

# 大班幼儿自我管理能力的培养探究

赖惠娟

江西省赣州市定南县第四公办示范幼儿园

**摘要：**素质教育背景下，幼师不仅要在幼儿园大班教育中重视理论知识的教授，还需要采用科学合理的手段培养幼儿的各项能力及核心素养，使幼儿能够更好地适应接下来的学习。大班是幼儿园过渡到小学最关键的一年，也是幼儿各方面能力发展的最佳时期。因此，加强大班幼儿自我管理能力的培养有助于其更好地适应小幼生活，实现幼小衔接的顺利过渡。本文简要分析了大班幼儿自我管理能力的培养意义和原则，从发挥环境教育价值、让幼儿有规可循、营造小组合作氛围、发挥榜样学习作用和开展相关游戏活动五个方面入手，分析了大班幼儿自我管理能力的培养策略，以期在幼儿园大班教育中培养幼儿的自我管理能力，使其做好入学适应性准备和奠定终身发展的基础。

**关键词：**大班；幼儿园；自我管理能力；培养

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2025.01.142

## 引言

幼儿的自我管理能力简单来说就是幼儿能够在不同的场景中主动应用认知和行为策略调节自己的心理活动和行为，控制不当冲动，积极寻求发展，获得良好适应的心理品质。大班幼儿的自我意识、情绪情感、意志力以及思维力处于快速发展的阶段，为幼儿自我管理能力的培养和发展提供了较多可能。然而，部分幼师在培养大班幼儿的自我管理能力的时候遇到了这样那样的问题，直接影响了幼儿的成长及发展和幼儿教育的效率及质量，因此深入探究大班幼儿自我管理能力的培养策略有着一定积极意义。

### 一、大班幼儿自我管理能力的培养意义

#### （一）促进独立性和自主性

在幼儿园大班培养幼儿的自我管理能力，可以使幼儿逐渐学会独立完成日常生活中的整理个人物品、安排作息时间等任务，通过独立性和自主性的提升可以使幼儿形成积极的自我认知和提高自信心，为其将来的学习和生活打下坚实的基础<sup>[1]</sup>。

#### （二）增强责任感和规则意识

自我管理能力的培养过程中，幼儿会逐渐认识到自己的行为对他人和环境的影响，从而学会对自己的行为负责。而且在遵守幼儿园和家庭的规则的过程中幼儿能够建立起初步的规则意识，可以使幼儿在将来更好地适应社会规范和法律法规。

#### （三）提高学习效率和效果

自我管理能力强的幼儿可以更好地安排自己的学习时间和任务以及合理分配注意力，从而提高学习效率。其会懂得如何制定学习计划、监控学习进度、调整学习策略可以达到最佳的学习效果。

#### （四）为幼小衔接做好准备

大班是幼儿园到小学的过渡阶段，培养幼儿的自我管理能力有助于幼儿更好地适应小学的学习和生活环境。小学的学习任务更重、要求更高，需要幼儿具备更强的自我管理能力来应对。因此，在幼儿园阶段加强自我管理能力的培养，可以为幼儿顺利过渡到小学奠定良好的基础。

## 二、大班幼儿自我管理能力的培养原则

### （一）自主性原则

素质教育背景下的幼儿园大班教育应当遵循自主性原则，即强调幼儿的主体地位，鼓励幼儿自主参与自我管理的过程。在日常生活和学习中，幼师可以给予幼儿更多的选择和决策权，使幼儿可以在自己的事情上做主，以达到培养幼儿的自主意识和自我管理能力的目的。

### （二）一致性原则

一致性原则简单来说就是家庭和幼儿园在培养幼儿自我管理能力方面应保持一致性<sup>[2]</sup>。幼师和家长应共同制定培养目标，保持教育方法和要求的一致性，避免幼儿在不同环境中产生混乱和矛盾，导致幼儿的自我管理能力培养受到影响。

### （三）实践性原则

实践可以强化幼儿对知识的认知和培养幼儿的自我管理能力，幼师可以让幼儿参与整理个人物品、安排作息时间等实际的活动和任务，在实践中学习和掌握自我管理的技能和方法。

### （四）差异化原则

在家庭因素和先天因素的影响下，幼儿与幼儿之间存在较大差异。幼师应当认识到每个幼儿都是独特的个体，明确其在自我管理方面的能力和发展速度存在差异。

因此，在培养过程中应尊重幼儿的个体差异，根据每个幼儿的特点和需求制定个性化的培养计划。

### （五）循序渐进原则

幼师应当根据大班幼儿的年龄特点和认知发展水平制定适宜的自我管理培养计划。从简单的任务开始逐步增加难度和复杂性，以帮助幼儿逐步建立起自我管理的习惯和能力。

## 三、大班幼儿自我管理能力的培养策略

### （一）发挥环境教育价值

为发展幼儿的自我规训和行为自律性，幼师需要采用科学合理的手段培养及提升幼儿的规则意识。环境教育在此方面有着一定优势，所以幼师可以发挥环境的教育价值，站在幼儿的视角进行适当的引导和指导，使幼儿主动积极地参与讨论，从内部思考和控制自己的行为动机。实施幼儿园大班教育活动的时候幼师可以采用图标法帮助幼儿掌握相关活动的常规要求，以常规要求为依据完成幼儿园教育活动，不断提升幼儿的自我管理能力意识及观念。

