

巧借区域活动，促进幼儿心理健康发展

钟其丹

大余县黄龙镇公办中心幼儿园

摘要：《幼儿园教育指导纲要（试行）》指出，幼儿园不仅需要致力保障幼儿身体健康，还需要着重培养幼儿良好兴趣与习惯，促进幼儿心理健康发展。同时基于以往大量经验可知，区域活动是非常重要的幼儿园教育渠道之一，展现不可替代的价值。鉴于以上所述，幼儿园教师就有必要积极探索科学区域活动形式与内容，营造良好环境与条件，持续改善幼儿心理健康状态。

关键词：幼儿教育；心理健康；区域活动

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.09.136

引言

幼儿园是一个人健康心理和健全人格形成的关键时期，所以心理健康教育就成了幼儿园教育的重要组成部分之一，需要教师在相关工作中投入大量精力。为此，幼儿园教师进行了大量探索研究活动，总结了系列适用育人方法与措施，区域活动就是其中之一。而且在此基础上，教师们充分借助区域活动策略，加强了幼儿心理健康教育工作，取得了一定的成效。但不可否认，由于多方面因素影响，他们所进行相关教学工作中可能或多或少存在一定的问题，无法最大限度发挥区域活动价值与作用，影响幼儿心理健康教育效果，不利于幼儿全面健康成长。为了改善这一状况，幼儿教师就有必要不断进行教育反思，针对性改善区域活动实施形式等，尽力为幼儿创设良好熏陶影响环境，切实促进幼儿心理健康发展，实现全面进步，健康成长。

一、幼儿心理健康教育中渗透区域活动的必要性

在幼儿心理健康教育教学中，鉴于幼儿生理与心理特点，理论说教等传统教学手段明显缺乏科学性与适用性，不利于达到预想幼儿培育效果。这也向教师提出了教学探索改革要求。在此背景下，区域活动策略慢慢进入广大教师视野，展现出了自身独特价值。通过组织针对性区域活动，教师可以分为幼儿创设积极熏陶环境，让幼儿受到正面心理影响，保持良好心理状态；通过参与相应的区域活动，幼儿可以慢慢克服心理上的弱点，提高心理素质，面授负面环境影响；积极参与区域活动，幼儿可以更好地进行心理宣泄，释放负面情绪，保持良好的心理健康状态；通过参与多元区域活动，幼儿可以慢慢摒弃自卑、敏感等心理，逐步提升自信心，更有勇气与能力与解决学习与生活中的问题；通过参与诸多区域活动，幼儿可以感受到很多的爱，从而不畏惧生活中诸多困难，更好地保持积极乐观的心理状态等。对于以上所述，幼儿园各个教师都需要有一个清楚的了解，然后再心理健康教育中加强对区域活动策略的渗透。而

且，幼儿教师需要随时根据孩子们的情况改善活动方式与方法，以更好地对幼儿进行心理引导，促进幼儿心理健康发展。

二、基于区域活动的幼儿心理健康教育策略

（一）组织角色扮演活动，给予幼儿正向精神激励
幼儿阶段的孩子年龄较小，身心发展都还不成熟，尤其是心理方面，很容易受到周围环境的影响。如果环境是积极的、正向的，幼儿心理将朝正面健康的方向发展，而如果环境是负面的、消极的，幼儿心理将朝着相反的方向发展。与此同时，角色扮演区域活动在幼儿园教育中慢慢得到了广泛应用，而且其价值与作用在实践中得到了印证，值得教师应用到各方面教育工作中。由此，致力进行幼儿心理健康教育的时候，幼儿教师就可以组织孩子们参与相应的角色扮演活动，给予幼儿正向精神激励，促进幼儿保持良好心理健康状态，更好地学习成长。

