

幼小衔接背景下提升大班幼儿自我管理能力的实践研究

朱思瞳

新疆库尔勒市第四幼儿园

DOI:10.32629/eces.v8i3.21778

[摘要] 幼儿园与小学是两个不同的教育阶段,在课程设置、活动形式、作息制度、规则要求与学习方式上存在明显差异。进入小学后,集体教学时间显著延长,课堂规则更加严格,学习任务更加明确,对幼儿的专注力、时间观念、倾听习惯、任务意识与自我服务能力提出更高要求。当前,不少幼儿在幼小衔接阶段出现适应困难,表现为注意力不集中、做事拖拉、倾听意识薄弱、物品管理混乱、任务执行力不足等问题,影响入学后的学习状态与心理适应。幼小衔接不仅是知识衔接,更是能力衔接、习惯衔接与心理衔接。自我管理作为幼儿社会性与适应性发展的核心内容,是幼儿顺利进入小学、实现可持续发展的重要基础。本文以大班幼儿为研究对象,结合幼儿园一日生活与幼小衔接实践工作,从注意力管理、时间管理、倾听管理、物品管理四个维度展开实践探索,并融入家园协同策略,提出系统化、可操作的培养路径,旨在帮助幼儿从他律走向自律,提升入学适应能力,为一线教师开展幼小衔接工作提供实践参考。

[关键词] 幼小衔接; 专注力培养; 习惯养成; 自我管理; 大班幼儿; 入学准备

中图分类号: B844.12 文献标识码: A

Practical Research on Enhancing Self-Management Skills of Senior Kindergarten Children in the Context of Transition from Preschool to Primary School

Sitong Zhu

Xinjiang Korla Fourth Kindergarten

[Abstract] Kindergarten and primary school represent two distinct educational stages with significant differences in curriculum design, activity formats, daily routines, rule requirements, and learning methods. Upon entering primary school, collective teaching time significantly increases, classroom rules become stricter, learning tasks are more defined, and higher demands are placed on children's concentration, time management, listening habits, task awareness, and self-service capabilities. Currently, many children experience adaptation difficulties during the transition period, manifested as poor focus, procrastination, weak listening skills, disorganized item management, and insufficient task execution ability, all of which impact their academic performance and psychological adjustment after enrollment. The transition from preschool to primary school involves not only knowledge continuity but also capability alignment, habit formation, and psychological adaptation. Self-management skills, as a core component of children's social and adaptive development, serve as a crucial foundation for their smooth transition into primary school and sustainable growth. This study focuses on senior kindergarten children, integrating daily kindergarten routines and practical transition experiences to explore practical approaches across four dimensions—attention management, time management, listening management, and item management—and incorporates home-school collaboration strategies. It proposes systematic and actionable cultivation pathways aimed at helping children shift from external regulation to self-discipline, enhancing their school adaptation abilities, and providing practical references for frontline educators engaged in transition support.

[Key words] Transition from kindergarten to primary school; Focus development; Habit formation; Self-management; Children in the senior kindergarten class; School readiness

1 绪论

幼小衔接是幼儿成长过程中一次重要的转折,《3-6岁儿童

学习与发展指南》明确提出,要帮助幼儿做好入学准备,培养基本的安全感、适应能力与良好的行为习惯^[5]。随着我国对学前

教育质量与义务教育衔接工作的不断重视,如何科学开展幼小衔接、缓解幼儿入学适应压力,已成为幼儿园与小学共同关注的课题。

自我管理能力和幼儿社会性发展的核心内容,主要包括注意力控制、时间规划、倾听与遵守规则、自我服务与物品整理等方面。幼儿在幼儿园以游戏为基本活动,节奏宽松、照顾充分;进入小学后,课堂纪律更严格、学习任务更明确、生活独立性要求更高。缺乏自我管理能力的幼儿,往往在入学后出现焦虑、畏难、注意力涣散、作业拖沓等问题。

