

树立时间观念 提高自理能力

——大班“做时间小主人”幼小衔接实践研究

叶安琪

苏州大学实验学校第二幼儿园

摘要：首先阐述了树立时间观念和提升自理能力对幼儿成长的重要性，接着，分析了在提高幼儿自理能力和树立时间观念过程中所面临的困境，如家长的过度保护、教育方法的缺失或不当，以及幼儿对时间抽象概念的理解难度；针对这些问题，提出了具体的实践策略，包括引导家长改变过度保护习惯、在幼儿园实施有效的自理能力培养课程、设计时间管理活动，以及利用直观工具帮助幼儿理解时间概念，旨在帮助大班幼儿顺利过渡到小学阶段，为其未来的学习和生活奠定坚实基础。

关键词：时间观念；自理能力；幼小衔接

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.03.013

引言

在当今社会，时间管理和自理能力已经成为个人成长与成功的重要因素，特别是对于大班幼儿来说，他们正处于一个关键的成长阶段，面临着从幼儿园到小学的过渡，故而，帮助他们树立时间观念和提高自己的自理能力显得尤为重要，通过实践探索，以“做时间小主人”为主题，设计一系列活动，以期帮助大班幼儿更好地管理时间和提高生活自理能力，这不仅有助于孩子们更好地适应小学生活，还能培养他们的自主性和责任感。

一、树立时间观念，提高自理能力的重要性

树立时间观念和提高自己的自理能力对于大班幼儿而言，具有极其重要的意义，时间观念的培养，有助于幼儿建立起对时间的感知和管理能力，使他们能够更好地规划和利用时间，从而提高生活和学习效率，这种能力将伴随他们一生，为未来的学习、工作和生活奠定坚实的基础。同时，提高自理能力也是幼儿成长过程中必不可少的一环。通过培养孩子们独立穿衣、整理个人物品等基本技能，不仅能够提升他们的自我照顾能力，还有助于培养他们的责任心和自主性，这种能力的提升，将使孩子们在面对未来的挑战时更加自信和从容。更为重要的是，树立时间观念和提高自己的自理能力是相辅相成的，当幼儿们能够合理安排时间，他们就能更好地掌握自理的节奏和进度，从而提高自理的效率和质量，反之，当幼儿具备了良好的自理能力，他们也能更加珍惜和利用时间，形成良好的时间管理习惯。

二、提高大班幼儿自理能力和树立时间观念的困境

（一）家长过度保护与代办

许多家长出于对幼儿的深爱 and 关心，往往不自觉地

过度保护，为幼儿代办各种事务，从日常琐事到学习任务，无微不至，然而，这种做法实际上剥夺了幼儿动手操作、独立思考的机会，进而阻碍了他们自理能力的发展，更为严重的是，长期的过度保护和代办可能使孩子形成依赖心理，缺乏自主性和解决问题的能力。当面临新的挑战或困难时，他们可能会感到无助和不知所措，因为他们没有机会在实践中学会如何应对。这种依赖心理不仅影响孩子的自信心和独立性，还可能对他们的未来发展和适应能力造成长远的不利影响，家长需要认识到过度保护和代办的潜在危害，逐步放手，让孩子在适当的范围内自主探索和成长。

（二）缺乏有效的教育方法

在幼儿教育领域，缺乏科学有效的教育方法构成了一个亟待解决的困境，部分家长和老师面对如何引导和鼓励幼儿提高自理能力的问题时，常感束手无策，由于未能掌握恰当的教育技巧，他们在培养幼儿自理能力方面显得力不从心。这种情况可能导致幼儿在面对诸如穿衣、整理个人物品等自理任务时，感到迷茫和无助。缺乏有效的方法指导，不仅影响了幼儿自理能力的提升，还可能对他们的自信心和自主性造成负面影响，故而，探寻和推广科学、有效的教育方法，对于帮助幼儿顺利掌握自理技能、增强独立生活能力具有至关重要的意义。

（三）教育方法不当

在树立幼儿时间观念的过程中，教育方法的选择至关重要，然而，现实中存在教育方法不当的困境，若教育者过于强硬，强迫幼儿遵循严格的时间表，不给予他们足够的自由和探索空间，这可能会使幼儿对时间管理

产生抵触情绪,无法真正理解时间的重要性。相反,如果教育者放任自流,不对幼儿进行适当的时间引导和约束,幼儿可能会缺乏时间观念,无法养成良好的时间管理习惯,这两种极端的教育方法都不利于幼儿正确理解时间的重要性和掌握管理时间的方法,因此,教育者需要寻找一种平衡,既要引导幼儿认识时间的价值,又要给予他们足够的自主权和探索机会,这样才能帮助幼儿真正树立起正确的时间观念。

