

培养大班幼儿良好的生活健康卫生习惯

——以大班幼儿“我掉牙啦”为例

王奕佩

(浙江杭州钱塘新区学正幼儿园 浙江 杭州 310018)

[摘要]教育学者陶行知先生说过:我们的教育教学活动就是对学生习惯培养。根据调查发现,发现幼儿有众多不讲卫生的生活习惯,例如:上完厕所不洗手、用舌头去舔身边的各种事物、挖鼻孔、吃手指、乱扔乱放。幼儿的社会经历非常少,对世界没有一个清晰的认知。幼儿时期可以说是一张白纸,可以任意进行描画。也就是说,幼儿对世界有一种极强的好奇心,社会的方方面面都有可能对幼儿造成影响。俗话说:三岁看大、七岁看老;幼儿时期是行为规范形成的关键性时期,对于幼儿的未来发展有着巨大的作用。本文以大班幼儿作为研究视角,并且选择“我掉牙了”这一生活情境,浅析如何培养大班幼儿良好的生活健康卫生习惯。

[关键词]培养;大班幼儿;生活健康;卫生习惯

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.06.658

一、大班幼儿的现状分析

大班的孩子已经逐渐习惯了幼儿园的生活,对于幼儿园的各项规章制度也有了一定的认知,已初步养成了一些良好的习惯。但是就算是大班的孩子,依然还是幼儿,幼儿的天性还较为浓厚,行为规范的养成不完善。从心理学上看,幼儿时期正处于具体形象思维的阶段,幼儿很难理解各种抽象的道理式的规章制度。大班幼儿已经基本能够知道要讲卫生,但是由于自身自律性不强,自控能力不强,一些不好的行为习惯他们无法做到很好地去进行控制和规避,所以卫生问题依然是幼儿园教师需要重视的一个大问题。

二、培养幼儿良好的卫生习惯的策略分析或原则

1. 卫生习惯培养要趁早,渗透到生活的方方面面

由于幼儿时期认知不成熟,很容易受到外部环境的影响。所以幼儿卫生习惯的养成要“先入为主”。大班幼儿对于环境的洞察力非常敏锐,自主意识还没那么强,他们最听从老师的话,并且以听话为荣,喜欢教师对自己进行教导。同时,大班幼儿还保留着较强的模仿性特征,对于身边人的一言一行都会有意识的进行模仿,外部环境对于幼儿的影响是深远的,留存的记忆也具有深刻的特点。所以,对于幼儿良好卫生习惯的培养必须要趁早,让幼儿尽快形成讲卫生的意识。虽然说幼儿认知浅对于习惯培养具有一定的积极影响,但是也存在一定的弊端。大班幼儿知识非常有限,所以分辨能力也极差,无法很好地认清是非对错,近朱者赤固然好,怕就怕在幼儿会近墨者黑,毕竟好坏就在一念之间,幼儿学好学坏都非常容易。因此,除了学校教育要趁早之外,家庭教育的作用也不可忽视。家庭环境对于幼儿的影响也是巨大的,幼儿园要联合家长,共同关注幼儿的成长,避免幼儿出现不良的行为。

2. 培养过程中要注重一定的原则

2.1 坚持不懈、切忌半途而废的原则。幼儿因为年纪小,行为会有反反复复的特点。幼儿不像成人,良好卫生习惯的养成不是一蹴而就的。培养幼儿良好的卫生习惯是一个长期的过程,这个过程任重而道远,不是一天两天,也不是一个

月两个月,幼儿教师一定要用良好的心态来看待,用乐观的心态来应对各种突发情况。幼儿良好卫生习惯的养成是一个循序渐进的过程,习惯的养成和提高都需要时间,所以在这个过程中必须要具备耐心,要有持之以恒的勇气。想要做好一件事情,坚持最重要,切忌“三天打鱼、两天晒网”的情况出现。

