

如何在学前教育中培养幼儿的自信心

秦 琴

(贵州省毕节市七星关区田坝桥镇中心幼儿园 贵州 毕节 551700)

【摘要】在幼儿教育阶段,幼儿教师不仅要教授给幼儿各种文化知识,更为重要的一点在于,必须要激发和培养幼儿的自信心,而如何激发和培养幼儿的自信心,也是当前幼儿教育当中需要研究与实践的一项重要课题。对于幼儿而言,如果在学习与生活当中缺乏自信,就会形成一种不良的心理暗示,并会质疑自身的能力,不利于幼儿身心健康的成长。而只要幼儿具有了自信心,就可取得良好的学习效果,让幼儿能够获得成就感,培养幼儿的创新思维与创新能力,从而有效地提升幼儿的综合素质。

【关键词】学前教育;培养;幼儿;自信心

幼儿有着自身的特点,因为他们的年龄尚小,人与人之间所需要的交际能力刚刚处于萌发阶段,幼儿所独有的自信心也不够充足。给我们呈现出来的行为主要有以下表现:有的幼儿特别依赖于家长,时时刻刻必须有家长的陪伴;有的幼儿在课堂上表现不够积极,很少自己主动去发言;有的幼儿对集体活动发自内心的不愿意,处于抵抗的状态;有的幼儿与别的同学之间关系不够亲密,愿意离群;有的幼儿自内心不去接纳人和事。幼儿缺乏自信心的原因包含两个方面,有幼儿自身的问题,又有幼儿教师及幼儿家长方面的问题等。针对在幼儿教育中激发和培养幼儿的自信心这个问题,笔者结合自己多年幼儿教育的实践,谈谈如何在幼儿教育中激发和培养幼儿的自信心。

一、通过采用赏识教育的方式,充分激发和培养幼儿的自信心

通常而言,当幼儿入读幼儿园之后,在接受学前教育的过程当中,教师对于幼儿具有重要的影响力。如果教师能够在教学与生活当中,以自身积极向上、热情开朗的态度给予幼儿无微不至的关爱,充分激发和培养幼儿的自信心,就有利于幼儿身心健康的成长。在幼儿成长阶段,幼儿教师是幼儿尊重的师长,因此,其自身的言行举止会对幼儿产生直接影响。例如,一些幼儿不会正确地使用牙刷、筷子,如果教师看到幼儿稍显“笨拙”的动作,无心地对幼儿说:“你怎么这一点小事都做不到啊,这样的一句话,将会对幼儿产生不良的影响。让幼儿感到教师漠视自己,教师不信任自己,并会进一步感到在幼儿园“孤独无依”,得不到尊重与信任,如此一来,就会让幼儿逐渐产生一种自卑感。因此,教师在幼儿的成长过程当中,必须对幼儿在学习与生活当中所出现的点滴进步,给予积极鼓励与客观全面地评价,并采用赏识教育的方式,来给予幼儿无微不至的关爱。所有的幼儿都具有自身的优点,作为教师,必须在教学与生活当中深入发掘幼儿的优点,适时地给予幼儿赏识教育,让幼儿能够认识到自身的优点,充分地获得满足感,体验到成长的快乐,从而有效地激发起幼儿积极向上的心理,进一步增强幼儿的自信心,让幼儿能够较好地学习与实践,使幼儿逐渐养成自身良好的行为习惯。

二、开展多样化的活动,让幼儿能够通过学习体验来获得自信心

在开展幼儿教育的过程当中,培养幼儿自信心的一个重要的前提条件,就是要让幼儿在日常的学习与生活当中,持续性地获得成就感。教师与幼儿家长必须加强沟通与联系,依据幼儿自身的学习心理特点、认知理解能力,为幼儿构建起一个学习目标,提供给幼儿获得成就的相关条件,让幼儿能够通过学习实践来积累经验,并获得学习与活动的成就感。教师可开展多样化的活动,让幼儿能够通过学习体验来获得自信心。例如,可组织“我是小老师”的学习体验活动,让幼儿走上讲台来做小老师,从“备课、教学、评价”等各个教学环节都由幼儿来自主完成。让幼儿通过这样的活动,来担任老师进行“教学”,在活动的过程当中,可让幼儿转变思维方式,从学生到“老师”需要做什么?在“教学”当中,当幼儿扮演的“教

