

SHUANGLIU EDUCATION

双流教育

成都市双流区教育局 主办

关于实施新时代基础教育扩优提质行动计划的意见

地方音乐课程资源开发与应用的策略体系

以“四进”携手家校 用“温度”润泽育人

与新时代同频共振 培育蓝天逐梦英才

——双流中学飞行类拔尖创新人才早期培养的项目制探索

2023年
第2期
(总第19期)
内部资料 免费交流



扫描全能王 创建

促进教师自主管理的思考与探索

胡佳英/37

研究赋能

地方音乐课程资源开发与应用的策略体系

/39

“三全”选课走班：普通高中育人方式改革的西部样板

/46

从学科到广域：实践育人课程体系建构的中学样本

/52

名师风采

书·路·人·师·悟

——一位工作室导师成长的平凡之路

刘勇/59

“四力”为翼重建自我，融合聚生蝶变成长

周晓玲 李诗敏 黄佩茜/61

知行合一 行稳致远

巫小芳 章也/64

核心素养导向下班级拓展阅读的个性化实施

车爽/66

幼教天地

生活教育视域下幼儿自我服务能力培养

——以出汗后儿童的“自我照顾”行动为例

谢蕾 孙鸣蔚/68

在游戏情境中培养小班幼儿规则意识

——以《毛毛虫哭了》为例

谢晓东/71

校校出彩

“双减”政策下减负提质增效的棠实实践 蒋卉林 汪雪 简增邨/75

实施“根性德育”，培育大写中国人

——棠湖中学实验学校“根性德育”的校本实践

高建英 陈艺 张显春/78

以劳树德 全面育人

——棠湖中学实验学校“四全”劳动教育课程体系构建与实践

曾先林 曾思 朱兴毅 洪文豪/81

追根“稻”底，以劳育人

——棠湖中学实验学校“一粒种子的旅行”劳动教育项目实践

叶娜 黄屿 李欣/84

人大调研

专项调研明方向 厚德精业促发展

——成都市双流区人大常委会党组书记、主任刘航一行到双流区教科院调研全区高质量办学工作

/87

顾问：许敬 罗仕明

学术指导：杨银付 汪明 崔允灏 董洪丹

总编：陈廷刚

副总编：冯涛 刘洪侠 刘宗安 黄曦

刘海燕 高志文

主编：赵剑云

执行编辑：易恩 汤锡莲

编委（以姓氏拼音为序）：

陈丽 陈嘉立 陈勇 杜尚兵 邓天

冯之刚 高永红 江世海 廖冬梅 李久和

李顺榕 李志江 刘光文 罗丽 罗强

汤锡波 文旭东 万明 王浩 王鹏

肖辛晴 易恩 叶美蓉 赵剑云

美术编辑：文旭东

征稿启事

为进一步推动双流教育的改革与发展，弘扬双流课改新理念、传播教改新经验，及时反映区域教育信息和动态，展示双流教育人的风采。努力使《双流教育》成为双流教育思想的引领者、播种者，双流教育变革的见证者、参与者，教育文化的传播者、酿造者，成为双流教育思想交锋、经验交流的宣传平台，成为双流教育改革和发展的专业服务者。经成都市双流区教育局研究，决定自2017年9月复刊，全年共出三期，每年6月、9月、12月各出一期。栏目类型：政策摘要、立德树人、改革兴校、研究赋能、名师风采、幼教天地、校校出彩等。

欢迎广大教师积极投稿。

投稿邮箱：1020493055@qq.com



生活教育视域下幼儿自我服务能力培养

——以出汗后儿童的“自我照顾”行动为例

谢 蕾 孙鸣蔚

升入中班后，孩子们在户外活动中出汗量增加，但大部分孩子对出汗带来的身体变化关注不明显，缺乏自主照料自己与服务自己的意识与能力。每日户外活动前，孩子们依旧等待着老师提醒、催促带汗巾，户外活动出汗后大部分孩子不知道擦汗，活动后的衣物增减也像小班一样需要教师提醒并帮忙代替。

《幼儿园保育教育质量评估指南》中指出：“要指导幼儿进行餐前准备、餐后清洁、图画书与玩具整理等自我服务、增强集体责任感”。自我服务能力是指幼儿在日常生活中照顾自己的行为能力，是一个人需要掌握的最基本的生活技能，它包括独立生活的能力、自理能力、独立学习的能力和独立处理问题的能力。基于班级幼儿缺乏对身体的关注与自我服务的意识，我们以“关注身体出汗量”为切入点，开展了生活教育。

