## 幼儿园常规训练方法

**一个班的常规好不好，直接关系到幼儿的成长和教师组织一日活动的质量。如果常规没有建立好，幼儿无法形成良好的习惯，教师也因在组织各环节活动中要分散精力去维持秩序而影响活动的质量。所以，常规培养是教育过程中不可忽视的一部分。**

**一、幼儿园常规训练的内容及作用**

常规就是需要经常遵守的规则和规定。一些学者对常规的理解各有不同。有的认为常规是幼儿在幼儿园一日生活的各种活动中应该遵守的基本行为规范。而有的则将“常规”视为规定。

**幼儿园常规训练的3大内容：**

1.遵守各种活动和休息的时间及顺序的规定；

2.遵守一日生活各环节具体制度的规定；

3.遵守幼儿的一般行为规范的规定。显然，常规是幼儿教育主要内容之一。同时，常规的建立也对幼儿园教育有着非常重要的意义。

**幼儿园常规训练发挥的三种作用：**

1.常规帮助幼儿适应幼儿园环境；

2.帮助幼儿学习在集体中生活；

3.维持班级活动的秩序。

**二、幼儿园常规训练面面观**

常规教育对于保证幼儿健康和良好的情绪，使幼儿学会适应生活并具备初步独立生活能力，形成良好的行为习惯，起着十分重要的作用，如何在幼儿入园、离园中对幼儿进行教育：

**1.入园的礼貌用语常规训练及教育**

礼貌用语的常规教育及训练，是培养幼儿团结友爱、懂礼貌、讲文明、守纪律等良好的品德行为习惯及活泼开朗的性格，同时也是培养幼儿口头语言表达的一个有利机会。如：每天早晨幼儿入园，先问：老师早！老师微笑回答：XX小朋友早！从这简单的一问一答中，既培养了师生之间的情感，同时又训练了幼儿的语言表达能力。我们要持之以恒。幼儿入园时一定有问声、有答声。不能幼儿幼儿有问声，教师忙于其它实物而忽视了答声，挫伤了幼儿的自尊心，同时挫伤了幼儿本人的情感和口头语言表达的机会，以至于个别幼儿不在问老师好、老师早，所以我们老师在晨间接待幼儿入园时一定要精神饱满，认真负责，可亲可敬，给幼儿做出一个好的榜样来。

**2.晨间活动的常规训练和要求**

晨间活动包括晨间谈话、晨间锻炼和活动。晨间谈话是老师和幼儿情感交流的最好的机会，这项工作做好了幼儿在一天中将会按教师的嘱咐，提示和要求去行动和表现。常言到：一年只季在于春，一日之季在于晨。良好的开端是成功的一半，幼儿在清晨入园的感觉得到了满足，情绪得到了稳定，不良因素得以控制，在全天的生活、学习、活动中会得到有利的开发和创造。

晨间活动，可以让幼儿自由选择玩具自由活动，幼儿在自由活动中充分发展自己的想象力，创造力。也可以组织幼儿集体活动，在集体活动中培养了幼儿的合作能。

晨间体育活动是有组织、有计划的活动。教师要结合幼儿的实际情况，制定计划、组织实施。使幼儿的体能得到全方位得到锻炼。如果说晨间自由活动使幼儿的个性得到发展，那么晨间体育活动又使幼儿的体能得到锻炼，继而使幼儿的身心得到全方位的发展。

**3.幼儿离园的常规教育与要求**

离园教育是一个不可忽视的教育手段，起着承上启下的作用。因为幼儿在园一天，是在教师的引导下，有组织、有计划的学习、游戏，而每次活动都有具体的要求，是幼儿在园内动静交替，轻松愉快的度过一天，而幼儿一旦离园，在家长的呵护下，往往会忘记应该做什么，不应该做什么；而有的家长溺爱孩子，孩子要什么就给什么等等。如果离园前教师不认真总结幼儿在园一天在情况，不给幼儿布置任务，就会影响第二天的各项学习、游戏活动。因此，争取家长配合很重要。