2.2 统一性原则。对于幼儿良好卫生习惯的培养,要具有统一的标准。不管是教师还是学生都应该按照这一标准去做,并且要牢记于心,标准的统一是培养活动顺利开展的保障。如果一会儿这样,一会儿那样,变来变去,幼儿会觉得混乱,不知道到底该怎么做。

三、培养良好卫生习惯的常用措施:(以“我掉牙了”为例)

1. 利用教育教学活动培养大班幼儿良好的身体健康卫生习惯。幼儿的学习活动分为主动学习和被动学习两种情况。主动学习是指幼儿积极、主动的进行学习,而被动学习则是受到外力的推动,在不情愿的情况下进行的。大班幼儿年级还较小,尤其需要发挥其主动性,这样才能更好地培养幼儿的良好卫生习惯。所以,在幼儿园教学过程中,应该充分体现幼儿的主体地位,加强幼儿的学习主人翁意识,让幼儿能够在一种轻松愉快的氛围中达到学习的目的,让学习成为一种快乐,而不是一种负担。以“我掉牙了”这一情景为例,结合幼儿具体形象的思维特点,将抽象知识以具体形象的方式呈现能够更好地引起幼儿的兴趣。在教学过程中,教师应该多利用一些童话故事或者绘本故事,来带动幼儿的兴趣,如“《我的牙掉了》”。同时,还可以根据美育的理念,选取一些节奏轻快的儿歌进行教学,如:《牙齿不见了》《宝宝掉牙齿》《换牙》等等。通过这些富有童真童趣的课堂教学模式,将生活与学习相结合,让幼儿理解在生活中养成良好的卫生习惯的好处,从而严格要求自己,自觉养成良好的身体健康卫生习惯。

2. 利用游戏的方式进行教学。幼儿最大的兴趣爱好就是玩,几乎所有的孩子都对游戏有着天生的好感。幼儿往往

都是通过游戏的方式来达到感知世界的目的，通过游戏幼儿能够清晰的、直截了当的去认识世界。由于幼儿喜欢游戏这一过程，所以在游戏过程中，幼儿处于一种放松自在的状态，在这样的状态下，幼儿的思维会更清晰，记忆也会更深刻。如果幼儿教师能够给幼儿提供一种轻松、欢快的氛围，利用做游戏的方式对幼儿进行教学，会达到更好地效果，幼儿的参与积极性也会更高，想象力会更加丰富，求知欲也更大。

幼儿身处身心各方面的发育程度较低阶段，具体形象思维都还没有很完全的形成，如果教师只是一味的讲理论，学生很难接收到教师要传授的知识，学生只会感到无法理解，久而久之会降低幼儿的学习主动性，甚至是厌烦学习。如果教师能够结合各种各样的游戏进行教学，幼儿能够更好地接受，并且非常欢迎这种学习方式。

以“我掉牙了”为例，教师先利用谜语小游戏的方式，“健康卫士穿白衣，上下两排真整齐。中午饭菜它磨碎，早晚用刷把澡洗。”带领幼儿认识“牙齿”这个概念。接着利用情景剧的游戏方式，让学生一起演一演换牙时的情景，说一说换牙的感受。

3. 多给大班幼儿创造实践机会，强化幼儿良好的卫生习惯的养成。幼儿由于年龄小，他们不能像成年人一样对于新的事物一学就会，行为习惯的养成不是一次就能成功。不管是在学习的方式上还是对于学习的形态上，他们都不能与成年人相提并论。教师在教学过程中，要具备耐心、细心和爱心，适当放手，给予孩子多一点时间和机会，让幼儿在反复的实践过程中达到反复强化的目的。这个过程教师的期望值不能太高，要讲究循序渐进的过程。

以“我掉牙了”为例，教师要让学生养成保持牙齿干净的习惯。首先，教师在课前先准备一些容易让牙齿变脏的食物，如：饼干；在教学中教师拿出饼干给学生品尝，孩子们会开心的吃起来。吃完后，教师从包里掏出镜子，让孩子对着镜子看一看自己的牙齿有些什么变化。学生会惊讶地发现“牙齿变脏了。”

