

幼小衔接视角下幼儿良好习惯培养策略探究

刘安琪^{1*}, 李俊刚^{1#}, 郭展硕²

¹佳木斯大学教育科学学院学前教育, 黑龙江 佳木斯

²佳木斯市延安教育集团第三小学校, 黑龙江 佳木斯

收稿日期: 2026年7月17日; 录用日期: 2026年8月19日; 发布日期: 2026年8月26日

摘要

本文聚焦幼小衔接视角, 深入探讨幼儿良好习惯培养策略。通过对幼小衔接重要性及幼儿习惯培养现状的剖析, 从生活、学习、品德和社交习惯四个方面阐述培养目标, 提出环境创设、家校合作、课程与活动设计及教师专业素养提升等多种培养策略, 并强调建立评价体系的重要性, 旨在为促进幼儿顺利过渡到小学并实现全面发展提供理论依据与实践指导。

关键词

幼小衔接, 幼儿, 良好习惯, 培养策略

Exploring Strategies for Cultivating Good Habits in Young Children from the Perspective of Preschool-to-Primary School Transition

Anqi Liu^{1*}, Jungang Li^{1#}, Zhanshuo Guo²

¹Preschool Education, College of Educational Science, Jiamusi University, Jiamusi Heilongjiang

²The Third Primary School of Yan'an Education Group, Jiamusi Heilongjiang

Received: July 17, 2026; accepted: August 19, 2026; published: August 26, 2026

Abstract

This paper focuses on the perspective of the transition from kindergarten to primary school and

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 刘安琪, 李俊刚, 郭展硕. 幼小衔接视角下幼儿良好习惯培养策略探究[J]. 教育进展, 2026, 16(8): 1607-1612. DOI: 10.12677/ae.2026.1681795

explores in depth the strategies for cultivating good habits in young children. By analyzing the importance of preschool-to-primary school transition and the current status of habit cultivation in young children, this study elaborates on the cultivation objectives from four aspects: life habits, learning habits, moral habits, and social habits. It proposes multiple cultivation strategies, including environment creation, home-school cooperation, curriculum and activity design, and improvement of teachers' professional competence. Furthermore, it emphasizes the importance of establishing an evaluation system, aiming to provide theoretical basis and practical guidance for facilitating young children's smooth transition to primary school and promoting their comprehensive development.

Keywords

Preschool-to-Primary School Transition, Young Children, Good Habits, Cultivation Strategies

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

幼小衔接是儿童成长过程中的重要阶段,它不仅涉及学习内容和环境的转变,更关乎幼儿生活习惯、学习习惯、品德习惯和社交习惯等多方面的衔接与过渡。在这一关键时期,良好习惯的养成对幼儿的学业成就、社会适应能力和身心健康发展具有深远影响。幼小衔接阶段幼儿习惯的培养有着自身特殊的使命和要求,幼儿园应深化对幼小衔接阶段儿童习惯培养特点和规律的认识,有针对性地开展各项教育活动。

本文采用系统性文献回顾法为主、实证调查法为辅的研究方法。一方面,通过系统检索中国知网(CNKI)、维普(VIPC)等中文数据库及 Google Scholar、ERIC 等英文数据库中关于幼小衔接与幼儿习惯培养的文献,梳理该领域的研究进展与核心议题;另一方面,辅以对佳木斯市两所幼儿园 120 名大班幼儿教师及 12 名大班教师的问卷调查与半结构化访谈,以一手数据支撑对现状问题的分析。在此基础上,本文旨在系统探讨幼小衔接阶段幼儿良好习惯的培养目标、现存问题及有效策略。

2. 幼小衔接与幼儿习惯培养概述

2.1. 幼小衔接概念界定

幼小衔接是指幼儿从幼儿园教育阶段向小学教育阶段的过渡过程。这一阶段是儿童身心发展的重要转折点,它涉及学习环境、教育方式、人际关系等多方面的变化。

2021 年 3 月教育部颁布的《关于大力推进幼儿园与小学科学衔接的指导意见》[1],要求建立幼儿园与小学科学衔接的长效机制,全面提高教育质量,促进儿童德智体美劳全面发展和身心健康成长,坚持全程准备与全面准备思想。幼儿园过渡到小学是人生发展中的一个重要阶段,直接影响着这一时期儿童的身心状态,直接关系到幼小能否顺利衔接。幼儿园要坚持以“全过程、全环节、全要素”三全准备为原则,以“身心准备”“社会准备”“生活准备”“学习准备”四个方面为切入点,秉持一日生活皆课程的理念,坚持儿童为本,多措并举,助推双向衔接,将幼小衔接以润物细无声的方式融于幼儿一日生活,融入幼儿家庭教育[2]。

