儿可侧重培养其服务自我和他人的意识。幼儿园要保证科学的设置一日活动内容。在幼儿参与活动过程也要尽量减少外部干预，鼓励幼儿按照教师要求进行活动与实践。幼儿可结合自己的习惯参与学习，转变传统教师为主体的教育模式。这样不但能够保证幼儿积极参与到其中，同时还减少幼儿学习压力。幼儿园可定期观察幼

儿自主活动的效果,针对具体问题提出优化的改进方案。教师和幼儿园可共同制定一日活动规则,引导幼儿在解决具体问题期间形成正确的规则意识,以此指导自身的行为。幼儿在参与一日活动过程需形成正确的习惯,如果幼儿在活动中存在不足,教师需及时进行指导与纠正,这样利于规范幼儿自主行为。针对部分幼儿不良习惯,教师可以故事引导或发挥榜样的作用,引导幼儿改正习惯。由于幼儿更乐于听故事,学习故事中的榜样,因此在模仿榜样的过程中便可形成正确的生活习惯,同步提高自身的自理能力。针对依赖性较强的幼儿,教师也可鼓励幼儿提高自理能力,并且在全班范围内对其进行表扬。或者采取通过具体的一日活动设置,调动幼儿参与积极性,促使他们能够融入活动中,并养成生活自理意识。

幼儿园也需在幼儿参与一日活动中对其相应的技能进行锻炼。幼儿园可开展与生活实践相关的一日活动,为幼儿准备丰富的活动材料,通过不同形式让幼儿得到锻炼,提高灵活性。同时还可设置商店的情境,让幼儿分别扮演服务员和顾客,学习生活技能。通过参与多样化的游戏活动,幼儿便可全面锻炼自身的不同技能,同时还可形成耐心的品质和整理的习惯,为幼儿自理能力养成及长远发展提供必要的前提。

2.增强幼儿自我服务意识

在开展幼儿一日活动过程,幼儿园也可主动改变以往由保育员全面负责的管理模式,鼓励幼儿自主参与与与生活相关的活动中,包括洗手、午睡等等内容。可以由幼儿担任值日生轮流清理桌子,摆正椅子,以此培养幼儿形成热爱劳动和服务他人的正确意识。在一日活动中,教师也需组织幼儿选择自己喜爱的书籍观看,或参与游戏活动,通过有效活动方案的制定,能循序渐进的培养幼儿自理意识,促使他们提高生活自理能力。此外,在提高幼儿自主能力时,教师要重视培养幼儿服务他人意识,在活动中要让幼儿能够主动帮助其他小朋友,加强幼儿互助合作能力,促使幼儿形成良好合作意识,加强对幼儿服务他人意识的培养,促使幼儿全面提高综合素质。

(六)搭建共育平台,优化自主教育

在幼儿教育过程,全面的搭建共育平台是必要的,在此过程中可以通过幼儿园、家庭与社区之间的有效协同,构建高效的教育模式,保证幼儿生活自理能力培养效率。在不断培养幼儿生活自理能力过程,需要实现家园多方教育参与,以此发挥积极的教育作用。在构建幼儿园、家庭、社区“三位一体”平台过程,需要不断完善幼儿自主教

育体系,加强对幼儿自主能力的培养。教育实践证明,幼儿在自主生活过程存在两面性。往往很多幼儿在园内可以独立进餐或穿衣服,能掌握基本的生活技能,而当他们回到家中后就恢复到“衣来伸手,饭来张口”的状态,这种状态产生的原因是家长包办了幼儿生活自理事项。他们不能改耐心指导并鼓励幼儿参与到自主活动中。此阶段更加需要家园合作,要重视家长的监督作用,要鼓励幼儿独立完成与生活习惯相关的事情,通过有效的配合与互动,形成了教育合力,这对加强幼儿生活自理能力有着重要的作用。通过教师的耐心指导,加上家长的有效监督,同时结合社区教育空间的延伸,实现了高效教育体系的构建,利于不断培养幼儿生活自理能力。

在有效联系生活认知的基础上,教师可以精准开展一日生活教育,引导幼儿在洗手、搬椅子、放置衣物等常规活动中发展自主意识,在拼插玩具、玩拼图、走迷宫、翻花绳等自选游戏中锻炼反应能力,使其能够根据音乐或铃声信号来改变活动内容,学会整理玩具。教师要将幼儿的生活细节转化为教育细节,教师可以采用“每日打卡好生活,每周得一新技能”的方式,让家长监督幼儿练习独立整理房间等技能。

四、结语

总之,随着幼儿园教育改革深入开展,有效的培养幼儿生活自理能力是必要的。幼儿教师要提高工作认识,加强专业水平,不断围绕幼儿深入地开展教育实践活动,提高幼儿积极性,加强对幼儿能力的培养,促使他们养成良好生活自理习惯,保证幼儿健康发展。希望通过以上阐述,能加强新时期幼儿园教育研究水平。

参考文献

- [1]代婕.当议开展家园共育提高幼儿生活自理能力[J].文学教育(下),2020(07):188.
- [2]张贞盈.“自主约定·家园互助”——小班幼儿生活自理能力的培养[J].财富时代,2020(06):137.
- [3]唐诗琪.小班幼儿生活自理能力培养对策[J].文学教育(下),2020(05):146-147.
- [4]曹键波.幼儿自理能力养成的实践与研究[J].传播力研究,2020,4(10):167-168.
- [5]李思阳.利用游戏活动培养幼儿生活自理能力[J].知识经济,2020(12):85-86.
- [6]吴凯丽.浅谈小班幼儿生活自理能力的培养策略[J].才智,2020(06):62-63.