

浅谈幼儿良好行为习惯的培养

王秀荣

昌图县中心幼儿园 辽宁 铁岭 112599

[摘要]著名教育家叶圣陶说：“教育就是培养习惯”。英国大哲学家培根说：“习惯是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。因此人自幼就应通过教育，去建立一种良好的习惯。”他们的话都道出了养成良好行为习惯的重要性，它是一个人事业成功的前提条件。其实人的各种习惯不是天生的，而是在后天的生活、学习、实践和环境中逐步形成的。众所周知，低龄幼儿正是走向自我行为的起步阶段，可塑性很大，是培养良好行为习惯的最佳时期。培养幼儿良好的行为习惯是幼儿园工作的重中之重，比学习知识更重要，我们应该从多方面强化幼儿良好习惯的养成教育，为孩子全面发展和终身发展奠定坚实的基础。因此，对幼儿进行良好行为习惯的培养是当前幼儿教育的重要任务之一，是幼儿品德教育的重点。

[关键词]良好的习惯；游戏；榜样教育；信任

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.10.953

幼儿正处于人生的初始阶段，一切都要学习，可塑性强，自控能力较差，既是养成良好行为习惯的关键时期，又是沾染不良行为习惯的危险阶段，如果不适时培养良好的行为习惯，便会错失良机，养成不良行为习惯。而积习难改，习惯成自然，会给将来的发展带来难以弥补的缺憾。如著名教育家叶圣陶先生说：“什么是教育？简单一句话，就是要养成良好习惯。在德育方面，要养成待人处事和工作的良好习惯；在智育方面，要养成寻求知识和熟悉技能的良好习惯。

一、日常生活中良好习惯和独立性的培养

良好的生活习惯包括了良好的卫生习惯、饮食习惯等等。随着幼儿期的孩子要求独立性的愿望增强，这时期是培养孩子良好的生活习惯和独立性的好时机。培养良好的生活习惯要从平常生活的点滴做起。这时期在给孩子做日常清洁卫生时，要逐渐地给他灌输卫生的知识与概念，告诉他什么是脏的，什么是干净的，教育他饭前便后要洗手，不要吃脏东西、不要随地吐痰、不要吃手、不挖鼻孔、不抠耳朵，要养成整洁卫生的习惯。要定期给孩子剪指、趾甲，这时期孩子的手到处乱摸，手指甲一定很脏。在给孩子洗脸、洗手时，要开始教孩子自己来洗手，教他怎样用肥皂，如何洗手。良好的生活卫生习惯，是基本生活的自理能力，是身体健康的保证。养成良好的饮食习惯也不是一件容易的事。有的孩子吃饭时不专心、喜欢东张西望、吃得很慢，加上随着幼儿年龄的增长，幼儿之间交往的需要也不断的增加，吃饭时讲小话的现象也多起来，作为教师光提醒也不是解决问题的好办法，调动幼儿的内在因素，激发他们的上进心，才能让幼儿从被动变为主动，自觉遵守纪律。怎么能让孩子自觉遵守纪律呢？我们为孩子制定了一个标准“吃饭吃得认真，不发呆，不讲话、吃得较快、不挑食”哪组做的最好就评为“优秀小餐桌”的称号。时间一长，孩子们都争着当“大小孩”，不像“小孩子”那样处处让教师提醒，吃饭时讲话、不专心、

东张西望、吃得很慢等坏习惯减少了很多，吃饭不再成为孩子们的难题了。帮助孩子养成良好的睡眠习惯，保证睡眠质量。要让孩子睡得好，要注意从小养成良好的睡眠习惯，按时睡，按时醒。一般地，孩子在幼儿园每天中午睡1.5-2小时，晚上在家中应该睡10小时以上。作息制度一旦订立，最好坚持一贯，也不是一刻都不能差。根据季节、假期可作适当调整。平时在幼儿园我们应该表扬那些能安静、迅速脱衣服鞋袜、睡下后自觉闭眼、不乱动、不讲话、较快入睡的幼儿。

二、在游戏中培养良好行为习惯

游戏是幼儿的主导活动，在游戏中幼儿心情愉快，思维活跃，接受能力强。幼儿通过游戏的活动过程，能学会正确处理人与人之间的关系，比较容易形成一些良好的品质。有一次，幼儿玩“过家家”游戏，游戏里有两个三口之家，一方带着孩子去另一方家走亲戚，开始他们互相争吵都要当父母，没人当孩子，我及时出现，给他们临时分配了各自的角色，并让他们一轮游戏结束后，新一轮游戏轮流当父母，看谁把角色扮演得好，通过游戏，他们能互换角色，还学会了互相谦让，增强了待人接物的常识。我们还做了“带宝宝看病”的游戏，游戏中，幼儿模仿父母照顾“孩子”，带孩子去医院看病，体会孩子生病了，父母的焦急与辛苦，使幼儿更加理解和尊重自己的父母，从而听父母的话和孝敬父母。另外，他们还经常玩一些社会游戏，如“理发店”的理发师，“公共汽车”的驾驶员，“医院”的医生与护士，体会各种职业的社会角色，幼儿可从中得到社会规范意识和伦理精神的最初启蒙。用生动、有趣的的游戏形式、游戏语言和多维的游戏材料，鼓励幼儿练习生活自理的技能。根据《纲要》精神，以游戏为基本活动，寓教育于各项活动之中，注重活动过程，让幼儿在玩中学，学中玩。比如区角活动、表演和角色游戏：喂动物宝宝吃食，“给小猫洗脸”，“给布娃娃扣纽扣”等，这类游戏是用拟人化手法的构思情节来巩固自理能力的。孩子