西方发达国家对于幼小衔接领域的研究起步早于我国,他们非常重视这一阶段对儿童成长发展的关键价值,因此采取了一系列措施来破解衔接过程中的部分难题,同时保障两个教育阶段之间的顺畅过渡。20 世

纪 90 年代以来,全球研究者梳理入学准备、儿童入学适应等关联议题,正式确立“幼小衔接”这一专属概念。在国际学术界,“school readiness”(入学准备)和“transition to school”(入学过渡)已成为早期教育研究的重要领域。OECD 于 2017 年发布的《强势开端 V: 幼小衔接》报告,系统总结了各成员国在幼小衔接政策与实践方面的经验,强调保障教育阶段之间连续性对儿童发展的重要性。为促进幼儿园与小学教师的专业协作,一些国家尝试让两类教育机构就近布局,甚至开展共建合作。以奥地利维也纳为例,当地推行“校园融合模式”,把幼儿园与小学安置在同一建筑内,共享场地与设施,同时系统设计并开展联合教学活动。

2.2. 幼小衔接重要性

幼儿园以游戏活动为主[3],空间相对灵活、开放,而小学则以课堂教学为主,环境更加规范、严肃。幼儿园注重通过游戏、体验等方式引导幼儿学习,教学活动具有趣味性和灵活性,而小学则更强调系统的知识传授和学业要求,教学方法较为严谨。幼儿园的师幼关系亲密,同伴关系较为松散,而小学阶段师生关系相对正式,同伴关系在学习和社交中扮演更重要的角色。

成功的幼小衔接有助于幼儿顺利适应小学的学习和生活,减少因环境突然变化带来的焦虑和压力,为其小学阶段乃至整个学业生涯奠定良好的基础。一项针对幼小衔接的长期追踪研究发现,在幼小衔接阶段过渡顺利的幼儿,在小学低年级的学习成绩、课堂参与度和社交适应能力方面均显著优于过渡不顺利的幼儿。

2.3. 幼儿良好习惯培养的问题

幼儿园教育与小学教育在组织形式、目标预期上均有显著差异。幼儿园以一日生活和游戏为主要形式,小学则侧重于学科教学。从自由的游戏过渡到严谨的课堂教学时,儿童不仅要学习知识技能,还需在心理层面接纳并适应新环境。幼小衔接阶段,学前儿童习惯的养成很大程度上受成人预期及教育引导的影响。以往幼小衔接教育多注重幼儿认知发展,如学习习惯、知识经验和技能的提升,但已难以满足当下儿童在发展目标、学习内容和教育预期等多方面的复杂需求[3]。

为更准确地把握幼小衔接阶段幼儿习惯培养的现状与问题,笔者于 2025 年 9 月至 10 月对佳木斯市两所幼儿园的 120 名大班幼儿家长及 12 名大班教师进行了问卷调查与半结构化访谈。调查结果显示,在生活习惯方面,仅 38.3%的大班幼儿能够独立完成整理书包、衣物等自我服务任务,62.5%的幼儿在作息规律上缺乏自主性,需要家长反复催促才能按时起床和入睡。在学习习惯方面,71.7%的教师反映大班幼儿在集体教学中存在注意力不集中现象,平均专注时长仅为 10~15 分钟,远低于小学一年级课堂要求的 25~30 分钟;56.7%的幼儿在倾听他人表达后难以准确复述内容。在社交习惯方面,43.3%的家长报告幼儿在与同伴发生分歧时主要依赖成人介入解决,缺乏自主协商的意识和能力。在家庭教育方面,超过 60%的家长表示在培养幼儿良好习惯时遇到困难,其中 30%的家长认为缺乏有效的教育方法是主要障碍。

当前,幼儿园和家庭虽已重视幼儿习惯培养,但仍存在问题。幼儿园部分教师缺乏系统性培养计划,或偏重知识传授,忽视习惯养成,导致与教学脱节。家庭教育中,家长认识与方法不一,有的溺爱,有的虽重视却缺乏科学方法,效果欠佳。幼儿园与小学的教育目标、教学内容和方法存在差异,导致在习惯培养的重点和方式上难以衔接。这种脱节现象使得幼儿在进入小学后需要重新适应小学的习惯要求,增加了幼儿的适应难度。