一、“感受—记录—照料”三步走，在幼儿亲历的活动中培养自我服务能力

（一）感受——出汗有什么感觉？

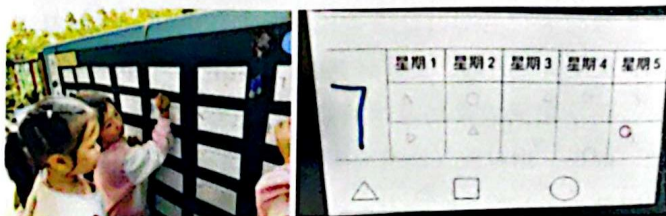
说一说你出汗的地方有什么感觉？每次运动后，鼓励孩子们通过看、摸等方式感受身体出汗的地方，并告诉大家出汗的感觉。“身体黏黏的，不舒服”、“会湿湿的”、“风一吹，出汗的地方凉凉的”……“我的背上容易出汗”“我胳膊窝会出汗”“小唐额头上有汗珠”……孩子们在多次的讨论中表达出了“出汗”的感受，也总结了身体最容易出汗的地方，成功关注到了出汗带给身体的变化，开始有了基本的

自我关注的意识与表现。



（二）记录——今天，我出汗了吗？

每天的运动后都在引导孩子们讨论和出汗量有关的话题，有的孩子说自己出了很多汗；有的孩子说自己出汗了，但没有从脸上流下来；有的又说自己的汗都没有流出来。为了满足孩子们“比较出汗量”的需求，也激励孩子们能持续关注到自己的出汗情况，班级设置了“出汗打卡墙”，孩子们讨论决定用盖章的方式来记录出汗量：用三角形表示出的汗最多，汗要从头上流下来；用正方形表示出的汗不多也不少，衣服没有打湿；用圆形表示出汗很少。



【幼儿记录自己的出汗量】



从最开始几名孩子记得主动记录，到后来班级大部分孩子都愿意记录下自己的出汗量，孩子们不仅关注自己的出汗量，也开始关注别人的出汗量，还发现了“出汗的秘密”：

秘密1：不同的小朋友出汗量不同

梓潼和欣语两个好朋友在一边打卡边看对方的记录单。梓潼发现自己盖了好多圆形，而三角形很少，欣语说：你这周都没有出很多的汗，你看我有好多的三角形。原来，每个小朋友的体质不同，出汗量也不一样。

秘密2：在不同的地方玩，出汗量也不同

在一个星期四上午，大家的出汗记录大多都是三角形，而发现在星期三下午，大家记录的都是圆形更多。为什么星期三下午和今天的出汗量不一样呢？原来，星期四我们玩的是骑车区，星期三玩的是沙池。

森森：“骑车区我一直跑，汗就流得多。”

小毅：“我在沙区是坐着的，没有运动。”

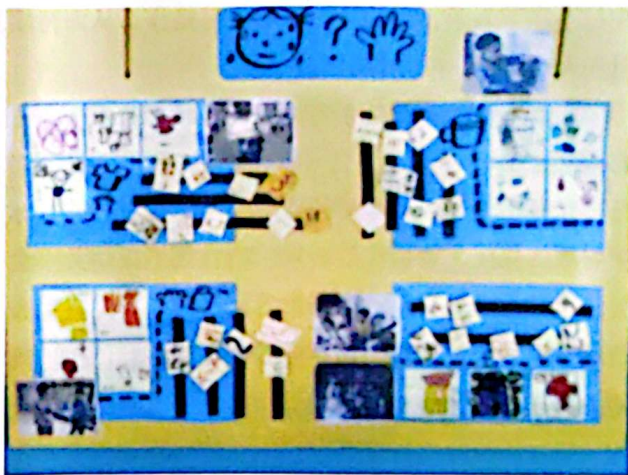
在不同的地方玩也会影响出汗量的多少！于是孩子们在幼儿园开启了“出汗区域探索”的活动，通过记录比较，一共找到了13个最容易让人出汗的地方和4个不容易出汗的地方，还用不同形状来表示不同运动区域的运动量。如：骑车区的出汗量大，就挂上代表出汗多的三角形；玩沙池出汗少，就挂上了圆形标识。

（三）照料——出汗了，选择哪种办法照顾自己？

从孩子们关注出汗带给身体的变化开始，便逐渐有幼儿主动在户外运动前带好汗巾，出汗后也开始有了主动擦汗、脱衣服的意识，不会垫汗巾的幼儿在引导下也会主动请同伴、老师帮忙。如旭冉很喜欢玩攀爬架，常常累得满头大汗，现在出汗后他记得自己去脱外套，还说：我出汗多，要脱衣服才舒服；又如刚开始不记得自己汗巾的泽鑫现在每次户外活动前，都主动垫好汗巾，自我服务的意识明显增强。