**1）重视家园联系：**经常同家长联系，沟通幼儿园与家长的关系，并通过板报向家长宣传育儿知识，共同担负教育幼儿的责任。

**2）树立榜样：**教师要认真总结幼儿一天的学习、游戏情况，表扬表现好的幼儿，号召大家向他学习，提出希望，相信小朋友再来幼儿园参加活动时会比今天表现的更好，活动更愉快。

**3）提出任务：**小朋友回到家中，要把自己在幼儿园学道的知识讲给爸爸、妈妈听，要做一个勤劳的孩子，帮助爸爸、妈妈做一些力所能及的劳动，并看哪一个小朋友在家里表现的好，和在幼儿园一样，是一个懂礼貌尊敬长辈的好孩子。

**4）幼儿讲述分享：**请幼儿讲述在家里，自己做了哪些事情，把听到、看到是事情带到幼儿园，讲给小朋友和老师听等等。这样，既培养了幼儿的一贯性，又培养了幼儿自己做事的能力，保持良好的生活学习习惯。

如果说入园、晨间活动的幼儿在园一天活动的良好开端，那么离园总结是幼儿在园内一天活动的延续。所以，我们每一个教育工作者，必须坚持教育的一贯性，一致性和灵活性的原则，从实际出发，建立必要的合理的常规教育制度，培养幼儿良好的生活习惯。

**4.学习活动中常规训练**

所谓常规，是指沿袭下来的经常实行的规矩，通常的做法。即人们常说的“行为习惯”或“规则”。俗话说得好，“没有规矩，不成方圆”。《上海市学前教育纲要》目标中也明确指出：“遵守共同生活所必需的规则”，“初步形成文明的生活态度和习惯”。.对于我们的幼儿来说，他们年龄小，可塑性大，自制力差。同时刚从家里来到幼儿园，什么常规和习惯都不懂。因此，纲要根据孩子的年龄特点，强调了形成常规的重要。培养孩子良好的常规是保证孩子活动正常开展的前提。作为一名老师，尤其是一名新教师，一定要了解生活中的常规，并首先把常规建立好。下面，我交流一下学习活动中常规培养。

**1）坐姿常规的培养**

这是最基本的常规。无论是画画、数活动、音乐、语言或故事等都涉及这一常规培养。如小脚并并拢、人坐直、小手放膝盖、眼看老师等等。怎样培养好良好的坐姿？首先可以通过课程的内容及要求来培养，如儿歌“我是好宝宝”形象有趣，边念边做，易被中小班幼儿接受。儿哥“学好样”，使幼儿懂得坐着要学大白鹅，挺起胸膛真神气。以儿歌的内容激励孩子建立良好的坐姿。故事“妞妞不扭了”“猴子吃鸭蛋”生动形象地说明了坐不端正要影响学习，都是常规培养的好教材。

其次，可以通过小朋友的竞赛，比比谁坐得端正。对好的小朋友进行奖励或鼓励，对差的孩子提出希望，从而进行强化。

另外，还有一点非常重要，即老师的榜样。两位教师要密切配合，要求小朋友做到的老师一定要做到，使孩子在日常生活中得到潜移默化的醺陶。除了这一些，一日活动中随机的提醒，个别帮助教育，也是很重要的。如讲故事时，请一些坐不好的孩子坐老师身边，在开学排位置时，请一些好动的坐姿差的孩子坐在前面一些，便于老师的提醒督促；也可以采用一帮一的办法，请能力强的坐差的旁边，一一对应，坚持一贯地督促提醒；还可以请家长帮忙在家里要求玩些安静的游戏。例顾姚尧的转变，证明家长工作非常重要，从玩汽车后改为搭积木、画画等，久而久之，良好的坐姿慢慢地就会形成。

**2）操作活动中常规培养**

在学习活动中主要的形式是操作和游戏，这样对操作前的要求、操作中加强检查、操作学具，操作中的常规培养也就显得格外的重要，培养得好，能使活动得心应手，大大提高教学效果。那么，操作中到底有哪些常规呢？比如：数活动中撒花片，学习数的组成，什么时候玩，怎样玩，玩的过程中还要集中又有什么要求？又如：举数字卡，到底举到哪里，慢吞吞地举，还是迅速地举，边说边举还是没有声音地举，这些都涉及好多常规培养。