例如，教师可以在幼儿园划出部分区域，在其中投放系列红色主题材料，如可以张贴爱国宣传标语、放置英雄人物介绍展板、播放革命主题动画等，然后可以在此环境中组织孩子们参与相应的角色扮演活动。具体当中，教师可以根据对孩子的了解，将他们划分到不同的小组，然后在直观视频资源的辅助下向孩子们讲述一个个红色故事，如《闪闪的红星》《王小二》《鸡毛信》等。然后，教师可以引导每个小组的孩子选择感兴趣的故事，并帮助他们根据每个人的特点，确定扮演的故事角色，以进行表演练习。等到孩子们练习一段时间之后，教师就可以鼓励每个小组的孩子在大家面前进行角色表演，展示练习成果。无论是在练习还是在正式表演中，每个孩子都要积极感受红色故事主人公的行为与心理，自然而然将受到正面精神激励与熏陶，逐步摒弃消极信念，拥有良好心理健康状态。这样，孩子们将更加积极地投入更多学习活动中，学习更多的知识与能力，实现全面健康发展，为其最终成长为有用的综合型人才奠定良好基础。

（二）组织体育竞赛活动，促进幼儿勇于面对挫折

幼儿阶段的孩子虽然年龄小，但是大多已经有了自己的思想意识，有了自己的追求，那么就不可避免会遭遇诸多困境与挫折，而鉴于他们身心发展方面的局限性，可能很小的挫折都可能对他们造成阴影，影响他们的心理健康状况。由此，培养幼儿用于面对挫折的勇气与信心就成了至关重要的事情。而从以往大量实践经验可知，体育竞赛活动是一个很好的选择，可以提供很好的辅助作用。所以，幼儿教师就要根据幼儿情况，定期组织幼儿参与体育竞赛区域活动，促进幼儿用于面对挫折，提高心理健康素质。

例如，教师可以在幼儿园划出体育运动区域，在其中投掷各种体育器材，平时不仅要经常组织幼儿进行基础的体育锻炼，还需要定期组织孩子们参与体育竞赛活动，为孩子创设良好的心理素质培养环境。具体如，幼儿教师可以将孩子们划分到一个个两人小组当中，并画出起始线，并在起始点放置大量气球。各小组两个孩子需要面对面夹住气球，然后从起始点出发，迅速移动到终点，将气球放到准备好的筐里，然后迅速返回起始点，继续夹球移动，以此类推。在此过程中，如果两人所夹气球掉了，就要重新回到起始点，夹起气球迅速向终点移动。最后，在规定时间内，运送气球较多的三个小组可以得到一定的奖励，而其他的小组可以根据运送气球的多少，所得鼓励将、特别将等。除此之外，根据孩子们的兴趣、需求等，教师还可以经常组织他们参与足球运球跑比赛、合作跳绳比赛、篮球拍球比赛等。在此系列体育竞赛区域活动中，每个孩子都将在胜利的趋势下一次次克服困难与挫折，不断进行努力。慢慢地，他们会发现挫折与困境并没有那么可怕，是可以战胜的，因此将慢慢增强面对挫折的勇气，增强思想心理素质，这样也有助于他们坚持学习积累更多知识与能力，提高综合素质。

（三）组织趣味游戏活动，保障幼儿轻松愉悦心理

在幼儿心理健康教育中，使幼儿持续处于轻松愉悦的状态是必要的，这样可以使幼儿受到积极正面的心理滋养，避免陷入负面情绪与心理，影响心理健康发展。从实际来看，趣味游戏对孩子有着非常大的吸引力，可以充分诱发他们的兴趣与好奇心，为他们带来各种各样的快乐，激发他们的学习与生活热情。所以，幼儿园教师不仅需要加强心理健康教育工作，还需根据情况优选时机，经常组织孩子们参与趣味游戏区域活动，尽力保障幼儿轻松愉悦心理，促进幼儿稳步提升心理素质，实现心理健康发展。

