

强化饮食习惯 促进幼儿健康成长

晋城市城区健康幼儿园 崔英娜

幼儿时期是长身体的重要时期,也是幼儿智力发育的关键时期。对儿童来讲维持生命和保证生长发育的基本物质是通过吃各种的食物来取得,所吃食物的质量直接影响儿童生长发育。在当前物质条件日益提高的前提下,孩子偏食、厌食、肥胖和营养缺乏症等情况屡见不鲜,其主要原因是孩子没有良好的饮食习惯。儿童正值长身体的时期,良好的饮食习惯是保证他们健康成长的重要因素。所以,在幼儿时期,培养幼儿良好饮食习惯就显得尤为重要了。那么,如何培养幼儿良好的饮食习惯呢?

一、制订良好饮食习惯的标准和要求细则。

根据《幼儿园教育指导纲要》对幼儿的饮食习惯要求做出进一步的细化和分解,如:安静愉快地进餐,正确使用餐具,饭后擦嘴,养成主动喝水的习惯,细嚼慢咽,咀嚼时不发出响声,不挑食偏食,不剩饭菜,不撒饭,就餐时不发出声音,不乱扔残渣,饭后收拾干净等等。

二、宣传培养饮食习惯的重要性,普及健康饮食理念。

1.我们每学期召开两次家长会,可以利用家长会向大家宣传,也可利用家园园地、《家长之友》以及家访、家园联系函、电话等多种方式,让大家知道有关营养、科学合理的饮食等方面的基础知识,同时也要利用晨间活动时间和活动的间隙利用多种形式向

幼儿宣传有关知识。

2.以故事的形式让幼儿了解进餐常规。幼儿年龄小,理解能力差,如果一味地说教,容易导致幼儿失去学习的兴趣,有些孩子还会故意违背,和人作对。因此,我们采取故事的形式,利用生动、形象的图片或课件,使幼儿了解进餐的正确方法。

3.同时,我们还非常重视各科教学内容的渗透作用,丰富幼儿营养与健康、饮食卫生等方面的知识,如科学活动《青菜萝卜我都爱》《不挑食》《小亮为什么肚子痛》,语言活动《小碗》《宝宝吃饭》、情景表演《我自己吃饭》等让幼儿懂得吃饭时该做什么,不该做什么。

三、一日活动中保教结合,采取有效措施培养幼儿形成良好的饮食习惯。

1.美化餐室,提供良好的物质环境。我们大多数幼儿园的进餐都是在本班活动室,在餐前,教师与幼儿要注意将玩、教具收拾整齐,还要检查通风是否好,保证幼儿有一个整洁的进餐场所。

2.科学安排幼儿的一日活动,保证幼儿机体有最佳状态。在组织幼儿的活动时,严格做到动静交替,坚持每天上午一小时的体育锻炼,控制好运动的密度和强度,餐前不做剧烈运动,做一些安静的能激起幼儿愉快情绪的如“你猜我是谁”“谁躲起来了”等游戏,或带幼儿出去散步,欣赏外边美丽的景色。

3.做好餐前诱导工作,激起幼儿食欲。要保证幼儿在最佳的生活和心理状态下进餐。一定要让幼儿在进餐时感到愉悦,促使唾液分泌,激发幼儿的食欲。餐前不能训斥幼儿,不处理与纪律有关的事情,不强迫进食,否则不仅对孩子的饮食受到影响,而且在心理上也会感到压抑,时间一长,会造成恶性循环,越来越没有食欲。

4.利用多种形式、多种方法培养幼儿良好的进餐习惯。

教师直接说教的方法幼儿难以接受,效果也不理想,我就采用孩子们最乐意接受的方法,用故事、儿歌、诗歌、歌曲、游戏的形式使幼儿在潜移默化中获得成长。例如:有的幼儿进餐时总是掉饭粒,我就给他们讲《大公鸡和漏嘴巴》的故事,并告诉他们:小主人要向你们学习,那只大公鸡啄不啄小主人了,就看你的表现了。为了帮助故事中的小主人,他们有意识地要求自己尽量不撒饭,不剩饭。一段时间下来,颇有效果。

四、重视家长工作,家园共育使良好的饮食习惯在家庭中得以强化。

幼儿是祖国未来的希望,要使幼儿健康的发展,单靠家长或是幼儿园里的老师是不行的,要双方共同努力,所以只有实施家园共育的教育方式才能真正的使孩子健康的成长。另外老师与家长的有效沟通可以使老师和家长随时掌握孩子的动向。例如,我