一般来说，在每次活动前，我总是先提要求，让大家明确怎么做，然后在做的过程中，发现好的苗子及时地在班内表扬。如撒花片后我要让大家集中说说撒花片中得出的结论。一敲铃或一拍手就让幼儿坐好，发现李丹婷小朋友坐得非常快，当即就请小朋友为他鼓掌，或者和他亲一亲，这样使他们的行为在全班作出了榜样，大家就学着做了。又如举数卡，除了提出要求以外，我通过数数来渲染气氛，促使孩子动作迅速，如找数字游戏时要举数卡，看到快的孩子不多，就说ΧΧ真快，第一，ΧΧ第二；你也快。第三，ΧΧ第四，ΧΧ第五，现在都快了……这样，反复几次后，孩子们的懒散行为就被控制了，大多能迅速地举出数字卡。

如沉与浮的探索活动，大家都非常熟悉。一会看、一会摸，一会讲，一会玩，如果没有良好的常规，就放开收不拢。所以一定要在平时坚持训练，养成良好的行为习惯。又如讲讲做做比尾巴，当每人认识完信封内的动物尾巴后，怎样才能迅速地藏好，放在椅子下面，朱晓菁老师儿童化的语言使每个孩子又快又自觉地把尾巴放好。她说，请小朋友让这些宝宝睡到睡袋里，放到床上（即椅子下），要轻轻地保护好它们，等会儿送到妈妈这里去。折纸、画画等美工活动是自始自终的操作活动。它的常规包括事先不能动的学具和纸，安静作画，坐姿端正，有秩序收起来等。

**怎样才能形成良好的美工习惯？**

首先要让幼儿明确要求，形式可以多样，对小班幼儿可以用儿童化语言，如把椅子轻轻搬上来，可以说轻轻地搬椅子，手不要去摸蜡笔宝宝，当心吵醒蜡笔宝宝。中大班可以用讨论的方法明确要怎样画画才是习惯好，然后老师细心观察谁做到了，在指导作画的过程中随机地引导，对进步的孩子投个微笑或摸摸他的头对他肯定，不对的请他放下蜡笔看看别人是怎样做的，然后再画。往往收学习用品时最乱，这里我经常采用以音乐作为信号的方法来收拾玩具。如：边弹一首曲子边让孩子把椅子放旁边，然后，组长值日生去收蜡笔等教学用具，等到老师琴弹好，大家都收拾停当，开始自由活动，这样一点也不乱。

看书的常规也有很多，轻轻翻书、正确姿势、安静看不影响人家等。首先明确要求，再让幼儿安静看，接着以老师看来为幼儿作示范，然后通过练习，个别指导来形成良好的看书习惯，有条件的还可以用桌子或布做成屏风，把全班幼儿隔成一小组一小组，这样更能创造良好的常规。

总之，操作中的常规有许多，还需大家多摸索，找出良好的办法。

**3）搬桌椅常规的培养**

搬桌椅中，涉及到二只手搬、轻轻地搬，不拖地等常规，在贯彻这一常规时，首先通过故事或拟人手法，让幼儿懂得爱桌椅的道理，其次通过三轻歌（走路轻、说话轻……）来引导幼儿轻轻搬放，另外通过示范、练习、评比的手段来加以巩固，对一些经常要忘记的孩子，重点介绍示范、练习、评比的过程。来园时老师就及时提出要求，或用眼看或手势经常提醒他们，如发现进步了马上表扬，以强化之，在平时，老师的行为是幼儿的楷模，所以老师一定要按要求去做，这样孩子们就会较快地形成这一习惯。

**4）集中注意听说常规的培养**

这一常规也是学习中的基本常规，它是激发孩子积极思维、积极参与的重要保证。它包括：不东张西望，手不东摸西摸，不交头接耳，眼睛要看着老师、图片等。讲：不插嘴、积极举手发言，声音响亮，大方回答及举手姿势等等。听的时候眼看着前面或老师。如何培养这些习惯呢？最重要的设计活动趣味化，游戏化，活动的过程应该是激发兴趣的过程，这个激发兴趣有老师的抑扬的语言、教态、教具、内容……幼儿在非常有趣的形式下开展学习活动，当然非常高兴。注意力相应地也就集中了。

