

让幼儿在游戏中提升自我管理能力培养的策略

刘燕

山东省泰安市宁阳县酒店镇中心幼儿园

摘要：通过自主游戏能够有效提升幼儿的自我管理能力，促进其全面发展。文章通过创设多样化的游戏环境，引导幼儿参与规则的制定和完善，并结合教师的适时介入，使幼儿在游戏过程中不断尝试和解决问题，从而培养自我调节、情绪管理和团队合作的能力。自主游戏在提升幼儿的规则意识和独立性方面具有显著效果，帮助他们在面对挑战时积累经验与自信。

关键词：幼儿教育；自我管理；自主游戏；规则意识；情绪管理

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.04.004

引言

游戏是幼儿学习的最为有效的活动方式之一，自主游戏则是按照幼儿需要和兴趣，自由的选择游戏内容和开展游戏，并在其过程中进行社交的过程。自主游戏活动的开展，可以使幼儿在游戏中体验到快乐，并且积极主动地进行探索，体验和创造，获得更多学习经验。自主游戏不仅让幼儿在规则的框架下选择内容、制定计划并解决问题，还在社交互动中逐步增强其自律性和规则意识。随着社会对儿童全面素养的关注，自我管理能力已成为幼儿教育的关键目标。幼儿在自主游戏中不断磨练自我调节和问题解决的能力，这一过程为其未来的学习生活奠定了坚实的基础。教育者通过合理引导，可以有效提升幼儿的自我管理意识，使其更好地适应成长中的各类挑战。

一、环境创设：激发自主与探索

在幼儿教育中，环境创设不仅是教学的基础，更是激发幼儿自主探索和发展的关键手段。教师可以通过设计具有吸引力的游戏场景，结合幼儿的兴趣、发展阶段和学习需求，引入丰富的活动元素，使幼儿在参与中主动探索和思考，从而在游戏中获得深刻的学习体验。

为了营造适合幼儿成长的环境，教师可以精心设置不同主题的场景，使幼儿在趣味活动中激发好奇心。例如，“森林探险”主题就是一个理想的选择。教师可以通过设置小桥、迷宫、攀爬网和模拟的动物痕迹，打造一个充满自然气息的探险环境。在这个环境中，幼儿不仅能够自由选择探险路径，还可以体验不同的地形变化。教师可以在某些关键路径上设置简单的挑战，例如搭建平衡木桥，要求幼儿在通过时保持平衡，或者在迷宫中找到指定颜色的标记，增强他们的专注力和耐心。同时，教师可以在路径中布置任务提示牌，让幼儿在冒险时根据提示完成小任务。例如，“找到森林里的松果”或“跟

随脚印找到小动物的家”等任务，不仅让幼儿享受到探索的乐趣，还提升了他们独立解决问题的能力。

在这样的情境中，幼儿遇到问题时需要不断尝试和调整策略。这种体验使他们学会了在不确定性中寻找解决办法，增强了独立思考和应变能力。当他们在探险过程中遇到困难，能够通过自身的努力找到出路，这种成功体验极大地鼓励他们继续探索的动力，也逐步培养了他们的自我管理和自信心。

除此之外，教师还可以根据季节或节日设计富有教育意义的场景，使活动内容更加贴近生活。例如，在秋季，教师可以设置“秋收采摘”主题场景，利用模拟的田野、瓜果和农具，给幼儿带来一场“丰收”的体验。在这个环节中，幼儿需要根据任务要求进行采摘活动，他们可以使用不同的“农具”完成“收获”。这种活动不仅让幼儿感受到秋天的农作氛围，还引导他们在模拟的田间操作中进行时间管理和任务规划。幼儿在采摘时需要考虑如何在有限的时间内完成任务，以及如何合理选择工具，从而在不知不觉中学会了自我调节和规划的基本技能。教师在采摘活动中还可以通过增加任务难度（如分配不同类型的农作物）或设置团队任务（如小组协作收集特定的“作物”），进一步增强幼儿的团队合作意识和协调能力。

二、规则制定：强化规则意识与团队合作

在幼儿自主游戏中，规则制定不仅有助于强化幼儿的规则意识，更为培养团队合作精神提供了良好的契机。通过合理、科学的规则引导，幼儿能够在游戏中学会自律、自觉地遵守游戏规则，从而提升自我管理和团队协作能力。

（一）规则共创

教师在游戏开始前需要引导幼儿共同参与规则的制定过程，使他们在讨论中理解规则的意义和作用。通过

参与规则共创，幼儿不仅感受到自身的主体地位，也更愿意自觉遵守自己参与制定的规则。例如，在“建造小镇”的游戏中，教师可以鼓励幼儿讨论“建筑”材料的使用规则，如“每组只能选择一定数量的积木”或“每次使用后要归还到指定区域”等。在讨论中，教师可以引导幼儿认识到规则对游戏秩序的保障作用，理解共同遵守规则的重要性。