例如，幼儿教师可以在幼儿园划定出游戏活动区域，然后在积极听取孩子意见的基础上，经常组织他们参与

趣味游戏活动。教师可以将孩子们划分到一个个不同的小组，然后让各小组的孩子轮流在大家面前进行“你比我猜”游戏活动。具体当中，教师可以充当主持人，负责展示印有各种生活物品的卡片，如香蕉、黄瓜、课本等，其中一名孩子可以看到卡片的物品，运用口头和身体语言进行描绘，而其他孩子则背对主持人，负责观察猜测正确的物品。最后，在规定时间内正确猜测较多的小组，可以获得一定的奖励，还可以任意指定其他一个小组，让他们在大家面前表演一个节目。教师可以指导孩子们两两结组，同时在游戏活动区域画出两条有一定距离的线，其中一个孩子站在一边，并且旁边准备大量毽子，另一个孩子站在对面，并且手拿一个篮筐。游戏开始以后，孩子需要将毽子用力丢向另一边，尽力扔到同伴所拿筐中。最后，用筐借助毽子较多的小组，可以得到表扬与奖励。除了以上所述，教师还可以设计更多有趣的游戏活动，鼓励孩子们积极参与。在此过程中，几乎每个孩子都将保持轻松愉悦的心理，避免负面情绪影响，更好地学习与生活。

（四）组织绘画创作活动，引导幼儿释放表达情绪

尽管幼儿阶段的孩子还小，但是他们学习与生活中也会遇到一些烦恼，产生一定的负面情绪，如果对此重视不足，负面情绪积累，就可能发展成心理问题，影响幼儿身心发展。因此，教师充分担负起自己的责任，随时观察幼儿，并为他们创设发泄的机会护条件，避免幼儿父母情绪积累。绘画艺术和心理健康教育存在一定的契合性与兼容性，尤其绘画艺术在改善幼儿思想心理方面展现出了重要价值，值得引起幼儿园教师重视。据此，在平时幼儿园教育工作中，特别是在心理健康教育环节，教师就有必要经常组织绘画创作区域活动，引导幼儿释放表达情绪，有助于幼儿持续改善心理健康状况，提高心理素质。

例如，在幼儿园绘画艺术区域，教师可以根据孩子们的需求，投放相应的绘画成品、画纸、颜料、画笔等材料，定期教授幼儿绘画知识与技能的同时，经常借助绘画创作活动，改善幼儿心理健康状况。在观察到孩子们一段时间情绪不佳的时候，教师就可以组织孩子们进行主题绘画创作，鼓励孩子们根据自己的心情选择绘画对象与绘画基调等，如有的孩子因为某些事情比较愤怒，那么就可能画出一个张牙舞爪的大花猫；有的孩子心情比较沮丧，那么就可能画出一个比较蔫的小狗等。同时，因为心情的原因，他们所选的颜料颜色也将不同，如有的孩子心情比较压抑、难受，就可能选择涂抹黑色调颜料等。鉴于幼儿心情随时发生变化，教师就可以在此区域随时准备丰富绘画材料，便于幼儿自行组织参与绘画

创作活动,根据性情创作不同绘画作品。在此活动中,孩子们的负面情绪可以得到一定的释放,有助于幼儿改善心理状况。与此同时,教师也可以根据幼儿的画作,更好地了解幼儿的心理变化,从而予以针对性引导,进行相应的启发与熏陶。由此,大多孩子都将拥有健康的心理状态,更好地成长。

(五) 组织生活实践活动,培养幼儿问题解决信心

在幼儿心理健康教育中,培养幼儿自信心是重要工作之一。在良好自信心的驱使下,孩子们将更积极地投入学习活动,更勇敢地面对生活中各种问题,并有勇气去面对、解决问题,提高综合素质。生活实践是幼儿园教育中非常重要的方法与途径,有助于营造良好教育氛围,更好地达到各方面教育目标,其中就包括心理健康教育目标,即促进幼儿心理健康发展。鉴于以上所述,幼儿教师就可以定期组织孩子参与生活实践区域活动,培养幼儿问题解决信心,使幼儿得到全面锻炼,丰富知识与技能积累的同时,提高心理素质。