师”发现其他“学生”能够听懂自己所讲的课程内容,就会获得“教学”的成就感,而这样的成功体验,就是一种真实的情感体验,通过这样的学习体验活动,能够让幼儿较好地认识到自身的能力与特长,在获得了小朋友们给予的肯定与鼓励之后,可有效地增强幼儿的自信心。

三、创设良好的学习实践情境,不断增强幼儿的自信心

在幼儿教育中激发和培养幼儿的自信心,不仅要有赖于外部的肯定与表扬、鼓励与帮助,同时,更为重要的一点在于,教师必须通过自身的积极引导。让幼儿能够逐渐学会对自我进行正确的认识、并对自我做出正确的评价,从而有效地增强幼儿的自信心。因此,在开展幼儿教育时,教师必须为幼儿创设良好的学习实践情境,从而有效地锻炼幼儿的各项综合能力,不断增强幼儿的自信心。例如,让幼儿积极参与社会职业体验活动,可通过创设“小交警”体验活动,让幼儿通过学习处理各种“交通事故”;通过创设“小医生”体验活动,让幼儿懂得如何来为“患者”进行诊断与治疗的医疗过程,通过这样的学习实践活动,让幼儿能够在这一学习实践过程当中,去有效地发现问题、解决问题,教师还可在学习实践活动当中,设置一些具有变化的问题,在考验幼儿的应变能力的同时,也能够拓展幼儿的创新思维与创新能力,以此来进一步增强幼儿的自信心。

四、在激励与评价中激发和培养幼儿的自信心

正处于幼儿时期的幼儿,是非观的概念在他们头脑中还是模糊的,他们根本不懂得什么是正确的事和错误的事,是非观的正确引导还是需要成人,靠成人的言行去获悉某件事情的对与错。为此,幼儿家长及幼儿教师的语言选择就凸显其重要性了。在幼儿是非观念教育中,我们幼儿教师应该采用易于他们理解且阳光的话语,去对某个人或者是某件事进行正确合理的评价,负面言语对于他们尽量少说或者尽量不说,这样做下去,幼儿定会养成优良的品格。例如,幼儿给我们呈现良好的行为习惯的时候,我们幼儿教师必须要及时给予他们认可,对他们要面带微笑地说“你真棒”“好样的”“为你点赞”这样的话来激励他们。通过这种做法就能够有效增强幼儿的自信心,让自信不足的幼儿重新获得自信心。

总之,在当前的幼儿教育工作中,幼儿园与幼儿家长之间要紧密联系,形成家校教育合力,为幼儿创设一个良好的学习与生活的环境,采用多样化的教育教学方式,激发和培养幼儿的自信心。幼儿只要具备了学习的自信心,就能够在学习与实践的过程当中不断取得进步,并能够获得身心健康的成长。

参考文献

- [1]张勇.浅谈幼儿自信心的培养[J].学苑教育,2016(9).
- [2]王春艳.如何在幼儿教育中激发和培养幼儿的自信心[J].大观周刊,2011(19).

如何营造小学语文课堂氛围

饶 巡

(贵州省毕节市实验学校 贵州 毕节 551700)

【摘要】新的课程改革标准强调教师由传授者为促进,由管理者转化为引导者,教师要摒弃“师道尊严”的旧观念,设身处地为学生创造轻松良好的学习氛围,建立一个接纳性宽容性的课堂气氛,形成一个互教互学的“学习共同体”,尊重学生的学习体验,使学生无拘无束地大胆质疑、发表见解、与教师争论。只有这样民主宽松的课堂环境,学生才会以愉快的心情钻研问题、启动思维、驰骋想象。丰富的教学环境才能有利于激发学生的学习动机,培养学生的学习兴趣。

【关键词】小学语文;营造;课堂氛围

日本教育家佐藤正夫说过:“唤起学习兴趣,诱发求知兴趣,活跃智力积极性,对于教学过程中发展知识、技能具有决定性的意义。”如果将课堂比作一个舞台,那么轻松和谐的课堂氛围就会为其增色添彩。在轻松活泼的氛围中能充分调动学生的积极性,发掘学生的创造性,课堂教学的效果也将事半功倍。那么,作为教师的我们应怎样营造一种轻松的语文课堂氛围呢?

