“点”入幼心——保教并重话大班自主点心制作的策略

袁焕琴

常州市邹区中心幼儿园

DOI:10.32629/jief.v2i5.1521

[摘要] 幼儿园生活中合理的膳食营养是幼儿健康成长的保障。幼儿每日活动消耗大,特别是活泼好动、充满好奇的大班幼儿,因此,提供充足的食物供给和营养保障是具有重要意义的。自主点心环节的良好开展对幼儿的成长具有重要意义。

[关键词] 点心;大班;自主

中图分类号: G613 **文献标识码:** A

由于幼儿园膳食安排中,点心环节作为园内每日非正餐的用餐环节,其教育意义极易被忽视。然而,在点心环节过程中,教师作为占有主导地位的点心的发放者,若忽视幼儿的自主性培养,将不利于幼儿的全面发展,尤其是稍成熟的大班幼儿。因此,展开对大班自主点心制作环节的研究将有利于幼儿的健康成长。

1 幼儿园大班自主点心制作的问题现象

幼儿园大班出于活泼好动,在具有动手基础的年龄段,园内点心环节的自主性需要被重视。然而,往往受教师高度控制,幼儿处于被动角色,缺乏自主意识的培养,久而久之陷入压抑,自主点心制作环节的教育意义便无法得到体现。其中,大班点心环节的开展呈现以下问题:一是部分幼儿食欲热情度低。午睡是园内的常规作息,点心环节一般安置在午睡之后,由于时间的特殊性,幼儿常常在午睡过后有少许情绪波动的现象,食欲不佳甚至产生对食物的种种挑剔,往往称自己不想吃。二是对部分食物忌口。幼儿成长阶段,体质不佳,出现对很多食物过敏等现象,如海鲜、蛋类等。三是自己动手能力较差。幼儿还处于缺乏自主动手能力的阶段,虽然大班幼儿相对成熟,但仍会出现手忙脚乱的现象。有些教师直接作为主导者帮幼儿完成食物的剥壳等行为。然而,幼儿的畏难情绪和专注力不够,往往抱着极大兴趣开始便半途而废,出现浪费食物的现象等。所以针对以上现象,如何展开大班幼儿自主点心制作,对幼儿的身心健康和能力培养十分重要。

2 针对大班自主点心制作的策略

2.1 点心形式多样化

幼儿园内每个孩子都是一个独立的个体,皆来自不同生活习惯、甚至不同文化的家庭,所以在饮食习惯上会存在较大差异。在大班自主点心制作环节,要针对每个孩子的特性,因材施教。其一,关注点心类型的需求度。大班幼儿处于具有相对独立意识的年龄阶段,教师们在点心种类上可以根据每个孩子的需求进行统计确定品种。教师还需要专门照顾当日情绪化或者生病的幼儿,全面把握每个孩子的需求,进行点心种类的确定。在结合幼儿所需营养特点从而确定点心种类,如蛋糕、水果、什锦粥等,做到干湿搭配合理。二是利用点心用具的功能性,体现点心自主化。由于点心环节的时间特殊性,一般在幼儿午睡之后,教师往往十分体贴的将点心分好至座位上。然而,这样浪费了大班幼儿自己动手锻炼的机会,不利于幼儿的自主独立性的培养。因此,在点心环节可以采取自助式,教师可选取适合大班幼儿年龄的餐饮工具辅助用餐,如儿童筷子、儿童刀叉等供幼儿选择自己喜欢的点心。

2.2 点心环节氛围营造

园内环境氛围的营造很重要,对幼儿的生长发育造成直接影响。因此,营造良好环境更好的发挥点心环节的教育意义十分重要,从而使幼儿的成长受到潜在熏陶和启迪。因此,对于大班幼儿自主点心的环境氛

围营造,首先,需要打造安全卫生的用餐环境。符合标准的食物和洁净的用餐环境是幼儿身心健康的基础。在日常园内管理中,定期进行消毒工作,及时处理垃圾。点心环节的开展前期,保教人员也需要进行食品安全防护用具的佩戴,教师提醒幼儿养成用餐前洗手的好习惯;点心环节开展中,提醒幼儿讲究用餐桌面、地面的干净,也是从情感上培养幼儿节约粮食的意识。其次,营造舒缓的点心氛围。教师播放优美舒缓的音乐,可以促进幼儿心灵的愉悦,同时培养乐感。良好饮食习惯的培养可以提高食物的吸收消化,是幼儿阶段的重点。尤其是大班幼儿具有相对自我意识的条件下,要加强独自用餐行为的养成,细嚼慢咽习惯的培养。教师可以在自主点心环节适当增加活动,利用儿歌内容的灌输,如朗朗上口的《点点歌》:细细嚼,慢慢咽,一口一口全吃完……大班幼儿通过儿歌的学习,逐步改善养成良好饮食习惯。

2.3 游戏结合与自主管理

每个孩子有着对自己兴趣爱好执着的追求,这是大家的共同特点。因此,在幼儿自主点心制作的培养上,要从幼儿自身兴趣爱好出发,观察发现每个人的不同。比如大班幼儿热衷于角色游戏的扮演,在点心环节可以考虑结合情境创设角色游戏,扮演“买主”与“卖主”体验社会买卖的情景。

孩子在幼儿时期是习惯培养的重要期,教师需要关注每一位孩子的习惯,采取不同的培养方式。自主点心用餐结束后,也要培养大班幼儿良好的整理习惯和对一件事善始善终意识的培养。大班幼儿动手能力有限,教师可以引导幼儿从模仿开始,比如点心餐具的收拾,教师以自己为模范,提醒幼儿如何进行模仿收纳餐具并放置指定场所。这一过程中,教师对幼儿能力的信任感亦十分重要,虽然幼儿动手能力较弱,但是教师也不必处处谨慎,亲力亲为,而是采取信任的鼓励态度逐渐培养幼儿的自主能力。

3 结语

综上所述,自主点心环节的开展是促进幼儿园健康教育的保障。根据大班幼儿的年龄特征,做好点心环节的前期、中期、后期的安排,要合理搭配教师与保教人员的工作,达到养成幼儿良好饮食习惯的最终目的。

【参考文献】

- [1]李燕.自主点心 健康开心——幼儿一日活动中自主点心环节的优化与实践[J].科学大众(科学教育),2019(09):115.
- [2]颜卓惠.学龄前儿童营养点心设计——奶香果仁猪仔包[J].现代食品,2019(12):107-110.
- [3]刁玉萍.生活教育理念下幼儿园自主点心环节优化的行动研究[J].早期教育(教育教学),2019(11):10-11.