例如,在平时幼儿园教育中,教师可以划定生活实践区域,根据具体活动需求营造良好区域环境,投放丰富资源,以便于组织幼儿参与多元生活实践活动,培养幼儿问题解决信心。教师可以在生活实践区域设置灶台,放置各种各样的蔬菜、面粉、案板、厨师服等。在此基础上,教师可以鼓励孩子们根据兴趣爱好自由结成不同的小组,然后穿上厨师服,合作制作各种面食、洗菜炒菜、蒸米饭等。此过程中,问题的出现不可避免,教师可以鼓励幼儿积极讨论自主解决,只在适当的时候予以提示和启发,帮助幼儿独立完成食物制作任务。教师可以设定种植活动区域,即在幼儿园合适区域开辟出一块块土地,然后带领孩子们一起种植花草、蔬菜等。在此生活化实践中,教师要尽可能留给幼儿充分自主时间与空间,鼓励他们独立完成翻土、栽种、浇水、锄草等任务,启发他们自行解决遇到的诸多问题。除了以上所述,根据幼儿需求,教师还可以组织孩子们参与更多形式的生活实践区域活动。慢慢地,幼儿问题解决自信心势必增强,更有勇气面对成长中遇到的诸多问题,并主动探索解决方式与方法,更好地学习与生活。

(六) 组织多元亲子活动,提升幼儿爱的感受能力

在幼儿学习成长中,家长扮演着至关重要的角色,家长的一言一行都将潜移默化中对孩子造成影响。因此,良好家庭互动教育就显现出了必要性。与此同时,幼儿阶段的孩子心理意志还比较薄弱,尤其是敏感的孩子,很容易因为他人的一言一行产生负面情绪,不利于他们心理健康发展。而爱,特别是父母的爱,可以给孩子带来治愈。由此,在平时心理健康教育中,幼儿教师就有

必要经常组织多元亲子区域活动,提升幼儿爱的感受能力,促使幼儿持续拥有良好心理健康状态。

例如,教师可以经常利用合适的时间,组织一定的亲子区域活动,为孩子与家长创设亲密互动的机会与空间,促进他们之间的交流。具体如,教师可以组织家长和孩子一起进行手工制作亲子活动。教师可以精心布置手工区域,在其中投放丰富的材料,如饮料瓶、废纸箱、剪刀、胶水等,接着将时间交给家长和孩子,鼓励他们一起变废为宝,制作创意手工作品。在此活动中,要以孩子为主,家长主要进行启发引导、操作辅助等,同时要在孩子遇到问题的时候及时给予鼓励与启发,促使孩子拓宽思路,自行解决困难,完成作品创作。在特定节日里,如国庆节,教师可以要求家长来到幼儿园,和孩子们一起进行红色主题板报设计。同样地,教师要提供区域材料保障,当然也允许家长和孩子带来一些自己独特的材料。活动开始之后,家长要先和孩子进行讨论交流,为他们讲一些革命动画故事、英雄人物事迹等,启发他们选定板报设计具体内容。接着孩子用画笔等进行创作的时候,家长要耐心地进行引导,也可以根据情况适时给予孩子帮助,最终合力创作出极具吸引力的板报作品。另外,教师还可以组织更多形式的亲子区域活动,让家长和孩子定期深入交流,感受彼此的爱。在家长爱的引导下,孩子也将慢慢提升爱的感受能力,更好地克服生活中诸多心理烦恼,保持积极向上的心理健康状态。

结语

总之,在当前幼儿教育教学中,心理健康教育作为重要组成部分,受到越来越多的重视,需要教师在相关探索工作中投入大量精力。而随着经验的不断积累,广大教师慢慢认识到,传统育人手段存在局限性,而区域活动策略展现出科学性与独特性,值得进行选择。鉴于此,幼儿教师就有必要针对性探索科学区域活动渗透方式,更好地完成心理健康教育任务,促进幼儿心理健康发展。

参考文献

- [1] 王有华. 幼儿心理健康教育路径探究——以美术区域活动为例[J]. 甘肃教育, 2024(21): 53-56.
- [2] 刘婷婷. 利用家园合作进行幼儿心理健康教育的策略[J]. 求知导刊, 2024(15): 128-130.
- [3] 张婕. 充分利用“绘本+”活动塑造幼儿健康心理[J]. 名师在线, 2023(14): 5-7.
- [4] 田慧丽. 幼儿心理健康教育融于幼儿园活动的实践研究[J]. 求知导刊, 2024(21): 125-127.
- [5] 张巧香. 基于多维视角的幼儿心理健康教育活动设计策略研究[J]. 教师, 2024(19): 99-101.