一、宽松和谐激趣法

语文课堂要体现人文性的特点。营造宽松和谐民主平等的气氛是课改的一项重要任务。师生应是平等的合作者,要彼此尊重、互相信赖、互相合作,只有在这样的课堂氛围中,师生之间才能形成互动、交流的对话平台,学生才能轻松愉快、活泼热情、兴致盎然地发挥想象力,以最佳状态进入语文学习,焕发出语文课堂独有的活力。

轻松和谐的课堂气氛有利于构建良好的师生关系,并将在师生沟通时起到重要作用。在讲授《列夫·托尔斯泰》一文时,学生对文中写托尔斯泰的眼睛“这对珠宝有魔力,有磁性,可以把人世间的物质吸进去,然后向我们这个时代放射出精确无误的频波”无法理解,笔者就引用同学们正在看的《西游记》激起兴趣:

“难道托尔斯泰的眼睛能像太上老君的宝葫芦、像金角大王银角大王的金角一样能把世界上的物质吸进去?”得到齐声否定后,笔者又问:“我的眼睛能把语文书吸进去吗?”学生答:“不能。”笔者一本正经地说:“我说我能!我能通过眼睛把这本书的内容记到我的脑海中去。”望着笔者“抓起”“塞入”的手势,同学们会心大笑。进而笔者一手指着眼睛一手指着课代表:“我的眼睛能把她吸进去吗?”同学们开心答道:“能!”“对,通过眼睛我知道了她是个勤奋好学聪明负责的女孩子。”接着再以好差两生的评价让学生领会了什么是“放出准确无误的频波”,最后在轻松愉快的氛围中要学生自己概括对该句话的理解也就水到渠成了,直至铃声响起还意犹未尽。教育家陶行知先生曾明确指出:“创造力最能发挥的条件是民主。”只有在民主平等宽松和谐的氛围中,创造力才能得到开发,学生才能积极主动参与教学。语文的答案是丰富多彩的,语文的魅力在于此,语文课堂的活力也在于此。

二、赞扬欣赏激趣法

人类本质最殷切的需要就是渴望被赏识。老师要关注学生成长的每一点进步,帮助学生发现自己、肯定自己,“好孩子是夸出来的”。清代学者颜元也说过:

“数子一过，不如奖子一长。”这都是讲赞扬欣赏的激励效用。赞赏是廉价的，也是无价的。同学的掌声，老师的赞扬，小小的奖品，都是学生走向成功的力量源泉。课堂上笔者采用多种表扬方式：或用赞许的口吻——“你说得真好！”“你的想法真棒！”“你想象力真丰富！”；或用亲切的动作——拍拍肩膀，轻轻一点头，微微一笑，每节课笔者尽量多赞赏学生，不光赞赏一个两个，而是赞赏一群一批，甚至全班；不是虚伪的应付的，而是真真切切实实在在的。有了赞赏这一“添加剂”，学生在学习中就能常常感受到成功的喜悦、学习的乐趣，课堂气氛活跃，学习效果好。可以说，赞赏出创造力，赞赏出学习兴趣，赞赏出进步的学生，赞赏出有特点的学生。通过赞赏融洽了师生关系，活跃了课堂氛围，激发了创造热情，对学生的学习质量和能力养成起着十分明显的促进作用。在教学过程中，教师既要赏识学生对知识的掌握及能力的提高，又要赏识学生在学习过程及方法上的优良行为，还要赏识学生在情感态度、价值观等方面的积极表现。苏霍姆林斯基提醒我们教育工作者：“请记住成功的快乐是一种巨大的精神力量，它可以促进儿童好好学习的愿望。”

三、认真倾听激趣法

传统的课堂教学多是老师掌握着“话语霸权”，学生只能当作一个个容器，等着老师往里灌东西，可结果，园丁的辛勤，往往扼杀了学生的天性，“人类灵魂的工程师”使我们培养的学生变成了统一模式铸造的标准件。新课标提出教师要多倾听学生的发言。笔者认为，学生“讲”教师“听”。有三大好处：一是通过“听”可以使教师更好地了解学生。笔者通过“听”常常被学生天马行空的想象力、独到的见解、幽默睿智的语言所折服。二是通过“听”可以真正使教师领悟“教

