

民族饮食文化在幼儿教育中的渗透探究

毕春宇

内蒙古赤峰市直属机关蒙古族幼儿园

DOI:10.32629/jief.v2i7.2010

[摘要] 优秀的中国传统饮食文化,体现了中华民族的饮食调理艺术、文化民俗、民族精神和丰富的民族情感,是中国极具特色的文化象征。幼儿期是个体受各种文化影响的关键启蒙时期。在饮食文化启蒙教育中,让幼儿逐渐爱上民族饮食,增强对中国优秀传统文化的认同感,传承中国优秀传统文化,意义深远。

[关键词] 幼儿;民族饮食文化;渗透

中图分类号: G613 **文献标识码:** A

在当前的饮食文化教育中,存在一些问题,主要包括家长教育素养薄弱、教师饮食文化知识储备不足、园所力量不足及社区文化氛围淡薄等。因此,需要在向幼儿渗透优秀传统文化知识、提高教师文化素养、开发园本饮食文化课程、加强饮食文化基础设施建设等几个方面加强实践,让幼儿在中华优秀传统文化启蒙教育中热爱民族饮食,提升幼儿对中华优秀传统文化的认同感和民族自豪感,传承中华优秀传统文化。

1 生活中潜移默化地向幼儿渗透优秀饮食文化知识

家长可在餐桌上和亲子厨房中渗透饮食文化的基本知识,在与幼儿进餐过程中分享我国传统饮食文化的来源,帮助儿童认识餐桌食物的生长环境、外在特征以及食物具有的营养价值和其中蕴含的文化精神。基于对生活的观察发现,许多幼儿都不喜欢吃苦瓜,可通过让幼儿辨认苦瓜的形状,了解苦瓜的一系列生长过程和营养价值,进而懂得苦瓜对幼儿生长所具有的不可或缺的作用。其次,当幼儿有主动意愿参与到厨房中制作时不加以干涉,幼儿是用感官和双手来探索世界的,若孩子们主动想尝试使用擀面杖、小刀具等常用厨房用具,放手让幼儿自己动手体验制作南瓜饼、包水饺、鸡蛋卷等食物带来的真实体验,萌发对食物的敬畏。中华传统饮食文化里进餐过程也相当有考究,例如坐席的方向位置、筷子的陈设排列、上菜的先后顺序等,都体现着“礼”。这种“礼”体现的是一种内在的伦理精神,这种“礼”的精神贯穿于饮食活动的全过程。家长与幼儿一同进餐时可向幼儿讲解餐桌礼仪常识:如入座的礼仪,先请客人入座上席,长者入座客人旁以此入座,入座后不动筷子等;进餐礼仪,进餐时不打嗝或出声音,不在餐桌上剔牙如有需要则要用餐巾挡住嘴巴,如出现打喷嚏、打嗝等声响时,就要表示“真不好意思,请原谅”之类的话以示歉意;最后离席时,必须向主人表示感谢并邀请主人下次来自家做客,以表敬意。在家庭生活中向幼儿渗透饮食文化知识的同时,也有利于增进亲子关系。

2 注重学习文化知识和技能,提高教师饮食文化素养

在日常的教育实践过程中教师可以通过游戏和集体主题活动启蒙幼儿对传统饮食文化的认知,可以借助中国传统节日为主题开展教育活动,这种趣味性的形式深受幼儿、家长和社会的认可与喜爱。例如,在端午节来临之际,搜集端午节的相关资料,开展“端午节知多少”这一节日活动中让幼儿讲述有关端午节的故事,并让幼儿体验包粽子、品尝粽子、再观察粽子的形状特征,让幼儿动手绘画或手工制作等形式表现“粽子”。同时,教师再以幻灯片或视频动画的形式呈现,为幼儿讲述屈原投江,人们用吃粽子、喝雄黄酒来纪念爱国诗人屈原的故事,激发幼儿萌发爱国主义情怀的萌芽。“好环境是无声的教科书”。在“食物生活体验馆”,教师可把食物制作的流程图以图片的形式按顺序贴在楼道等可视的位置,发挥环境的教育功能。让幼儿自主自发去感受和学习,掌握烹饪的基本技巧。通过在环境当中渗透中国传统饮食文化,能够在扩大幼儿的视野、丰富幼儿知识的同时,以更加独特的方式,引导他们接触、了解中国传统饮食文化,在环境中去体会中华饮食文化,使中华优秀传统文化文化不仅仅是停留书本上、电视中遥不可及的知识,而是切切实实的