3. 幼儿良好习惯培养目标

3.1. 生活习惯

生活习惯是幼儿健康成长的基础。在幼小衔接阶段,应着重培养幼儿规律的作息时间,包括按时起

床、睡觉、进餐等。幼儿园可逐渐调整作息时间表,使其接近小学的作息规律,让幼儿在入学前适应固定的学习和休息时间。自主整理个人物品也是重要的生活习惯培养目标。幼儿应学会整理书包、文具、衣物等,保持个人物品的整洁有序。在幼儿园阶段,可以通过开展“整理小能手”等活动,引导幼儿学会分类整理物品,并逐步养成习惯。良好的个人卫生习惯同样不可或缺,如勤洗手、刷牙、洗脸、保持衣物干净整洁等。幼儿园可以通过日常的健康课程、生活环节引导,以及家园合作,确保幼儿在家庭和幼儿园都能保持良好的个人卫生习惯。

3.2. 学习习惯

学习习惯直接影响幼儿在小学的学习效果,它在学习活动中形成。良好学习习惯短期提升综合素养,长远助力终身学习[5]。幼小衔接中,应培养主动学习兴趣,教师通过故事、游戏等情境激发好奇心,变被动为主动。专注力和观察力可通过拼图、搭积木等限时任务培养,引导观察细节。书写阅读姿势关乎发育与效率,教师在绘画、手工等活动中应提醒正确坐姿握姿,预防近视脊柱问题。教师应以幼儿为本,了解小学,优化环境,多样化活动,激发兴趣,培养习惯,增强自信,为未来奠基[6]。

3.3. 品德习惯

现在的幼儿大多为独生子女,处于众星捧月的地位。品德习惯是幼儿社会性发展的核心。在幼小衔接阶段,应注重培养幼儿的诚实正直品质,通过故事、角色扮演等方式,让幼儿明白诚实的重要性,并在日常生活中鼓励幼儿说实话、做实事。尊重他人是良好品德习惯的重要体现。幼儿园可以开展“尊重他人”等主题活动,引导幼儿学会倾听他人意见、尊重他人感受、不嘲笑他人,在与同伴交往中学会礼貌待人、分享合作。

培养幼儿的责任感和规则意识同样重要。在班级生活中,让幼儿参与班级规则的制定,如轮流值日制度,使幼儿明白自己在集体中的责任,自觉遵守规则,对自己的行为负责。

3.4. 社交习惯

社交习惯有助于幼儿建立良好的人际关系。在幼小衔接阶段,要培养幼儿的合作意识与团队精神。幼儿园可以组织小组合作游戏、项目式学习活动,让幼儿在合作中学会沟通、协调、分工,共同完成任务,体验合作的乐趣与成功的喜悦。

良好的沟通表达能力是社交的关键。教师可以通过课堂提问、小组讨论、故事讲述等活动,鼓励幼儿大胆表达自己的想法和感受,提高幼儿的语言表达能力和沟通技巧。其次学会解决同伴冲突也是社交习惯培养的重要内容,当幼儿之间发生冲突时,教师应引导幼儿学会倾听对方的观点,理解他人的感受,通过协商、道歉等方式解决冲突,培养幼儿的人际交往能力和情绪调节能力。

4. 幼儿良好习惯培养策略

4.1. 创设适宜的教育环境

幼儿园环境创设应注重温馨、有序和富有教育性。在班级空间布局上,设置明确的学习区、游戏区、生活区等,让幼儿在不同区域中自然地养成相应的习惯。在学习区摆放整齐的桌椅、丰富的图书和学习材料,引导幼儿养成安静学习、整理物品的习惯;在生活区设置模拟家庭场景,如小厨房、卧室等,培养幼儿的生活自理能力。墙面布置也是环境创设的重要部分。可以展示幼儿良好习惯养成的图片、故事、儿歌等,如“洗手六步法”“整理书包步骤图”等,通过直观形象的视觉提示,强化幼儿的习惯养成意识。