（二）建立游戏标识

在游戏规则中，教师可以利用简单、直观的标识帮助幼儿更好地理解和遵守规则。教师可以将游戏场地划分为不同颜色的区域，以明确各类游戏活动的范围；例如，红色区域可以是运动区，绿色区域是角色扮演区，而黄色区域则是阅读和拼搭区。这种颜色划分不仅便于幼儿在进入游戏时快速选择活动范围，还让他们在视觉上清楚地了解自己的选择和界限，从而形成自律意识。此外，教师还可以在不同区域设置指示箭头、禁行标识等，帮助幼儿在游戏过程中自然地遵守这些规则，避免意外或冲突。例如，在户外“接力赛”游戏中，教师可以在起点和终点设置明显的指示箭头，帮助幼儿明确路线，确保活动有序开展。

（三）规则完善

在游戏过程中，教师需要根据实际情况及时引导幼儿讨论并完善规则，特别是在合作游戏中。当幼儿在合作游戏中遇到分歧或出现不公平现象时，教师应适时介入，鼓励他们共同探讨解决方案。例如，在“合作搭桥”游戏中，可能会有幼儿出现抢占材料、未合理分配任务的现象。此时，教师可以组织幼儿讨论改进措施，引导他们增设“轮流使用材料”“每人负责一个桥梁部分”等规则，确保每个幼儿都有参与的机会，强化游戏的公平性与和谐性。在这样的规则完善过程中，幼儿通过参与讨论逐步学会从团队利益出发，合理调整规则，这不仅提升了他们的规则意识，还有效促进了团队合作精神。

三、教师角色：适度指导与适时介入

在幼儿自主游戏中，教师需要在适时放手与适度介入之间找到平衡，既支持幼儿自主探索，又在关键时刻提供必要的帮助和引导。这种灵活的角色定位不仅能有效提升幼儿的自我管理能力和社交技能的发展。

（一）放手与支持相结合

教师在游戏过程中应给予幼儿充分的自主空间，让他们在独立决策中培养自我解决问题的能力。例如，在“搭建小镇”的游戏活动中，教师可以将基本的材料提供给

幼儿，让他们自行设计和规划建筑布局。幼儿可以根据自己的想法决定如何分配材料、选择建筑形式，从而在自由探索中提高独立性。然而，当幼儿在游戏中遇到难以解决的问题，如如何搭建更稳定的结构或协调同伴的分工时，教师可以适时介入，通过提问和讨论引导他们分析问题、找到有效的解决方案。教师可以问幼儿：“为什么建筑会倒塌？我们是否可以添加一些支撑？”这样的引导不仅帮助幼儿克服了游戏中的困难，也引发了他们对结构原理的初步思考，从而促进了其思维的拓展和深入发展。

这种“放手与支持相结合”的方式既保障了幼儿的自主性，使他们在独立思考中建立自信，又在必要时提供了支持，避免幼儿因挫折感而失去兴趣。因此，教师在游戏时的适度介入既能帮助幼儿找到解决方案，又能增强他们的自我效能感，为未来的探索活动奠定信心基础。

（二）情绪管理与沟通技巧

在自主游戏中，教师还需要注重对幼儿情绪管理和沟通能力的引导，因为情绪波动和沟通障碍往往影响游戏体验，甚至引发冲突。在游戏中，当幼儿因未能达到预期目标或因与同伴意见不合而产生挫败或沮丧情绪时，教师可以帮助他们识别并理解自己的情绪。例如，在“合作建造桥梁”游戏中，若有幼儿因无法顺利完成任务而变得沮丧，教师可以引导他表达自己的感受：“你看上去有些难过，能告诉我是什么让你觉得不舒服吗？”这种方式帮助幼儿了解自己的情绪，避免因压抑情绪影响游戏体验。

当幼儿在游戏中出现冲突或分歧时，教师还需要引导他们学习积极的沟通方式，提升与他人合作的能力。教师可以鼓励幼儿在讨论中倾听他人观点并适度表达自己的意见。例如，当两个幼儿因为各自的设计思路不同而产生分歧时，教师可以引导他们一人发言、另一人倾听，让他们逐步学会相互尊重和理解。教师可以说：“可以先听听他的想法，再分享你的意见，这样我们可以有更多好点子来搭建桥梁。”这种沟通技巧的练习，不仅有助于缓解幼儿间的冲突，还培养了他们在合作中保持耐心、接纳他人观点的能力。

教师还可以通过角色扮演、情景模拟等方式增强幼儿的情绪调控和沟通能力。例如，教师可以在游戏前加入“礼貌小达人”环节，让幼儿练习在合作中如何礼貌地表达需求。这样的模拟情境能让幼儿在愉快氛围中习得必要的沟通技能，并在实际游戏中自然地运用。通过