首先，幼师可以通过图文并茂的区域规则制度的创设使幼儿掌握相关活动的要求，比如幼师可以制定总卡区、区角名称以及区域规则，以图文并茂的方式展示区角材料标志。在创设区域规则制度的时候幼师需要同幼儿共同商讨，尽可能选择幼儿可以理解的形式，确保幼儿可以快速有效地接受规则并铭记规则。其次，幼师可以从实际情况出发建立秩序性的一日生活环节秩序图，在潜移默化中强化幼儿对于自我管理的心理适应，比如在大一班的“我们的一日生活”中，幼师可以使幼儿了解一日生活中的活动环节和培养幼儿的时间意识，在潜移默化中加速自我管理的心理适应。最后，幼师可以通过“我是故事大王”的活动环节发挥环境的教育价值和作用，使幼儿在潜移默化中树立自我任务意识和提升自我管理能力。一般情况下，活动中的自我任务可以分为自我管理任务以及自我复述任务两种。开展“我是故事大王”的活动之前幼师可以采用幼儿能够理解的方式讲述故事内容，鼓励幼儿将任务复述给家长，由家长决定讲故事的内容和讲故事的形式。由于这样的任务具有新颖有趣的特点，所以幼儿可以主动积极地参与到相关活动中。有的幼儿脱离书本讲述了相关故事，有的幼儿请自己的家长制作了故事课件，在潜移默化中培养和提升幼儿的自我任务意识。

### （二）让幼儿有规可循

随着知识的丰富和年龄的增长，幼儿逐渐产生了较强的规则意识、提高了社会性发展。在幼儿园大班集体

活动中的表现为：具有较强的规则遵守需求并希望自主规划活动。幼师可以班级公约、值日生制度和区域计划等方面为入手点，在发挥幼儿的自主性、整体性和发展性的基础上培养和提升幼儿的自我管理能力。

首先，幼师可以灵活应用班级管理制度，在潜移默化中使幼儿快速有效的记忆管理自己和服务他人的任务。作为幼儿成长路上的引路人和幼儿园大班教育活动的组织者，幼师应当引导幼儿在学会管理自己的基础上管理其他人。通过制定班级管理制度，可以使幼儿掌握管理自我行为的方法和技巧，“报告队长”的值日生制度中可以设置大队长、中队长和小队长，根据不同幼儿的特点为每个队长分配不同的任务内容和不同颜色的袖章，从而避免出现幼师一手抓和一言堂的现象，在潜移默化中培养幼儿的自我管理能力及意识，提高大班幼儿教育活动的有效性<sup>[3]</sup>。实施活动的时候幼儿可以自主自发的、认真地完成相关任务，逐渐获得一定的喜悦感和满足感。其次，幼师可以鼓励幼儿在参与各项活动之前做好规划，在潜移默化中培养幼儿的自我规划意识和塑造幼儿的自我规划行为。参与活动的时候幼儿可以对计划本产生较强的兴趣和热情，来到幼儿园后的第1件事便是找幼师拿计划本和交流计划内容。

### （三）营造小组合作氛围

人际交往能力和自我管理能力之间存在着紧密的联系。良好的自我管理能力有助于个体在人际交往中更加自信、从容和高效；而良好的人际交往能力则能为个体提供反馈、支持和学习的机会，进一步促进自我管理的提升和完善。多数大班幼儿喜欢三五成群的商量和探讨，幼师可以在幼儿园大班教育活动中尊重幼儿的这一特点，营造良好的小组合作氛围和提供小组学习机会，鼓励幼儿在协商、表达感受和提供帮助等方式中与其他幼儿进行交流和互动，在潜移默化中提升幼儿的人际交往能力，助力幼儿自我管理能力的发展。

例如在大班早读活动“国王的减肥日记”中，幼师可以鼓励幼儿以小组的形式为国王设计一周的减肥计划。具体而言，幼师可以直观形象地展示肥胖的国王在完成各项活动的时候特别艰难的视频，比如国王在尝试跑步、爬楼梯、弯腰系鞋带等日常活动时显得异常艰难，表情中透露出无奈与痛苦，以此引发幼儿的同情心和共鸣。播放完视频后幼师可以鼓励幼儿说一说肥胖给国王带来了怎样的困扰和减肥有着怎样的重要性，在此基础上提出“你们觉得国王应该怎么办才能变得健康呢？”的问题，引导幼儿思考并表达观点，以在营造良好的小组合作氛围的同时布置为国王设计一周的减

