

# 如何培养幼儿的良好生活习惯

张晶晶

贵州省德江县潮砥镇中心幼儿园

**[摘要]**幼儿教育是人生的起点,要想让幼儿养成良好的习惯,光有理论教学是不够的,我们还需要实践引导,调动家庭的力量,培养幼儿的生活意识,为幼儿的习惯养成提供良好的学习环境。良好的习惯对于幼儿的身心健康、获取知识、培养能力、培养道德品质、塑造人格等都起着十分重要的作用。这一现象在幼儿们的生活中产生了深刻的影响,并会伴随着他们的一生,让他们终身受益。

**[关键词]**幼儿教育; 结合生活; 策略探讨

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.1006

幼师要根据幼儿的实际情况进行教育,不同幼儿的生活环境不同,因此所形成的的思维和习惯也有所不同,针对幼儿不好的习惯和不足之处进行教师和培养,可以更好的满足幼儿的需求,使幼儿在学习中可以得到更加准确的提升。幼师还可以和幼儿的家长取得联系,通过家园合作、亲子活动等多种方式,对幼儿进行潜移默化的影响,促进幼儿良好生活习惯的养成。

## 一、鼓励孩子的自尊心,并教育孩子养成良好的生活习惯

学前教育是塑造儿童习惯的关键时期,幼儿园的教育者需要使儿童养成良好的生活习惯。在这方面,幼儿园的教育者应该利用日常的教学资源,以便孩子们能够学习不断调整自己的生活方式并能够自律。例如,通过幼儿园大班的学习,幼儿园教育者可以让孩子们制定自己的“计划”,标出他们在园中想要做的事情,并标出上床睡觉、起床等的时间。幼儿园的教育者应帮助儿童积极参与计划表,提高儿童的参与教育意识,使儿童有机会充分发挥其主观能动性,建立良好的生活习惯,增加儿童对生活的理解,并有效提高儿童的生活质量。

## 二、借助趣味游戏活动,强化思想引导

让幼儿拥有良好生活习惯,并不是一蹴而就的,需要教师从多个角度对幼儿加以引导,让其在思想上可以深化认知,才会使幼儿主动规范自己的行为,从而逐渐养成良好生活习惯。除了对幼儿树立良好榜样,教师还可以借助趣味的幼儿活动,巧妙渗透良好行为意识,强化对幼儿思想的认知。趣味游戏活动是幼儿十分喜欢的活动项目,幼儿对其感兴趣的事物会主动动脑思考。教师立足良好生活习惯设计游戏活动,会促使幼儿更积极对待游戏活动的内容,从而纠正其错误的行为。在多方面的引导下,幼儿会更快速养成良好生活习惯。

## 三、创建多元化的体系,帮助幼儿熟练生活技能

在培养幼儿生活习惯的过程中,需要建立多元化的体系,为幼儿创设多元化的模式,帮助幼儿取得进一步的成长与进步。在培养幼儿饭后洗手、饭后漱口等生活习惯时,考虑到幼儿年龄小,热衷于听故事的特点,教师可以一改往日说教式方式,引入讲故事的形式,利用幼儿喜欢的卡通人物来创编故事情景,当部分幼儿形成了剩饭的不良习惯,针对此,教师可以带领幼儿观看相关视频片段,让幼儿了解粮食从田间到餐桌,期间需要经过很多的过程,让幼儿意识到粮食背后包含着农民伯伯的艰辛,启发幼儿养成珍惜粮食的生活习惯,并做到自己独立吃饭。通过构建多元化体系,对于幼儿正确生活习惯的养成有很大的帮助,能够对幼儿思维进行启发,并全面提高幼儿的综合素质。

## 四、通过动画,养成多种良好的生活习惯

在一日生活中,进餐是必不可少的一个环节。刚入园的孩子们在用餐的时候,有的幼儿桌子上撒满了米粒和菜,有的幼儿根本无心吃饭,东张西望,可想而知这些孩子在家里都是由爷爷奶奶、爸爸妈妈喂着吃的。我们老师看在眼里,急在心里,对于小班的幼儿,如果采取一味地喂饭和谈话式教育,肯定是不行的。我们发现,现在的幼儿对动画都很感兴趣。我们就采用巧虎动画的方法来尝试,结果得到了意想不到的效果。我们利用幼儿运动后午餐前的休息时间,给幼

儿观看巧虎动画,在动画里孩子们都很喜欢像巧虎学习,给我印象最深刻的就是巧虎在冬季防感冒多喝水、多吃水果,以及巧虎吃饭不挑食的片段。我们班的孩子很爱看这段,教师在控制观看时间的前提下让幼儿通过动画学习良好的生活习惯,与其教师不断的说教,还不如引用形象的、健康的动画形象让幼儿学习、模仿。

## 五、开展亲子活动,提高幼儿生活自理能力

幼儿园方面进一步加强了与幼儿家长之间的沟通和交流,也对幼儿家长的日常教育展开了有效指导。为了培养幼儿良好的生活行为习惯,幼儿教师可号召幼儿家长参与到教育环节中,并组织亲子游戏活动,引导幼儿家长采用恰当的方法对幼儿进行生活习惯教育。例如,为了将幼儿日常行为习惯培育知识展开有效普及,幼儿园方面可以组织幼儿开展综合性的幼儿行为习惯引导活动,对幼儿展开针对性教育指导,邀请幼儿家长参与到相关的指导活动当中,帮助幼儿了解到相关的专业化知识,提高幼儿的习惯养成效率。幼儿教师可以组织幼儿开展生活小能手的生活习惯教育活动,幼儿家长要提供给幼儿相应的机会,使他们在生活当中尝试着整理自己的玩具和生活用品,家长则在一旁进行指导和帮助,并且对幼儿展开有效的鼓励,提高幼儿的成就感与信心,提升对幼儿的生活习惯的培养效果。还可以通过开展一些亲子活动,指导幼儿家长提出自己在教育管理方面的一些问题,通过交流探讨分享各自的想法和建议进行解决,在良好的家园合作关系背景下提高对幼儿生活习惯的专业性指导与培养。

## 六、建立家园高效交互机制,确保彼此沟通有效开展

在幼儿良好生活习惯养成的过程中,幼儿教师与幼儿家长要保持高效的沟通。因为幼儿在幼儿园的表现和在家庭的表现,是一个连续性的过程。可能在幼儿园的时候,幼儿都在一起,某些行为是合规的,会依照要求来执行,但是在家中,幼儿没有处于对应的引导环境中,家长也没有在意,幼儿就可能出现一些不良的生活习惯,如一边看电视一边吃饭,随地摆放玩具等。面对这样的情况,幼儿园教育与家庭教育处于断层的状态,此时就需要切实采取措施进行改善。改善的第一步是幼儿教师和家长可以有效实现信息的交互,将幼儿的表现阐述清楚,这样才能采取针对性的措施进行改善和调整。幼儿不良生活习惯的改变,也是从这个环节开始的。

在幼儿了解生活习惯的培养方式之后,就要使用恰当的方法教育,以及培养幼儿养成一定的生活习惯,培养幼儿良好的生活习惯是一个漫长的过程,要求教师以及家长相互配合,教师需要有长久的耐性以及态度,还有言语,要能够包容幼儿并且爱幼儿,在一天当中的每个环节都要渗透生活教育,要能够持之以恒,通过培养生活习惯,促使幼儿获得身心健康的全面发展。

## 参考文献:

[1]代慧.学前教育中如何培养幼儿良好生活习惯[J].中外交流,2019,000(006):238.

[2]陈莹.浅谈如何培养幼儿良好的生活习惯[J].中学生作文指导,2019(30):1.