例：比多少——穿糖葫芦，2的组成——玩沙包，3的组成——撒花片，幼儿在游戏中学习，始终充满着兴趣。另外，在活动过程中，老师的视线教态也是非常重要。老师每时每刻地观察着孩子的一举一动，及时的提醒孩子集中注意，可采用正面引导举例某某听得真认真、真聪明。对于注意力不集中的孩子要分析原因，可能年龄小、控制力差，可能是家庭不管导致很散，要多进行个别谈话；家长工作，一点一滴地提出高要求，不能对这些不了了之，或者很生气地拖一边，都是非常不利，也提不高的。总之，对这些孩子要耐心地锲而不舍地进行教育。

另外，举手发言，不插嘴，可以讲些“多嘴的八哥”一类故事，使幼儿懂得多嘴多舌要影响大家，并鼓励大家积极举手发言，还可以采用猜迷、脑筋转转弯及根据孩子的水平设计些有趣的问话，说说看到的最喜欢的电视等等来培养举手发言的兴趣及习惯，过一段时间，请大家找找班内谁举手发言多，声音好听，大家找她做朋友，从而从情感着手培养积极举手的习惯，对能力差的幼儿则告诉他们，讲错不要紧，你举手了老师可以请本领大的人和你一起讲，从而也增大了他们的胆子。

学习活动中的课前准备也有许多常规，如分发学具，排好桌椅队形，我一般每组请2个组长来分发学具，如一人发蜡笔，一人发纸；或者一人发剪刀、浆糊等，一人发手工纸等。总之，轮流几个人帮助老师做好课前准备，其余小朋友玩自己的玩具或到区域中去玩，不许碰发好的东西，这样保证了活动的正常开展。

**5.良好区域活动常规建立**

分区活动是幼儿教师有目的创设的环境中学习，是幼儿自主的活动，这种活动动多于静，建立合理的活动常规显得尤为重要。那么良好的区域活动常规如何建立呢？我的做法是这样的：

**1）根据幼儿年龄特点制定常规要求**

俗话说：“没有规矩，不成方圆。”由于区域活动是以幼儿自主活动为主，而幼儿年龄小，好动，且各方面能力都极为有限，如没有切实可行的活动常规来约束，任幼儿想怎么样就怎么样，那么活动肯定是没有成效的，且对幼儿的身心健康也是不利的。就拿美术区活动来说，这是幼儿最喜欢的一个区，因此活动开始时会有许多幼儿涌进这个区，使得活动根本无法开展，于是我们进行了人数的限制，这是保证区域活动顺利进行的前提，另外针对幼儿对区域活动有挑食现象，我们定出了相应的规则。

**2）将活动的常规要求落实到实处**

制定了相应的区域活动常规，如不进行贯彻落实，使它成为幼儿的自觉行动，那么常规的建立也是纸上谈兵，一句空话。我的做法是：利用来园、离园、谈话活动等时间对幼儿进行区域活动常规教育，使他们理解区域活动常规的意义，督促幼儿自觉执行。活动结束讲评时，不单单讲幼儿的操作技能和任务的完成情况，把幼儿执行常规的情况也作为一个重要组成部分进行评讲。表扬遵守规则好的幼儿，把他们树为大家学习的榜样，请他们作老师的小助手，和我们一起管理好区域活动；同时还和家长沟通，让他们参与我们的管理工作，共同教育好孩子。

**3）活动实践中逐步完善区域常规**

各种活动的常规不是一成不变的，它随着活动的不断深入而不断补充加以完善。还是以美术区活动为例，开始制定的常规只限制了每个区活动的人数，结果在活动过程中又发现幼儿活动时常常会出现下面的状况，；争抢材料，不注意公共卫生，纸屑满天飞，蜡笔满地滚，活动结束时一片狼籍，而无一个幼儿去整理，对此，我们又加定了取放材料及卫生常规要求。如：取材料时要排队，一个跟着一个，同时还要看清放材料的盒的标记，以便活动结束时的整理归放等等，这样在活动中不断发现新问题，不断补充新的规则内容，使区域常规日益合理完善。