基于本园大班幼儿实际情况,发现部分幼儿存在专注时间短、规则意识弱、整理能力不足、倾听习惯差等现象。为此,本研究立足幼儿园一日生活,通过实践探索提升幼儿自我管理能力的有效路径,帮助幼儿从“他律”走向“自律”,为顺利进入小学奠定坚实基础。

幼小衔接不仅是知识的衔接,更是习惯和适应性的衔接,所以如何培养幼儿良好的习惯、提升幼儿自我管理的能力,是幼小衔接工作常被大家所重视的关键点。幼儿在幼儿园阶段的小、中班学习生活中,幼师大多是以带有趣味性、互动性的游戏方式来引导幼儿学习知识、获得技能,根据幼儿年龄段的不同,合理控制课堂活动时间,使幼儿能在轻松活泼的氛围中学习。而在幼儿进入小学后,学习方式、学习时间都将发生巨大改变,小学阶段大多是采用以班级为单位的集体授课教学模式。专注力不足、倾听习惯不好、缺乏自控能力等,是幼儿进入小学后,家长和各科教师反映最多的问题。因此在幼小衔接阶段,幼师应着重引导幼儿养成良好的行为规范、学习习惯,有效提升幼儿自我管理能力,让幼儿能够获得长足的学习能力,为即将开启的小学学习生活奠定良好的基石^[1]。

2 开展专注力训练,提升幼儿注意力的自我管理

专一持久的注意力培养是幼小衔接工作不容忽视的环节,更是作为小学生完成学习任务的首要必备条件。在幼小衔接的过程中,幼儿学习的兴趣、习惯等非智力因素的培养,与知识的储备相比显得更为重要,在习惯养成方面,最主要的就是专注力的培养。因此幼师要有意识地培养幼儿专注力,它关系到幼儿是否能顺利适应未来小学学习生活的节奏,对于幼儿的自信心建立、学习技能提升、自我管理意识树立,起着至关重要的作用。

幼师要依据幼儿专注力的长度,灵活安排活动时长,逐步过渡贴近小学课堂时长,让幼儿始终以最好的状态投入到一项活动之中,然后根据幼儿的专注度情况逐渐增加时间长度和活动难度,不断促进幼儿专注力的提升和发展。有教育心理学家通过观察发现,幼儿是通过动手来展开思维的,幼师可为幼儿提供拼图、走迷宫、串珠子、剪纸、折纸、棋类、拍皮球等游戏活动材料,并引导幼儿开展相关活动,因为这类活动需要静下心来,动手的同时还要动脑,引导幼儿专注于一件事,逐步集中精神完成当下的任务,能够很好地锻炼幼儿的专注力,提升幼儿的任务意识。

幼师可以在组织活动时,先请幼儿感受、欣赏、观察主题事物,再用绘画、讲述等方式分享自己的发现和成果。例如:在以画猫为主题的绘画活动中,幼师先请幼儿观看各种形态的猫的一系列图片,然后让幼儿描述自己见过的猫的外形、习惯特点和有趣的事儿,其次再让幼儿将讲述的东西尝试用笔画下来,最后将画好的作品用讲述的方式分享给大家。这样,幼儿在绘画的过程中因为有明确的创作目标,就会更投入于发挥想象,积极创作属于自己的作品,整个过程中幼儿能够基于一个思维主线来管理自己的注意力,专注力就会十分集中^[2]。

在一日生活中,教师还可通过“安静小游戏”“听指令做动作”“专注力游戏训练”等形式进行碎片化训练,鼓励幼儿坚持完成任务,及时给予肯定与鼓励,强化幼儿的专注行为,让幼儿在潜移默化中提升注意力管理能力。

3 制定任务计划,提升幼儿时间控制的自我管理

帮助大班幼儿建立良好的时间观念,助力幼小衔接工作。守时、惜时、会合理规划时间的孩子,很容易建立健康规律的生活习惯,学习的效率也会高,同时自信、乐观、交往能力也会很强。大班幼儿即将入小学,对于时间观念的培养更是重要。由于在幼儿园时期,幼儿都是跟随幼师的节奏指令开展活动,所有时间的把握都掌控在幼师手上,时间概念往往被大部分幼儿忽视。在进入小学后幼儿出现的做事情拖拉、无先后顺序、散漫、不守时、上学迟到、自律性差等问题,就是因为没有建立良好的时间感。