班上新来的一个小朋友,每次饭后吃水果的时候这个孩子都会找各种的借口,不去吃水果。通过我与家长的沟通,我知道,这个孩子在家里也是不爱吃水果的。家长虽然知道水果的好处,但是由于对孩子的溺爱,也就纵容了孩子的这种行为,使孩子逐渐养成了不良的饮食习惯。后来我发现班里这样的幼儿还不止一个,如果我单方面的要求幼儿,没有家长的参与也是不行的,于是我与幼儿的家长进行了多次的沟通,首先我让幼儿的家长明白水果对孩子的身体发育的重要性,让家长主动的参加进来。随后我们制定了一些切实可行的计划使孩子改变这种不爱吃水果的饮食习惯。在幼儿园我们通过做游戏的方式,哪个小朋友在游戏中胜出,我们就奖励给小朋友一种水果;哪位小朋友在幼儿园里表现的好我们也奖励个水果。通过这种奖励的机制,我发现逐渐的一些不爱吃水果的小朋友也吃起水果来了,因为那是他们通过努力获得果实,他们会产生一种自豪感。经过几周的实验,我们都发现原本一些不爱吃水果的孩子现在都可以很开心的去吃水果了,这让我感到很欣慰。所以,要加强孩子健康的饮食习惯首先要加强家长与老师之间的合力,在社会上形成一种家园共育的舆论,加强家长工作,加大家园联系的力度,家园同步,协调配合,促进幼儿良好饮食习惯的养成。

总之,幼儿是发展的独立的个体,常常受环境和情绪的支配。因此,我们在一日活动中,要时刻关注每位幼儿,持之以恒地把爱洒向每一位幼儿。才能使幼儿自觉自愿地参与到我们的饮食管理中,才能使幼儿良好的饮食习惯得到强化,使其终身受益。

核心素养导向下小学道德与法治单元整体教学的思路与策略

——以三年级上册第三单元《安全护我成长》为例

太原市迎泽区松桥小学 郭娟 杨亚玲 薛瑾

摘要:在小学道德与法治学科领域,关于单元整体教学的研究还不充分,案例还不丰富。如何在本科落实核心素养指引下的单元整体教学?本文以三年级上册第三单元《安全护我成长》为例,从真实问题是单元整体教学的价值原点,思维导向是单元学习内容的重构基础,深度参与是学生核心素养的塑造过程三个方面,尝试探索核心素养指引下的小学道德与法治单元整体教学策略。

关键词:小学道德与法治;核心素养;单元整体教学;思路与策略

随着2022年版《义务教育道德与法治课程标准》的出台,核心素养培育以及单元整体教学受到教育界的广泛关注。多门学科的一线教学研究显示,单元整体教学是一种行之有效的培育学生核心素养的方法,相较于传统的单篇教学体现出一定优势。但在小学道德与法治学科领域,关于单元整体教学的研究还不充分,案例还不丰富。在小学道德与法治课堂里,教师该如何落实核心素养指引下的单元整体教学?该从何处着手实施单元整体教学?该如何让单元整体教学为“政治认同、道德修养、法治观念、健全人格、责任意识”等学科核心素养的培育提供有力支撑?本文将围绕真实问题、思维导向、深度参与三个方面,简要地谈一谈核心素养指引下的单元整体教学。

一、真实问题:单元整体教学的价值原点

“真实性指的是‘超越学校价值’的知识成果,也就是解决真实问题的能力。”实践中,我们发现真实问题可以成为组织整个单元教学的原点,为单元整体教学提供有力抓手。将学生真实生活中的问题引入课堂,不仅有助于加深学生对知识点的理解和体验,也为学生的学习提供现实的需求和动力,有

利于达成发展学生道德和法治核心素养的远期目标。

《安全护我成长》这一单元包含《生命最宝贵》《安全记心上》《心中的“110”》三篇课文。组织教学时,我们先通过两个课时,指导学生画出本单元的思维导图,帮助他们把握课文的基本内容。随后,引导学生围绕自己感兴趣或不明白的地方进行提问。通过集体讨论,我们列出2个学生们普遍感兴趣的问题,分别是“家里着火怎么办?”“妈妈怀孕到底有多辛苦?”它们成为了本课重点探究的问题。