这种情绪管理和沟通技巧的训练，教师有效地帮助幼儿在互动中保持积极心态，提升了游戏的和谐性，使游戏成为培养良好情绪和沟通素养的有力平台。

在整个游戏过程中，教师的适度介入和适时引导不仅促进了幼儿自主性的发展，还有效地支持了其在情绪和沟通方面的成长。通过放手与支持的结合，幼儿能够在自主探索中积累经验，而在情绪管理和沟通的引导下，他们逐步形成了健康、积极的互动习惯，为未来的人际交往和自我发展奠定了良好的基础。

四、自我反思：游戏后评价与总结

自我反思是幼儿在游戏后进行学习深化的重要环节，教师通过引导幼儿在游戏后进行评价和总结，不仅提升了他们的认知能力，还培养了自我反思和改进意识。通过回顾游戏体验，幼儿能够清晰地看到自身的表现，认识到优点和不足，并在集体交流中拓展思维，使每次游戏成为个人成长的宝贵机会。

（一）引导幼儿自主评价

教师在游戏结束后引导幼儿进行自我评价，这不仅帮助他们回顾游戏的经历，还逐步培养了他们的自我反思习惯。教师可以通过组织一场“游戏分享会”来鼓励幼儿表达自己的体验。首先，教师可以提出一些开放性问题引导幼儿回顾游戏过程，如“在游戏中你最满意的表现是什么？”“有没有遇到过困难？是如何解决的？”幼儿在回顾时会开始关注自己的行为表现，并在评价中发现自己的长处和需要改进的地方。

例如，在“建造小镇”的活动后，教师可以鼓励幼儿思考自己在团队中扮演的角色以及是否遵守了规则。当有幼儿表示自己有时忘记遵守规则而影响了游戏秩序时，教师可以引导他反思，鼓励他在下次游戏中尝试更好地控制自己。通过这种自我评价，幼儿能够意识到自己的行为在游戏整体中的作用，从而逐渐建立起自我反思的意识和责任感。

（二）集思广益解决问题

在游戏结束后的分享讨论中，教师可以引导幼儿集思广益，鼓励他们交流游戏中的挑战与收获，共同寻找问题的解决方法。教师应鼓励每位幼儿分享自己的游戏体验，包括遇到的困难、获得的帮助以及取得的进步。在这个过程中，幼儿能够借鉴同伴的经验，并在互动中获得新的启发。例如，在“合作搭建桥梁”的活动后，可能会有幼儿提到在分工时不够协调，导致桥梁结构不稳。教师可以引导其他幼儿讨论如何在下一次活动中更

好地分配任务，比如通过轮流负责不同的桥段或提前制定分工方案，确保游戏顺利进行。

在这种集体讨论中，幼儿能够看到解决问题的多种可能性，并通过吸收同伴的建议，丰富自己的解决方案。例如，教师可以在讨论中鼓励幼儿对难题提出不同的改进策略，如在合作游戏中设立轮流发言的机制或提前规定材料的使用次序，以避免争抢。这种方法不仅帮助幼儿在集体智慧中找到适合的解决办法，还培养了他们开放的思维和合作的精神。

通过自我评价和集思广益的方式，教师使幼儿在游戏体验后获得了完整的反思机会，不断积累改进的策略和经验。每次的游戏后总结都成为他们提升自我、拓展思维的契机，使游戏不仅是一次娱乐活动，更是重要的成长体验。幼儿在这样的氛围中逐步掌握了自我反思的方法，学会了用他人的经验来丰富自己的认知，并在未来的游戏活动中更加注重自我管理和团队协作，达到了全面发展的教育目标。

结语

综上所述，幼儿自我管理能力的培养对其全面成长至关重要，而自主游戏则是实现这一目标的有效方式。通过精心设计的游戏环境、明确的规则制定与教师适时的指导，幼儿能够在游戏中逐步积累经验，学会自我调节与团队合作。这些游戏策略不仅帮助幼儿在活动中增强独立性，还能通过不断的反思和总结，培养他们的责任感和问题解决能力。未来的研究和实践需要进一步关注不同幼儿的个体差异，针对不同的成长需求优化游戏策略，以提升幼儿教育的整体质量，确保每个孩子都能在多样化的游戏体验中获得全面发展，为其未来的学习与生活奠定坚实基础。

参考文献

- [1] 任天晴. 幼小衔接中培养大班幼儿自我管理能力的策略研究[J]. 教育界, 2024(5): 107-109.
- [2] 罗丽卿. 幼小衔接背景下大班幼儿自我管理能力的培养策略研究[J]. 名师在线(中英文), 2024(22): 11-13.
- [3] 董娟. 利用自主游戏培养幼儿自我管理能力的策略[J]. 天津教育, 2023(15): 57-59.
- [4] 李慧. 自主游戏中培养幼儿学习品质的策略[J]. 中国科技期刊数据库 科研, 2024(10): 0017-0020.
- [5] 林琳. 户外自主游戏中幼儿自我管理能力的培养策略[J]. 辽宁教育, 2022(22): 85-87.