因此在幼小衔接阶段,幼师要逐步对幼儿进行积极主动做事和有节奏完成任务的习惯培养,形成幼儿正确的时间概念,增强做事的条理性,提高做事的效率。培养大班幼儿的时间观念,包括认识时间,建立时间概念和自觉执行时间规定等。在教学中,不仅要求幼儿能认识时钟,还应让幼儿理解时间和生活的关系,懂得珍惜、遵守时间的重要性。

可以通过布置任务,制作任务计划的方式,引导幼儿感受理解时间的运动方式和规律,体验在有限的时间内,集中完成任务的成就感。例如:在开展小组科学实验活动中,幼师告知幼儿本环节实验和记录的活动时间为30分钟,大家怎样在这有限的时间里,既能够进行科学实验的探究,又能够让每个组员都参与体验,还不会因为超时而做不完记录呢?幼师引导幼儿尝试用图文并茂的方法制定小组任务计划,画出钟表的时间和表示每一个环节的时间与内容,按一定的顺序排列起来,并按照制定的计划有条理的完成科学实验任务。

活动后幼师用小结的方式引导幼儿发现,小组成员在执行计划中要把控好时间,不要在其中一个环节过多停滞,不然计划就会落空。活动中幼儿体验到时间的限制,并能初步养成自我监督、自我约束的良好习惯^[3]。在日常生活中,教师可采用“电子钟倒计时”“沙漏倒计时”等形式,引导幼儿感知时间流逝,逐步学会合理安排盥洗、进餐、表征记录、区域游戏等环节,强化时间管理意识。

4 营造倾听氛围,提升幼儿认真倾听的自我管理

培养大班幼儿良好地倾听习惯,是幼小衔接重要的培养目标,更是入小学后有效学习的保证。没有良好倾听习惯的幼儿会表现出:随意插话、小动作较多、不听取他人意见等行为,这些行为会影响幼儿注意力。如果幼师一味的通过屡屡说教、频繁提示的方式提醒幼儿要集中注意力的话,必将会导致幼儿因习以为常而不去重视。

大班幼儿正处于活泼好动,喜欢游戏的年龄阶段,幼师要抓住大班幼儿的学习特点和身心发展特征,在游戏情境中有目标有计划的,逐步加强对幼儿专注倾听和自我管理的培养。因此在游戏活动中,要用游戏化的方法,让幼儿“乐意听,喜欢听”。例如:开展“传递悄悄话”游戏活动,培养幼儿专注倾听的游戏,幼儿为了听清伙伴传过来的悄悄话,必须保证专注和安静,要认真的倾听,并把听到的悄悄话记忆下来,再完整传给下一位伙伴。

还可以为幼儿布置单独完成任务,培养大班幼儿的专注倾听能力和责任意识。例如:在收整游戏后的玩具时,为每位幼儿安排不同的收纳任务,每位幼儿都需要听清楚自己的任务及要求,因为分工不同,所以同伴间没办法模仿,只能靠自己认真倾听并理解后才能完成任务。身教重于言教,幼师要为幼儿树立认真倾听的榜样作用,在一日活动中要注意细节的把控,成为一名专注的听众,当幼儿发言时不打断、不急于纠正,用眼神、点头给予回应,将专注倾听内化为自己的习惯,对培养幼儿的认真倾听习惯有着重要的影响^[4]。

5 创设互动环境,提升幼儿自我物品的管理能力

对于大班幼儿来说,能管理好自己的物品,是自我管理能力培养的重要方面,是助力幼小衔接顺利过渡不可缺少的环节。在幼儿园,幼儿大多处在被人照顾的位置,习惯了成人提醒与帮助,大部分大班幼儿缺乏主动管理物品的意识,对收拾物品存在敷衍、杂乱堆放等问题。进入小学后,幼儿需要独立管理书包、文具、衣物等物品,物品管理能力直接影响学习效率与生活秩序。