(四) 孩子对时间的抽象概念理解困难

时间,这一无形的存在,对于成年人而言或许已习以为常,但对于处于认知发展初级阶段的幼儿来说,却是一个难以捉摸的概念,他们可能难以理解时间的连续性和不可逆性,也无法准确把握时间的长短和速度,这种困境在幼儿的日常生活中表现得尤为明显,比如他们可能无法预测和规划自己的活动,难以养成良好的生活和学习习惯。更为关键的是,如果幼儿无法正确理解时间的流逝和管理时间的方法,那么他们将难以树立良好的时间观念,这对于他们未来的学习、工作和生活都可能产生不良影响,如何帮助幼儿克服对时间抽象概念的理解困难,成为教育者需要深入思考和解决的问题。

三、大班“做时间小主人”幼小衔接实践策略

(一) 引导家长改变过度保护的习惯

为促进大班幼儿自理能力的发展和时间观念的树立,需要从家庭和学校两个方面入手,其中家庭环境的影响尤为重要,鉴于许多家长对幼儿存在过度保护的现象,组织家长会成为一种有效的方式以强调培养孩子自理能力的重要性,并鼓励家长给予幼儿更多动手操作的机会;家长会上应邀请专家或有经验的教育工作者进行专题讲座,深入浅出地讲解为何在这个年龄段培养自理能力是如此重要。通过实例说明,可以更直观地让家长意识到,当幼儿能够独立完成一些基本任务时,不仅有助于提升他们的自信心,还能为他们未来的学习生活打下坚实的基础;此外,家长会还应该分享一些成功的案例,让家长们看到通过适当放手后孩子们的成长变化,从而激发他们改变现有过度保护行为的决心^[1]。为了帮助家长更好地理解适当放手的价值,提供家庭教育指导是非常必要的,可以编制一份详细的指导手册,内容涵盖如何循序渐进地引导幼儿独立完成日常小事,比如穿衣、整理书包、按时作息等,这些看似简单的活动实际上能极大地锻炼孩子的自理能力,手册中还可以包含一些实用的

小贴士,比如设定明确的目标、使用图表记录进步情况等,这些都能有效地激励孩子积极参与到自我管理中来^[2]。除了理论指导外,还可以安排家长参与一些互动工作坊,让他们亲身体验如何在日常生活中培养孩子的自理能力,例如,设置情境模拟活动,让家长尝试放手让孩子自己完成一些简单任务,并在过程中观察幼儿的反应和处理方式,通过这种方式,家长不仅能学会如何正确引导和支持幼儿,还能直接观察到孩子在独立完成任务时所展现出的能力和潜力。

(二) 提供有效的教育方法

在幼儿园内开展自理能力培养课程是促进大班幼儿自理能力发展的重要途径之一,这些课程旨在通过实际操作训练来提高幼儿的自理水平,在日常活动中融入穿衣、整理个人物品等环节,使幼儿能够在实践中学习和掌握自理技能,通过设立特定的自理区域,配备易于幼儿使用的衣物、玩具收纳箱以及便于操作的清洁工具,教师可以指导幼儿逐步掌握这些基本的生活技能^[3]。为了进一步加强幼儿的自理意识,可以借助故事和儿歌的形式传授自理技巧和方法,精心挑选的故事应当包含积极的角色模型,展示角色如何通过自己的努力解决问题,通过故事讲述,教师可以引导幼儿思考并讨论角色的行为选择及其后果,进而启发幼儿在生活中模仿这些正面行为,而儿歌则以其朗朗上口的特点,能够帮助幼儿记住自理步骤,如洗手歌、整理玩具歌等。这些儿歌不仅能够增加学习的趣味性,还能加深幼儿对自理技能的记忆。除了上述方法,教师还可以设计一系列互动性强的游戏,让幼儿在游戏中学习自理技能,例如,组织“穿衣服比赛”,鼓励幼儿快速准确地穿上外套;或是开展“整理书包大赛”,教会幼儿如何有序地整理书包内的物品,这些游戏不仅能够激发幼儿的兴趣,还能促使他们积极参与到自理活动中去,从而提高自理能力。为了确保这些教育方法的有效性,教师需要根据幼儿的实际表现不断调整教学策略,针对那些在自理方面遇到困难幼儿,教师可以采取一对一辅导的方式,耐心地帮助他们克服障碍,同时,教师还应该定期与家长沟通交流,反馈幼儿在园内的自理表现,共同探讨如何在家中延续这些自理训练,形成家校合作的良好氛围。