肥计划的任务。幼儿会主动积极地参与相关活动并从饮食、运动、休息等多个方面入手，制定具体可行的减肥计划，使用图画、符号或简单的文字记录计划内容。在合作的过程中幼儿可以强化人际交往行为，观察和学习他人的沟通技巧、处理问题的方法等并将其应用到自己的自我管理中，不断完善和提升自己。又如在大班数学活动“我们的小路”延伸活动中，幼师可以提出“如何让小路变成大路”的问题创设小组合作氛围，让幼儿们自由组合成3-5人的小组，确保每个小组都有不同能力和兴趣的幼儿，以促进多样性和互补性。紧跟着幼师可以引导各小组围坐一圈，共同讨论如何将“小路”扩展成“大路”。讨论时可以鼓励幼儿从形状、大小、材料等多个角度入手，并尝试用积木、纸板或其他可操作的教具进行模拟。在讨论的基础上，每个小组开始动手设计并构建他们心目中的“大路”。幼师可以提供必要的材料支持并鼓励幼儿们分工合作，比如有的负责设计路线，有的负责搭建结构，有的负责装饰等<sup>[4]</sup>。在构建过程中幼师应巡回指导并观察幼儿们的合作情况，通过适时给予鼓励和引导帮助幼儿解决合作中遇到的问题，使幼儿在潜移默化中了解自己的不足和他人的优势、掌握与他人交流沟通的方法，从而提升幼儿的人际交往能力和自我管理能力。

#### （四）发挥榜样学习作用

幼儿具有模仿能力相对较强的特点，幼师在幼儿园大班教育活动中可以发挥榜样学习的作用，通过营造正面教育的学习生活环境使幼儿学会自我管理和提升自我管理能力。

首先，幼师是幼儿最直接的模仿对象，因此幼师在日常教学和管理中应展现出良好的自我管理能力和习惯。比如幼师可以通过按时作息、有序安排工作、保持教室整洁等在潜移默化地影响幼儿，让幼儿学会模仿并逐渐形成自我管理的习惯。其次，班级中总有一些幼儿在自我管理方面表现得尤为出色。幼师可以及时发现并表扬这些幼儿，让其成为其他幼儿的榜样。比如对于那些积极参与的幼儿，幼师可以给予特别的表扬并鼓励其他幼儿向其学习。除了幼师和同伴，幼师还可以引入一些外部榜样，如儿童绘本中的主人公、动画片中的正面角色等，通过讲述他们的故事或播放相关视频引导幼儿学习他们的自我管理技巧和积极态度。另外，幼师可以定期组织“我是小小管理员”“好习惯养成记”等以榜样学习为主题的活动。使幼儿在活动中通过角色扮演、情境模拟等方式亲身体验和学习榜样的行为方式，从而加深对自我管理重要性的认识。

#### （五）开展相关游戏活动

大多数幼儿喜欢玩游戏，而在玩游戏的时候幼儿通常需要遵循相关规则并进行互相监督，其是培养幼儿自我管理能力的有效路径。幼师可以从幼儿的身心发展规律和大班游戏活动的特点出发，将游戏规则的制定权交给幼儿，使幼儿在提议、讨论和协商的过程中制定规则和学会自律及自控。

幼师可以在游戏开始前组织一个简短的规则制定会议，提出游戏的基本框架和目的后鼓励幼儿们提出自己的想法和建议。然后将幼儿分成几个小组，每组负责讨论并制定游戏中的一个或多个规则<sup>[5]</sup>。在幼儿制定规则的时候幼师可以提出一些问题进行引导，比如“你们觉得这个游戏应该怎么玩才公平？”“如果有人不遵守规则，我们应该怎么办？”“如果你是这个游戏中的一个角色，你希望其他玩家怎么做？”“如果我们不按时开始游戏，会发生什么呢？”等，使幼儿在潜移默化中制定科学合理的规则并感知规则的重要性，从而形成自我管理意识和能力。

#### 结语

在幼儿园大班教育活动中，幼师需要进行综合考虑，从幼儿的实际情况出发制定科学合理的教育计划和教育方案，在强化幼儿对相关内容的认知的同时提高幼儿的自我管理能力和自我教育能力，为其更好地参与接下来的学习活动打下坚实基础。同时，幼师需要积极参与各项教研活动和培训活动、与其他幼师进行深层次的沟通及交流，及时有效地发现自己在基于自我能力培养的幼儿园大班教育活动中的不足并进行改正，以提高幼儿园大班教育活动的有效性和幼儿的自我管理能力和自我教育能力，使幼儿能够快速有效地适应小学教学活动。

#### 参考文献

- [1] 李静. 幼小衔接背景下的大班幼儿自我管理能力现状研究[J]. 科教文汇(下旬刊), 2021, (24): 169-171.
- [2] 杨慧萍. 幼儿园班级管理创新研究——设置班干部, 培养幼儿自我管理能力[J]. 读写算, 2020, (13): 44.
- [3] 杨雅淇. 幼儿园新教师自我管理能力的现状研究[D]. 重庆师范大学, 2020.
- [4] 潘颖. 大班幼儿自我管理能力培养的个案研究[D]. 西南大学, 2020.
- [5] 杨宇. 卓越幼儿园教师自我管理、自我教育能力培养模式研究——以贵阳幼儿师范高等专科学校学前教育系2015级卓越计划实验为例[J]. 汉字文化, 2019, (19): 187-188.