4.2. 加强家园合作

家庭在幼儿习惯养成中起着基础性作用。家长应以身作则，为幼儿树立良好的榜样。家长在日常生活中的习惯，幼儿会在潜移默化中受到影响。

幼儿园要加强与家庭的沟通与协作。可以通过定期举办家长会等活动，向家长宣传幼小衔接阶段幼儿习惯培养的重要性的方法。在家长会上邀请教育专家进行专题讲座，分享幼儿习惯培养的经验和案例；组织家长参观幼儿园的教学活动，了解幼儿在园的学习和生活情况，促进家园教育理念的一致。建立家园联系手册也是有效的沟通方式。教师可以将幼儿在园的习惯表现记录在册，家长则将幼儿在家的情况反馈给教师，双方共同关注幼儿习惯的养成过程，及时发现问题并调整教育策略。

4.3. 设计针对性的课程与活动

幼儿园课程设计应围绕幼儿良好习惯培养目标进行整合与优化[7]。在健康课程中增加生活习惯养成教育内容，如健康饮食，良好睡眠习惯等主题活动；在语言课程中，通过故事阅读、儿歌朗诵等形式，培养幼儿的阅读习惯和语言表达能力；在社会课程中，开展品德习惯和社交习惯培养活动，如佳木斯市某幼儿园设计“我是文明小使者”主题实践活动。活动形式注重趣味性和多样性。开展了游戏化教学活动，将习惯培养内容融入游戏中。此外，组织社会实践活动也是培养幼儿良好习惯的有效途径。如佳木斯市某幼儿园大班参观小学，让幼儿提前了解小学的学习和生活环境，感受小学的课堂氛围和作息规律，为入学做好心理准备，并且开展社区公益“环保小卫士”活动，培养幼儿的社会责任感和公德心。

4.4. 提升教师专业素养

教师应具备良好的习惯教育意识和能力。幼儿园可通过组织专家及小学教师专题讲座，开展“学习习惯培养策略”“品德与社交习惯教育”等培训研讨，提升教师理论与实践素养。教师需注重观察幼儿行为，及时发现习惯养成问题，通过反思调整教学策略，如针对注意力不集中优化活动形式。同时加强教师间协作，定期开展园内教研和案例分享会，交流成功经验，共同探讨解决方法，互相借鉴，以提升习惯培养的整体质量。

5. 结语

幼小衔接是一个教育事件，但对儿童来说，也是他们人生早期生活世界中要经历的一个重大的生活事件，在这一过程中，他们有着当事人的特定视角，对离开自己熟悉的幼儿园结束三年以游戏为主的学前教育生活，对步入自己既向往又陌生的小学开启新的学习生活，有着丰富多样的认知视角和体验方式。所以，幼小衔接视角下幼儿良好习惯的培养是一项系统而长期的工程，需要幼儿园、家庭和社会的共同努力。通过明确培养目标，创设适宜环境，加强家校合作，设计有效课程与活动，提升教师专业素养等多方面策略的实施，可以帮助幼儿在幼小衔接阶段养成良好的生活习惯、学习习惯、品德习惯和社交习惯，为其顺利适应小学教育阶段的学习和生活奠定坚实基础，促进幼儿身心健康、全面发展，为其未来的成长和发展开启良好开端。

参考文献

- [1] 教育部关于大力推进幼儿园与小学科学衔接的指导意见[EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2021-04/09/content_5598686.htm, 2025-02-25.
- [2] 董文华. 立足儿童发展推进科学衔接: 对幼小衔接工作的思考与实践[J]. 早期教育, 2023(48): 18-19.
- [3] Morawska, A., Armstrong, R., McBryde, C., Mitchell, A.E., Etel, E., McAuliffe, T., et al. (2024) Parent Needs and Preferences for Support during Their Very Prematurely Born Child's Transition to School. *International Journal of Early*

Years Education, **34**, 59-75. <https://doi.org/10.1080/09669760.2024.2367508>

- [4] 李召存, 李琳. 迈向高质量教育时代的幼小衔接[J]. 学前教育研究, 2022(5): 1-10.
- [5] 范贵忠. 幼小衔接中幼儿良好学习习惯培养探析[J]. 新智慧, 2024(21): 103-105.
- [6] 陈瑞娟. 幼小衔接背景下大班幼儿学习习惯培养策略实践探索[J]. 考试周刊, 2024(34): 157-162.
- [7] 陈威, 杨洁. 学前教育学[M]. 重庆: 重庆大学出版社, 2021: 98.