学相长”的真谛。三是通过学生“讲”教师“听”，可以锻炼学生。学生越说越会说，越说越想说，越说越自信，课堂成了他们发挥的舞台，这更激发了他们学习的兴趣，焕发出课堂的活力。譬如在教鲁迅先生的《雪》时，笔者让学生找出喜欢的句子，先在学习小组交流，然后在全班交流，一学生说：“我喜欢‘孩子们呵着冻得通红，像紫芽姜一般的小手，七八个一齐来塑雪罗汉’，这写出了小孩天真活泼、充满生机的情景，尤其是‘呵’字非常的形象、传神、有趣。还有那‘紫芽姜一般的小手’，很好玩。”当笔者一问什么是“呵”时，大多数同学挠着两手呵气，一时课堂笑声一片，活力迸发。新课程要求教师树立“自主学习和协调学习”的教育观，由传授知识向学生终生发展延伸。世界教科文组织指出未来的文盲不是不识字的人而是不会学习的人。而这种学生多讲、老师多听的教学模式正是“授之与渔”“操练捕鱼”的有效途径。在整个学习过程中始终是学生做主角，极大地调动了学生的学习积极性和探究兴趣，使学生的学习状态保持活跃和热烈，使语文课堂呈现无穷的活力与魅力。

总之，轻松愉悦的课堂氛围可以促进教师和学生良好的互动。老师亲切的微笑、多样化的教学手段以及抓住学生年龄特点使其兴趣盎然地投入学习，并在课堂中学会思考，这样的课堂散发出的迷人魅力是无与伦比的。在今后的教学中，我们还需要不断去挖掘和总结，将孩子们引入轻松愉悦的学习天地，让他们在语文课堂上流连忘返。

参考文献

- [1] 黄全明, 陈树宝. 小学语文教育科研. 杭州: 浙江教育出版社, 2001.
- [2] 董菊初. 语文教育研究方法学. 北京: 语文出版社, 1995.

农村幼儿园“食育”的意义

吴敏

(贵州省六盘水市水城县木果镇中心幼儿园 贵州 六盘水 553034)

【摘要】 饮食作为人们赖以生存的重要元素，对于人们的健康具有重要的意义。因此，树立正确的饮食意识，实施均衡的膳食计划，在一定程度上有助于保障人们健康的体魄。而食育作为饮食重要的保障，是均衡膳食得以顺利进行的重要途径。幼儿作为未来的建设者，保证其健康生长发育，帮助幼儿建立良好的饮食习惯，对幼儿的健康成长具有重要的意义。

【关键词】 农村幼儿园；食育；意义

膳食是人类赖以生存的最原始需求，实施均衡膳食是保障健康体魄的必然需要，食育是推进均衡膳食实施的前提。儿童是祖国的未来，做好学龄前儿童的营养配餐、保证儿童的健康成长、养成幼儿良好的饮食习惯是幼儿园的重要职责。

一、食育的概念探讨

“食育”一词最早可追溯到日本养生家石冢左玄1896年所著《食物养生法》一书中。“食育”从被提出至今，其内容和意义一直在不断丰富和拓展之中，各国对于其定义并没有形成准确统一的说法。2000年，日本《基础知识》中解释为使孩子们具有选择食物能力的教育，后也解释为培养孩子们味觉的教育。在我国，“食育”一词直到近十几年才由中国农业大学教授李里特提出，李里特教授对于食育指出，就是指良好的饮食习惯的培养教育。就是人们通过各种各样的活动，学习与食物相关的知识，学习饮食的正确知识，并养成健康的饮食习惯，最终达到健康养生的目的。也有学者在参照日本对于食育的概念界定基础之上，拓展性指出，食育是饮食行为的一种教育，是对儿童进行饮食思维、饮食营养知识、饮食卫生等营养学相关的教育，或者是指通过科学的营养知识，通过多种方式，使得国民养成良好的饮食习惯的教育。

二、农村幼儿园“食育”的意义

学龄前儿童正处于饮食习惯形成的关键时期，因此给予他们健康的“食育”可谓迫在眉睫。幼教工作者要从幼儿时期开始对其进行各种形式的食育，把错误观念扼杀在摇篮中，把正确的认知灌输进脑海里，让它逐渐发展成为一种习惯，一种根深蒂固、牢不可破的信仰。为此我们率先对幼儿实施“食育”，在实施过程中发现，当面对牙牙学语的幼儿，单纯的说教是行不通的，只有通过课堂真刀实枪的实操，在体验中渗透教育理念，让幼儿从幼儿期初识食品营养、食材生长过程、食品安全、中国的食文化，简单地掌握一些烹饪技巧，潜移默化地知晓进餐不仅仅是为了“保温饱”，更多地应该为了“保健康”。使其养成良好的饮食习惯，掌握一些简单的生存之道，能在食品安全、营养、美味面前，首选食品是安全的，次选食品是有营养的，最后才考虑食品是否美味。