**4）动之以情、晓之以理、持之以恒**

良好的区域常规不是一朝一夕就能形成的，它会有各种各样的反复，因为幼儿毕竟是孩子。他们不可能像我们成人一样不为自己的某些需求而理智地克制自己，控制自己的行为，他们会为了达到自己的目的而出现不守规则，马虎了事现象。就以区域活动结束整理操作材料为例，有的幼儿为了能先到集中地，而不整理材料，把材料随手一丢就走；有的幼儿做表面文章，活动材料乱七八糟朝盘子里一放，则是把上面的略事整理一下，初看材料整理得挺好，实际事情每做到位。因此，我就动之以情，晓之以理，让他们发现这样做的危害，使幼儿真正理解区域常规对搞好区域活动的意义，并且是持之以恒，一抓到底，这样良好的区域常规就水到渠成了。

建立良好的行之有效的区域活动常规，它是搞好区域活动的基础保证，它可以约束幼儿的的外部行为，使幼儿的行为使之趋向规范，它是达到实现教育目标的一种手段，让我们大家都来重视良好区域活动常规的建立。

**三、幼儿园常规培养的训练方法**

**1.要求和规则应切合孩子实际。**

各班的常规要求应从孩子的年龄特点出发，分阶段提出。9月份孩子刚入园，可要求孩子在教师的示范提示下 初步学习按老师的指令（如铃声）进出活动室，收放玩具。（如某一段琴声）告诉幼儿活动要开始了，赶快回到自己的位子上去。另外，在成人的帮助下能吃完自己的一份饭菜。10月份，要求幼儿习惯于听铃声做事情；把掉在地上玩具捡起来；离开活动室时会把自己的小椅子轻轻摆放到自己的位子上，会用小勺吃完自己的一份饭菜，乐意在班上午睡，不依赖某种物品入睡等等。

到了第二学期，要求幼儿理解并执行一日活动各环节的转换指令，养成好习惯，如进出活动室慢慢走、不奔跑、不互相追逐；与教师一起收拾玩具，与同伴愉快地游戏等等。每一项规则，一点一滴，由少到多，由易到难，由简单到复杂，由边教边帮到逐步学会独立完成。

**2.建立平等的师生关系。**

在常规建立时，首先教师应从长期自居的“领导者”、“指挥者”的宝座上走下来，从根深蒂固的“师道尊严”的束缚中走出来，不要板着面孔“发圣旨”，给孩子以平等、公平、合理的受教育环境。教师可把对孩子的要求在一个平等融洽的环境中提出与孩子们共同讨论。

**3.让孩子参与常规的制定。**

要让幼儿主动学习，最重要的就是让幼儿主动思考。让幼儿参与常规制定的过程实际上也是引发幼儿思考的过程。例如：午睡前要叠衣服，椅子小，叠起来很困难。有的孩子在床上、地上叠衣服，很不卫生。抓住矛盾，可以组织幼儿讨论：应该在哪里叠？怎样叠？由于是幼儿熟悉的事情，他们纷纷出主意想办法，并要求到前面示范。所以说，幼儿自己出的主意比老师提的意见更有影响，更容易遵守。

**4.给孩子充分的、反复实践的机会。**

充分的、不断反复的实践是建立良好班级常规的关键。生活在集体中的孩子，他的一天由生活活动、游戏活动和学习活动所组成。其中包括饮食、睡眠、盥洗、游戏、学习和交往等内容，从而获得“在什么时候、什么情况下该如何做，不该如何做”的认知、体验和经验，逐步形成一系列正确的行为方式，并在反复的实践中得到强化，进而逐步养成良好的班级常规。教师应尽最大的努力创造条件，为孩子提供练习的机会无论在态度上还是方式方法上，都要有足够的耐心，千万不要抱有“教你做，等你做太烦、太慢，不如自己做来得快、省事”的想法，不自觉地剥夺孩子们学习生活的机会。

**5.榜样的示范作用。**

孩子的模仿性强，思维具体形象，教师、家长的言谈举止、行为习惯都是他们学习和模仿的榜样。孩子感受着周围所发生的一切，他们不仅看在眼里记在心里，还会像镜子一样在行动上一板一眼地表现出来。因此，在日常生活中，我们必须时时、事事、处处规范自己的言行，检点自己的举止，要求孩子做到的，自己首先必须作到，努力做孩子的表率。