(三) 采用适当的教育方式帮助孩子理解时间的重要性

在幼儿园内创设时间管理相关活动,旨在帮助幼儿

理解时间的重要性，并学会合理规划自己的生活，通过制作“我的时间表”，幼儿可以直观地了解到一天中的各个时间段应该如何分配，这项活动不仅可以提高幼儿的时间观念，还能培养他们的计划能力和执行能力，教师可以指导幼儿按照日常生活流程来规划时间表，比如起床、吃早餐、上课、游戏、午睡、晚餐及睡前准备等环节，在这一过程中，教师可以使用彩色卡片或者贴纸来代表不同的活动，帮助幼儿区分各项活动，并按顺序排列，从而构建起他们对自己一天生活的认知框架^[4]。为了增强活动的趣味性，可以引入定时游戏和倒计时等互动方式，教师可以组织一场“穿衣挑战赛”，设置一个合理的完成时间，鼓励幼儿在规定的时间内尽可能快地完成穿衣任务。类似地，也可以开展“整理书包比赛”，让幼儿在限定时间内整理好自己的书包和个人物品，这些游戏不仅能够让幼儿体验到时间的紧迫感，还能让他们在实践中学会珍惜时间。此外，利用定时器和沙漏等直观的时间工具，可以帮助幼儿将抽象的时间概念具体化，使用沙漏来计时，让幼儿观察沙粒缓缓落下，以此感受时间的流逝。这种直观的方式有助于幼儿建立时间流逝的概念，并学会等待，同样地，通过使用计时器，教师可以设置不同活动的时限，让幼儿明白时间的价值，并学会在有限的时间内高效完成任务，结合日常生活事件，如吃饭、睡觉等，教授幼儿认识时钟和时间单位，逐步建立时间观念，教师可以设计一些小游戏，比如“时钟指针接力”，让幼儿轮流转动时钟指针，并说出此时的时间，以此来加深他们对时间单位的认识。

（四）帮助孩子克服对时间抽象概念的理解困难

为了帮助幼儿克服对时间抽象概念的理解困难，采用直观的时间工具，如时钟、闹钟等，能够有效地将抽象的时间概念具象化，这些工具通过视觉呈现时间的流逝，使幼儿能够直观地感受到时间的存在和价值，使用时钟可以让幼儿观察分针和时针移动的过程，从而体验到时间是如何一点一滴地流逝的。这种体验式学习方式不仅增加了学习的乐趣，还能激发幼儿的好奇心，促使他们主动探索时间的秘密。与此同时，结合日常生活中的事件，如吃饭、睡觉等，教授幼儿认识时钟和时间单位，能够帮助他们逐步建立时间观念^[5]。教师可以通过设计各种互动活动来强化这一过程，在吃饭前设置一个五分钟的闹钟，让幼儿观察指针移动直至闹钟响起的过程，以此来学习五分钟的时间长度，通过类似的实践活动，

幼儿可以在实际生活中体验到时间的不同单位，如分钟、小时等，进而理解这些单位与日常生活的关系。为了进一步加深幼儿对时间概念的理解，可以引入闹钟来辅助日常活动，在游戏时间开始时设定一个闹钟，告知幼儿游戏将在十分钟之后结束。当闹钟响起时，意味着游戏时间结束，幼儿需要停止玩耍并进行下一个活动，这种方式不仅能够帮助幼儿学会遵守时间约定，还能让他们意识到时间的宝贵，学会珍惜每一刻；此外，利用时钟进行教学也是非常有效的手段。教师可以设计一些有趣的互动游戏，如“时钟指针接力”，让幼儿轮流转动时钟指针，并说出指针指向的时间，通过这样的互动游戏，幼儿不仅能够学习到如何读取时钟上的时间，还能在游戏中巩固对时间单位的认识。

结语

树立时间观念和提高自理能力，对于大班幼儿的成长至关重要，这不仅关乎他们日常生活的自理能力，更影响着他们未来学习和工作的效率与习惯，然而，家长过度保护、教育方法的缺失或不当，以及时间概念的抽象性，都是我们在实践中需要克服的难题；据此，建议教育者应更加积极地与家长沟通，引导他们理解并改变过度保护的行为，给予幼儿更多独立操作的机会，同时，教育机构和家庭应共同探索和实践更多元化、科学化的教育方法，以帮助幼儿更好地理解和管理时间，提高他们的自理能力，通过这些努力，相信幼儿能够更好地适应未来的学习和生活挑战。

参考文献

- [1] 田碧丹. 幼小衔接中的家园合作实践策略探究[J]. 家庭教育研究, 2022(6): 142-144.
- [2] 徐娜. 从儿童出发, 做好幼小衔接实践[J]. 今日教育: 幼教金刊, 2023(9): 36-38.
- [3] 李丽芬. 构建家校园共同体促进幼小衔接实践[J]. 教育实践与研究, 2022(30): 40-41.
- [4] 黄茜. 幼小双向衔接的视角转换与实践策略[J]. 学前教育研究, 2023(8): 91-94.
- [5] 刘岩. “一标多策”在幼小衔接工作中的实践[J]. 留学, 2024(1): 40-41.

作者简介：叶安琪（1996.10），女，汉族，江苏省苏州市人，本科，研究方向：学前教育，职称：二级教师。