因此幼师要通过多种方式开展“自我物品整理”的相关活动。例如:开展收拾小书包、整理铅笔盒等竞赛类游戏活动,引导幼儿实践探索学习物品的分类摆放方法,将书本、文具、纸巾、水杯等分类归位。例如:带班级幼儿通过参观小学,了解小学生整理书桌、分类存放物品的具体做法,激发大班幼儿向小学生学习的愿望,形成主动整理的意识。

整理物品能力的提升和习惯,离不开家庭教育和父母的影响力,家人要以身作则具备整理的习惯,为幼儿提供独立整理的机会。例如:为幼儿设置固定的整理箱、置物架,物品的分类整理要求要清晰明确,物品放置位置相对固定;鼓励幼儿参与家庭整理,对幼儿积极且有条理的整理行为给予具体表扬,让幼儿获得愉悦感与成就感,逐步形成稳定的整理习惯。

6 营造家园协同,共促幼儿自我管理能力发展

幼儿自我管理能力的培养,需要幼儿园与家庭同向同步发

力。部分幼儿在园表现较好,回到家中却依赖家长、缺乏自理与自律,主要原因是家庭教育中包办代替过多、规则意识薄弱。

为此,园所和教师应通过家长会、幼儿园开放日活动、家园联系栏、微信群等途径,向家长宣传自我管理能力对幼小衔接的重要意义,指导家长科学开展家庭教育。建议家长在家中建立稳定作息,与幼儿共同制定每日时间表,鼓励幼儿独立穿衣、洗漱、整理玩具和书包;减少电子产品使用,增加亲子阅读、动手操作等活动,延长幼儿专注时间;鼓励幼儿自己的事情自己做,不急于代劳,让幼儿在实践中提升自我服务能力。

同时,教师可定期布置“家庭小任务”,如“每日整理小能手”“按时睡觉小明星”等,引导家长记录幼儿表现,形成家园共育合力,让自我管理习惯在园所与家庭中保持一致,为幼儿顺利入学提供持续支持。

7 研究反思与结语

在本研究实践中,通过为期一学期的专注力训练、时间规划、倾听培养、物品整理与家园协同策略,班级幼儿的自我管理意识明显增强,多数幼儿能够坚持专注完成任务、合理安排时间、认真倾听他人讲话、主动整理物品,入学适应能力得到有效提升。

但在实践过程中也存在不足:部分幼儿因性格差异与家庭环境影响,进步速度较慢;个别策略在实施中缺乏长期持续性;对幼儿的个性化指导仍需加强。未来研究中,将进一步优化活动设计,强化长期跟踪指导,关注个体差异,不断完善幼小衔接背景下幼儿自我管理能力的培养路径。

综上所述,幼儿园向小学过渡的时期是良好习惯养成的关键期。在幼小衔接工作中,教师要立足幼儿发展需求,以一日生活为载体,科学培养幼儿自我管理能力,引导幼儿从他律走向自律。帮助幼儿养成专注做事、合理用时、认真倾听、自主整理的良好品质,能够让幼儿更快适应小学生活,在未来的学习与发展中更高效、更自信、更快乐。

【参考文献】

- [1]刘晓颖.浅谈“幼小衔接”阶段幼儿良好习惯的培养[J].新西部(下半月),2008(3):142.
- [2]高立利.解析如何注重幼儿良好习惯培养助力幼小衔接[J].新教育时代电子杂志(教师版),2020(15):13.
- [3]郑晓静.浅谈培养大班幼儿良好的时间观念[J].现代企业教育,2011(16):179-180.
- [4]王莉.浅谈幼小衔接中幼儿倾听习惯培养的实践教学[J].新课程(小学),2014(11):11.
- [5]中华人民共和国教育部.3-6岁儿童学习与发展指南[S].北京:首都师范大学出版社,2012.

作者简介:

朱思瑾(1980--),女,汉族,河北省安新县人,党员,本科,高级教师,现就职于新疆维吾尔自治区巴音郭楞蒙古自治州库尔勒市第四幼儿园,研究方向:学前教育。