同伴间的影响力对孩子的发展具有不可估量的作用。有时抓住日常生活中的点滴小事，把握好教育时机，让孩子想孩子学习、孩子教孩子，这也是常规培养中的有效方法。

最后，我要对大家说，常规培养是要从点滴开始，周而复始、循序渐进的进行。不怕烦，有耐心，多与孩子交流，你会从孩子身上看到许多闪光的东西，让那么多闪光点凝聚在我的班里，我的班级一定是一个特色班。

**四、幼儿园常规培养细则**

**（一）晨间与离园**

1.教师能热情地接待幼儿入园（离园）并及时地向家长反映幼儿在园情况。

2.让幼儿喜欢我们的幼儿园，能高高兴兴来园，能愉快地和家人道别。让幼儿学会简单的的礼貌用语，如：老师早、你早、你好、再见、谢谢等，遇到熟悉的人会问好。

3.入园时主动向周围的人问好，愉快接受晨检，按号数插好自己的晨检牌。

4.将自己的物品放在指定的地方，值日生主动帮助排好桌椅、摆放玩具，整理活动室。

5.离园时，带好自己的物品，自觉整理好自己的仪表，不独自离园，不跟陌生人走，主动跟周围的人道别。

6.注意引导家长带幼儿观察班级周围的环境创设，了解本月的活动安排。

**（二）户外体育活动及早操**

1.教幼儿整理好自己的服装参加活动。

2.教师要精神饱满地带操，动作有力、合拍。能用鼓励的语言、动作、神态感染幼儿认真参加早操和体育活动。

3.教幼儿正确使用活动器械，不争抢，安全地玩，活动后将玩具归类收放整齐。

4.加强个别、小组幼儿活动情况的指导。

5.教幼儿主动擦汗，休息后自觉补充水份。

6.活动结束诗能按老师的指令回班级，不逗留，能提醒幼儿注意上下楼梯的安全。

**（三）集中活动**

1.做好活动前的一切准备，包括幼儿活动安全、教玩具、幼儿学具的选择。

2.课前能稳定幼儿情绪，教幼儿听信号坐好。能形成良好的常规。

3.活动中教幼儿应保持端正的坐姿，专心倾听别人讲话，不随便插话，积极思考并大胆表述自己的想法，回答时声音响亮。

4.正确操作学具材料，爱惜物品，操作完放回指定地方并摆放整齐。

5.写、画时姿势正确，握笔姿势保持正确。

6.能坚持带教具进教室，注重幼儿实际动手操作活动寓教于乐，应采用直观的教学方法，注重个别幼儿的指导。

7.关注幼儿在活动中的表现和反映。敏感地察觉他们的需要，及时以适当的方式应答，形成积极有效的师幼互动。

8.值日生协助老师收拾整理学具及材料。在活动结束诗能引导幼儿整理教室。保持桌面和周围环境整洁。

**（四）点心及午餐**

1.有秩序地盥洗，用正确的方法洗手、擦手，不玩水，洗好后关紧水龙头。

2.值日生协助分发餐具、点心，餐后主动擦桌子，整理桌面。

3.专心进餐，不挑食、偏食，尽量不掉饭粒，保持桌面干净。餐后正确使用毛巾擦嘴、脸，用凉开水漱口。

**（五）午睡及起床**

1.入厕后安静进入寝室，换好拖鞋、衣服，将拖鞋摆放整齐后有秩序地上床。

2.保持正确睡姿，不蒙头睡，不趴着睡，不玩棉被、草席，不影响同伴。

3.起床后，先穿好衣服，叠好被子，换好鞋子，再将拖鞋放回鞋架上。

4.整理好自己的仪表，自由饮水。

**（六）游戏与区角活动**

1.选择自己喜欢的区，与同伴商量后，自觉围靠区角再玩。

2.积极参与游戏，爱惜玩具材料，遵守游戏规则，不发出噪音，不影响同伴。

3.与同伴友好合作，主动想办法克服游戏中的困难。

4.活动后将玩具材料分类摆放整齐。

## 在幼儿园常规训练中幼师应站在尊重幼儿，有利于幼儿长远发展的角度，调动一切有利因素，才能收到预期的效果。