存在于一年四季中、一日三餐里,缩短了幼儿与中华优秀传统饮食文化的距离,使中华饮食文化更接近幼儿的生活实际、更具生活趣味。

3 注重开发园本饮食文化课程

园本课程来源于校本课程,它是相对于幼儿园普适性课程而言的,“园本课程,顾名思义就是指以幼儿园之‘本’为基础并结合该园的办园理念和幼儿学习兴趣及发展需要开发的课程”。是以幼儿园为基地,以该园幼儿的生长环境、发展现状、现实需要为核心,整合幼儿园硬件设施、师资力量和社区等各种资源而创设的课程。园所可通过种植园的体验形式开展尊重食物的主题活动教育,让幼儿在种植园为瓜果蔬菜剔除杂草、松土壤、抓害虫、施化肥。幼儿通过劳作来熟悉食物来源和生长环境,等蔬果成熟时品尝自己辛勤劳作带来的成果,体验到劳动的充实满足感和快乐自豪感。同时,幼儿又是学习过程的主体,课程内容选择应考虑幼儿的身心发展水平及成长规律,要注意不同阶段不同方面的不同特点,这样才能确定所选内容能被幼儿所接受。另外,重视专家指导和人才队伍建设也是解决师资缺乏的重要举措,通过激励机制的手段培养优秀中华饮食文化师资力量,进而培养新一代的中华优秀传统饮食文化传承者。

4 政府应加强饮食文化基础设施建设

4.1 开展宣传活动,营造饮食文化氛围。充分利用电视、电影、宣传片等多种媒体和渠道,让全社会领略中华优秀传统饮食文化的饮食魅力、蕴含的文化价值和传承意义。逐步营造中华优秀传统饮食文化的氛围,为幼儿开展中华优秀传统饮食文化启蒙教育、幼儿学习饮食文化知识提供心理基础。

4.2 充分利用公共文化设施。在幼儿方面,充分利用幼儿文化展览馆、幼儿博物馆、少年宫等公共文化设施,通过举办一些促进家庭及邻里互动的亲子传统食艺制作趣味赛,让幼儿在亲身体验中感受中华优秀传统饮食文化,领略传统饮食文化的艺术魅力;在青年群体方面,日常工作较为繁忙,看似对社区活动没有过多需求,实则更需要通过集体活动来缓解工作压力、调节身心。在老年群体方面,举办民俗文化传播、食材书画创意展等。使丰富多彩的社区活动带动居民之间的互动,建立良好的社区邻里关系,从而打造独具特色的文化社区,提升社区群众的文化品位。

总之,幼儿饮食文化启蒙教育需要家庭、学校、政府及社会人士的协同努力。中华传统饮食文化作为中华文化的重要组成部分,在幼儿园、家庭以及社区协同开展中华传统饮食文化启蒙教育势在必行,可为培养民族幼儿民族文化认同感和民族英才奠定根基。

【参考文献】

- [1]石娟.幼儿园开展科学教育的方法[J].当代家庭教育,2020(23):47-48.
- [2]朱紫薇.基于儿童朴素理论,开展幼儿园科学教育[J].启迪与智慧(中),2020(07):13.
- [3]王倩.幼儿园科学教育活动的设计与指导研究[J].当代家庭教育,2020(19):55-56.