接着，老师创设问题：我们只吃了一小块饼干，牙齿上就留下了这么多残渣。如果不及时清理，这些残渣对牙齿有什么影响呢？

接着教师请幼儿共同探讨正确的刷牙方法。教师先请一名幼儿示范讲述正确的刷牙过程：用水杯接一杯水，先在牙刷上挤点牙膏，再喝一口清水漱口，然后开始刷牙，将牙膏泡沫吐出来，最后喝水将嘴漱干净。如果孩子示范的不准确，老师还可以亲身示范，起到巩固的作用。

带领幼儿到洗漱间亲历一次刷牙，教师注意指导方法不正确的幼儿。并且反复强化。

4. 家校共育，促进良好卫生习惯的养成。幼儿良好卫生习惯的养成除了需要教师的正确引导之外，成长环境对于习惯养成的作用也很大。幼儿良好的卫生习惯养成，是学校老

师、家长及同学们共同努力的结果。大班幼儿良好生活习惯的养成在很大程度上取决于家校共育。如果家校之间配合得好，对于幼儿卫生习惯的养成就会起促进作用，如果配合不好，就会伴随着很多问题的出现。家庭是幼儿的启蒙学校，家长就是幼儿的启蒙教师，家庭教育直接影响到幼儿的成长。

针对幼儿“掉牙”这一生活实践，家长和教师之间应该及时交流，掌握儿童的身体信息，双方之间互相交流，互相提出建议，共同促进儿童在掉牙期的卫生习惯养成。

此外，针对大班幼儿换牙这一情境，还可以通过亲子活动，在活动中拉近孩子与家长之间的距离，给培养幼儿的卫生习惯创设良好的前提条件。定期举行家长开放日，做家长讲堂，邀请具有相关专业的家长来到学校，走进课堂，利用专业人士给幼儿介绍牙齿卫生习惯相关知识。定期举行家长会，向家长宣传幼儿不良卫生习惯对社体健康的影响，呼吁家长关注儿童的身体健康成长。

总结

综上所述，通过实践，幼儿园培养幼儿良好的身体健康卫生习惯是幼儿园工作的重中之重，对于幼儿的成长影响巨大。我国教育家陈鹤琴先生说得好：如果行为习惯养成得好，对学生的益处将会延续一生；如果行为习惯没有养成得好，那么一生就会受累。这句话充分体现了良好卫生习惯的重要性。所以，幼儿园教师要担负起培养幼儿良好身体健康卫生习惯的重担，用心去做这一工作，用行动去带动幼儿。教师不仅要对幼儿具有爱心，用爱心去感化他们；同时教师还应具有细心，细致关注幼儿在生活中的一举一动；教师还要具有耐心，包容幼儿；最后教师还要拥有一颗赤诚的心，让每一个大班幼儿都养成良好身体健康卫生习惯，都能健康、愉快的成长。

参考文献

- [1] 杨玉梅. 怎样培养幼儿良好的生活卫生习惯[J]. 祖国：教育版，2013.
- [2] 李洁. 大班幼儿卫生习惯养成教育的研究[J]. 读与写：上，下旬，2013，000（024）：323-323.
- [3] 朱桂兰. 关于培养幼儿良好生活卫生习惯的研究[J]. 卷宗，2014，000（011）：95-96.
- [4] 王爱霞. 培养卫生习惯 保证幼儿健康[J]. 家庭·育儿（2）：1.
- [5] 唐兴荣. 如何培养幼儿良好的生活卫生习惯[J]. 教育（文摘版）：00113-00113.
- [6] 荆浩阳. 幼儿良好生活卫生习惯的培养[J]. 东西南北，2019（17）.

作者简介：

王奕佩，198305，女，汉，浙江慈溪，本科，幼教一级。