出汗后小朋友们想到的照顾自己的方法变得越来越多，除了常规的垫汗巾、脱衣服外，还生发了：到休息屋休息、用听诊器听听心跳、喝水等方法，老师也鼓励孩子大胆使用这些方法，并在每天运动后进行集体分享：今天你用了什么方法来照顾自己？这个方法的效果如何？渐渐地，孩子们能自主选择最适合自己的方法，如芷玥和漪漪两个好朋友玩累了最喜欢去找漂亮的休息小屋当做秘密基地。



【幼儿自主记录用到的照料自己的方式】

此外，孩子们还逐渐从自己的出汗量关注到自己的运动量，自主对自己的行为进行调整。刚开始记录时，出汗量少的欢欢通过记录，发现一周只有3、4个三角形，说明出汗量不够，但是三周后，欢欢的三角形数量达到了8个，她说：我故意玩了很多出汗多的地方。梓潼在第一周记录以后，发现自己一周出的汗太少了，于是她每次户外都不再像以前一样喜欢坐在地上，而是努力运动，想让自己多出汗，在第三周时比第一周多记录了四个三角形。

孩子们既能自主选择喜欢的出汗护理的方式，也能主动选择合适的运动量，自我关注与服务的能力明显增强。

二、生活教育视域下培养幼儿自我服务能力发展的策略

（一）将“自我服务能力”概念转化为一日生活中可见可操作的具体行为

发现幼儿存在“自我服务能力不足”问题时，通过将抽象的“自我服务意识”概念分解成具体的行为——关注身体出汗，从幼儿看得懂、感受得到、做



得起的行为入手，引导幼儿在实际的亲身参与的活动中逐步获得自我服务的意识与能力。诚然，“关注身体出汗”仅仅是体现“自我服务能力”的具体行为之一，“出汗的护理”也仅仅是幼儿园一日生活中的一个小小的环节。一日生活皆教育，幼儿的自我服务能力体现在一日生活中的方方面面与各个环节，教师要做的便是看见幼儿自我服务意识与能力发展的需要，并将其转化为在生活中的具体行为体现，从生活活动中的小环节入手，让幼儿能感受、易操作，从而持续且深入地探究，并从中有所收获。

（二）将“自我服务能力”教育转化为儿童亲历的活动过程

只有在儿童亲身参与的活动中才能把教师的目标更好地转化成儿童的主动要求。当发现班级幼儿不会关注出汗量、不会主动垫汗巾等问题时，不是直接去教幼儿该如何垫汗巾、该遵守哪些运动活动的护理规则，而是通过让幼儿亲身感受身体出汗并表达感受开始，到坚持关注出汗量并记录、比较，再到探索不同的出汗护理的办法，最后达到让幼儿能根据出汗情况自主护理自己的目标，每一次自我服务意识与能力的增长都是建立在幼儿亲身感受并主动获取的基础上。让幼儿感受到问题，并尝试用自己的办法去亲历解决问题的过程才是幼儿“自我服务能力”获得的过程。

（三）将“自我服务能力”获得转化成儿童的自我评价

“我今天有没有做到自我服务”是幼儿自己说了

算，而不是教师。清楚自己的行为并按照约定的规则对行为进行判断正是幼儿自我服务意识与能力的重要体现。

首先，借助墙面设置有助于幼儿记录、呈现活动过程或结果的互动空间，帮助幼儿自我评价。如本案例中的“出汗记录墙”“出汗护理方法选择墙”，引导幼儿进行记录的过程便是帮助幼儿看到自己行为并评价自己行为的过程，幼儿能从多日的记录中看到自己的出汗量变化而主动产生自我评价，从而调整护理方式以及运动量；教师也能从儿童的自我评价中更深入地了解幼儿的个体差异，比如身体情况、统计能力的发展，并及时与家长进行了沟通。

其次，了解并解读儿童的自我评价，建立每个儿童个性化的自我服务能力评价标准。儿童清晰自主的自我评价才是衡量儿童能力发展的最准确的依据。如，并非每一个连续记录出汗量为圆形（出汗量少）的儿童都应该调整增加自己的运动量才叫有自我服务的能力，对于一名天生运动力量较弱或者不易出汗的儿童来说，能根据自己的个体情况制定计划就是自我服务能力最好的体现！

幼儿园一日生活中蕴藏着诸多幼儿“自我服务能力”的培养的契机，我们应该擦亮眼睛去发现，创造条件让幼儿去探索！

作者单位：西航港幼儿园

审稿：叶美蓉