1. 食育有助于促进幼儿健康成长

饮食教育对于促进幼儿身体的生长发育以及解决幼儿不良饮食习惯，有着重要作用。幼儿期的幼儿，骨骼、肌肉、器官等发育速度较快，因此，在营养方面需要均衡、全面。幼儿较多存在挑食、偏食、拒食等问题，较为容易造成营养不良、营养失调。比如，常见的问题中，钙的缺失会影响到幼儿骨骼的生长；铁的缺乏会导致幼儿贫血，同时还会影响到学习，造成学习上的障碍；锌的缺失则可能引起食欲减退的问题。“食育”的介入，可以一定程度上有效帮助家长提高对科学饮食的认知，使家长能根据幼儿的自身发育特点，提供能够满足幼儿营养需求的食物等，能有效避免许多疾病的发生，促进幼儿健康成长。

2. 食育有助于幼儿养成良好的饮食习惯

从幼儿自身的生长发育角度来看，幼儿期强调幼儿食育也是十分必要的。幼儿

期是幼儿味觉系统的形成的关键时期，在此时期进行科学的食育，将会对幼儿产生一生的影响。这一时期的幼儿味觉非常敏感，有效把握这一时机，让幼儿体会到食物的酸甜苦辣等各种味道，并且逐渐接受味觉对各种味道的适应，将有助于幼儿养成良好的饮食习惯。当前，我国幼儿园饮食教育主要体现在健康教育之中。《3-6岁儿童学习与发展指南》中明确指出，要“帮助幼儿养成良好的饮食习惯”。可见，3~6岁是幼儿饮食习惯形成的关键期。幼儿期如果没有形成健康、良好的饮食习惯，没有形成丰富的味觉能力以及良好的用餐礼节，今后将较难纠正。幼儿期经常吃的食物会在大脑皮层食物中枢形成兴奋优势，决定了其长大后也会优先选择吃那些会让自己兴奋的食物，就像吃面食的北方人长大后到了南方也会优先选择吃面食一样。

3. 食育有助于促进幼儿营养均衡

现代社会国民不健康饮食行为越发严重，饮食礼仪正在逐渐退化，“四体不勤，五谷不分”者也呈越来越趋势，传统饮食文化的传承形式严峻。2012年，《儿童食育与营养调研报告》调查结果显示，我国仅4%的幼儿园教师“非常了解食育概念”，而学生进入中小学后，大部分教师和家长更关注的是学生的“学习成绩”，而对学生“饮食习惯”“身心健康”的关心远远不够。据调查显示，仅四成中小学教师了解中国居民膳食宝塔和膳食指南；很多农村家长并不了解自家产的鸡蛋营养丰富，拿卖鸡蛋的钱买方便面；不知芹菜、莴苣等原材料中“叶”的营养素更高于“茎”而被舍弃；一味给孩子食用保健品，导致孩子性早熟；用吃肯德基、麦当劳等洋快餐作为对孩子的奖励，等等。教师、家长对健康饮食知识的匮乏，对“食育”意识的淡薄，直接影响儿童、青少年的饮食习惯和认知。

营养是身心健康的物质基础。幼儿的营养状况不仅影响其儿童期的生长发育状况，还对其成年后的健康产生深远的影响。随着我国经济发展，生活条件改善，尽管由于物质条件匮乏所带来的儿童营养不良等问题逐渐得到改善，但其他儿童营养问题，如能量过剩、嗜食垃圾食品、饮食行为不良等问题却日趋突出，在某些方面甚至令人担忧。学前儿童的不良饮食行为习惯，如挑食、偏食、嗜食垃圾食物等现象普遍存在。我因儿童营养状况和饮食行为不容乐观，亟待有效的措施予以改善。食育将会有效改变人们不正确的营养认知，有助于人们正确认识幼儿的营养均衡。

健康的社会依赖身心健康的人，而这一切都依赖于健康的食物，健康的食物与健康的环境、人文环境不可分割。幼儿是社会的未来，如果他们理解了食物的核心意义，未来的社会才会健康发展，因此幼儿园开展食育势在必得。

参考文献

- [1] 尹汉明, 郁庆和, 王剑, 邱效武, 黄涛, 周长莲. 吉安市市龄前儿童膳食调查与体格发育状况分析[J]. 井冈山医学报, 1999(4).
- [2] 王晖. 我国儿童青少年营养状况[J]. 中国学校卫生, 2001(4).
- [3] 张虹. 平衡膳食改善学龄前儿童营养对比研究[J]. 临床和实验医学杂志, 2009(5).