们在这些游戏中，会学到一些吃饭、穿衣、整理玩具等基本技能。然后，再帮助孩子迁移到他自己的实际生活中。这种方法，符合幼儿心理特点，自然亲切，生动活泼，收效较明显。

三、与家长配合矫正不良习惯

作为教师，我们应该及时的向家长反映幼儿在园的一些真实情况，在生活、学习等各方面的表现，对每个幼儿都应该去细心的观察，在家长了解时也能说出个所以然；而作为家长也应该及时与教师沟通，不要以为自己的幼儿没有缺点不会犯错，其实幼儿天性好动，有小错误也是正常的，关键是要认真面对，知错就改，和教师好好配合，一起教育好幼儿。教师端正态度，真心实意的爱护、关心和尊重有不良习惯的幼儿；同时教育全体幼儿正确对待、热情帮助有不良习惯的小朋友，采取结对子一帮一、互助组等方法，使他们形成积极的情感认同体验和正确的态度定势。二是持之以恒。坏习惯的形成使一个长期的过程，而习惯矫正更有多次反复的情况。这时我们要做到不急躁、不气馁，持之以恒，并落实检查监督的举措。如有幼儿每天回家就看电视，一看就是几小时，我们及时和家长联系，通过电话、网络等加强交流，互相配合，长期坚持，终于使这个幼儿改掉了坏习惯。三是及时强化。在矫正过程中，我们为您还要随时注意幼儿行为发展的闪光点和坏苗头，对前者及时表扬宣传，对后者及时控制。例如：几个男孩户外活动的时候总喜欢去把草坪上的草。教师发现这一问题后，立即在班里进行教育，并制定有关措施，“不踩踏草坪不拔草，否则惩罚停止游戏5分钟。”为了避免惩罚，多数孩子能遵守规则，个别自控能力差的孩子因违反了规则受到了相应惩罚，体验到了后果，也不再拔草了。

四、进行榜样教育

用各种教育行动进行榜样教育，各种各样的杰出人物都有好习惯。大家都知道谷爱凌一天要睡10个小时的觉，同时运动和学习都特别自律，可以让孩子们从她身上学习早睡早起的好习惯。身边的人也是幼儿们的榜样，包括家长、老师、小朋友等。教师在工作中应该注意以身作则，同时要约束周围的人，以正确的形式展示给幼儿，充分发挥榜样的教育作用。教师的一言一行，一举一动都会在课堂教学，品德教育，课外辅导，个别谈话，家庭访问，即在教师劳动的一切方面对学生起着不可估量的影响。对学生进行教育，有的是教师有目的地自觉地进行的，有的则往往是通过教师平时的言行潜移默化地影响着他们。因此教师要非常重视孩子们对自己的信任，在思想境界、文化修养、道德情操各方面都要成为学生的表率。处处要严格要求自己，事事要起带头作用。

用。要求学生做到的，自己首先要做到。要求学生不做的，教师要坚决不做。《论语》中有“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。”这句话肯定了教师的重要性。作为教师，自身的品行特别重要。教师的道德、信念和思想，以及处世的行为、态度、仪表等各个方面，对孩子的成长都产生着潜移默化的教育及影响作用，这样的教育方式比训斥、责骂与批评，要有更好的效果，能达到无声胜有声的境界。

五、不断鼓励，让幼儿在练习中慢慢养成良好行为习惯

幼儿的意志力不能持久，注意力很难长期集中。根据幼儿的这个特点，我采取不断鼓励的办法，矫正幼儿不良的行为。比如，大家在午睡的时候，往往有个别幼儿起来小便，脚步走的很重，就给他一个暗示，提醒他矫正；当幼儿小心走路的时候，就微笑着点头表示他做的对。又如我们班有个新小朋友叫晓蕾，胆子特别小，他不习惯集体生活，不相信自己的力量，即使是最简单的事情，也往往不敢去做。对于他来说，我们需要让他养成合群的习惯。我就运用各种方法来鼓励他。先是让他做一些简单的事。如上美工课的时候，让他来分发美工纸；吃午饭时候，让他来分筷子。经过一次两次的锻炼。他的胆子慢慢大起来了。接着，我还训练他在大众面前讲话的习惯。一次在学习儿歌《老师的手》的时候，我提问全班的幼儿：“老师的手可以做什么？”这是一个非常简单的问题，提问之后我就有意识这样说：“老师准备请一个勇敢的小朋友来回答这个问题。大家看看谁最近以来比过去勇敢了？”小朋友们不约而同提到了晓蕾，他也就大胆地站起来回答了这个问题。当幼儿受到鼓励的时候，他们为了要从自己的行为中得到愉快，也就会自觉地制止那些不好的行为了。

综上所述，培养幼儿形成良好的行为习惯是很重要的，是关系到一个孩子长大成人之后能否独立于社会的基础。培养过程是漫长和潜移默化的，需要我们长期的系统的、协调一致的教育。教师要与家长积极配合，对幼儿循循善诱的教导，利用多种方式耐心的帮助幼儿逐步形成良好的行为习惯，尽量把每个小朋友都培养成乐观向上、充满正能量的孩子。

参考文献

- [1]林正方：《儿童行为的塑造与矫正》.北京师范大学出版社，1998
- [2]李季涓，肖湘宁.《幼儿园教育》.北京师范大学出版社，1995
- [3]潘日文，侯桂兰.《幼儿教育心理学》.中央民族大学出版社，2006
- [4]戈柔.浅谈如何进行家园合作.上海教育科研，2009