这是两个非常有价值的问题。一方面是具备生活价值,前者反映出学生对生活中突发火灾的担忧,后者体现了学生对妈妈的关心,对生命孕育的好奇,因此以上问题的价值不仅停留于掌握知识本身,更在于能够解决生活中的谜团,取得“超越学校价值”的真实成果,形成道德行为或法治意识,令学生一生受益。二是具备思维价值,只要仔细体味,都会发现这两个问题都可以成为教学的大问题、主问题、好问题,将教材中零散的知识有序地串联起来,有利于教学活动的开展,也为学生后续的深度学习和素养提升提供可能。

二、思维导向:单元学习内容的重构原则

前文说到,小学道德与法治每个单元的数篇课文之间存在一定的编排逻辑,但组织单元整体教学时,我们主张用真实问题统摄教学内容,因此势必要求教师对文本内容进行结构化处理,在拆分和整合中将教学内容进行二次建构,以便学生更加顺利地解决问题,这就要谈到单元学习内容的解构与再构问题。

那么,单元学习内容解构与再构的原则是什么?我们认为应当以是否有利于激发学生的深度思维,促进思维发展为原则。

李怀源老师认为,“整体课程首先强调思维整合,其次强调内容整合。”坚持思维导向,要求教师找到教材内容的核心和本质,从而将其分解成易于理解的模块,然后着眼本课题研究的大问题,建立模块之间的新联系和新框架,梳理并建立起新的知识结构,使学生更好地理解 and 掌握学习内容,进而形成核心素养。

这里我们来谈谈“家里着火怎么办?”这一问题的探究。教材中“119的警示”板块以呈现材料为主,而我们则对其进行了创造性地使用,调整了材料的内在逻辑。先是通过了解火灾从发生到失控只需要2—3分钟,进程之快出人意料,刷新学生对火灾的固有认识。随后,我们引导学生在思辨中明确,要根据火情大小的不同情况采取“灭火”“逃生”或是“拨打‘119’”的举措。最后,我们设置了“设计和张贴消防安全标语”微项目,呈现“家里插了过多插头的插座旁”“门口连续充电十几小时的电动车旁”“时常遭人破坏的消防栓旁”三个场景,请学生结合实际情况,完成设计安全标语的任务,并提出“只能写1条,每条不超过15个字”的限制条件。可以看到,整个设计更重视问题解决的逻辑,目标直指回答“家里着火怎么办?”的真实问题,要求学生开动脑筋,在面对不同情况时采取不同的策略,更具思维价值,将学生的学习一步步引向深入,最终指向安全素养的落地。

三、深度参与:学生核心素养的塑造过程

在单元整体教学过程中,学生参与真实问题解决的过程非常重要,相应的活动设计也因此变得非常关键。活动设计是否适切,决定了学生自主探索问题程度的深浅,以及思维能力和实践能力能否得到充分的培育,核心素养是否能得到更为全面和深刻的培养和发展。

为了让学生深度参与到课堂中,教师需要营造出一个积极、包容、开放的教学环境,在课堂中设置有利于促进思维、增强体验的互动性教学活动,让学生能够亲身参与到问题解决的学习过程中,增强他们的感受和认知。

还看对“家里着火怎么办?”这一问题的探究。逃生真的和学生想象的一样简单吗?我组织学生现场开展火灾逃生演练。学生大多能做到较快撤离现场,但在思维复盘时,大家发现一个问题:逃生前后,大家都在开心地笑着。通过讨论,大家达成共识:应急演练是一件非常严肃的事,要认真对待每一次疏散演练,以便在关键时刻能够顺利逃生。

另外,在“设计和张贴消防安全标语”微项目成果汇报后的评价阶段,我们要求所有学生评判汇报小组的完成情况,并且积极审视和改进自己小组在设计 and 展示过程中存在的问题。在以上的学习过程中,学生并不是在机械的背诵记忆或者激动的情感渲染中学习,而是通过解决具体而复杂的问题,锤炼和提升道德修养、法治观念、健全人格、责任意识等核心素养。可见,实践参与可以更好地培养学生的创新思维、团队合作精神和解决问题的能力,并且在这个过程中,他们的核心素养能够实现全面发展 and 提高。

综上所述,实施小学道德与法治单元整体教学,可以在整体把握基本知识的基础上,聚焦重点进行发力,以真实问题作为教学原点,以思维导向重构教学内容,以深度参与推动素养获得,保证学生核心素养得到全方位培育,培养出一批德智体美劳全面发展的未来公民。