

“时光小当家手账”：培养大班幼儿时间管理能力的载体研究

袁小英

杭州市康运幼儿园，杭州市，310015；

摘要：当前，大班幼儿在时间管理能力有待提升，如时间观念不明、缺少合理的时间规划和自我管理的机会。本研究设计了“时光小当家手账”，这一创新的教育载体，使幼儿能够通过绘画、涂写等形式直观地感知和记录时间、学会制定简单的时间规划，培养时间统筹能力，激发他们优化时间管理的动力。将时间管理教育融入幼儿日常生活，通过在日常生活中设定时间任务、开展时间挑战游戏以及搭建时间管理交流平台等方式，让幼儿在轻松愉快的氛围中学习如何管理时间。

关键词：时光小当家手账；时间管理能力

DOI：10.69979/3029-2735.25.3.097

1 研究缘起

在幼儿园大班阶段，幼儿正处于一个关键的成长时期，这一时期的教育对于孩子们未来的学习和生活有着深远的影响。自我管理不仅是一种习惯，更是一种能力，而时间管理则是自我管理中的核心要素。然而，现实中，许多家长在教育孩子时，往往因为过度保护和溺爱，导致孩子们缺乏独立自主的时间管理意识和能力。在幼儿园的日常活动中，我们经常可以观察到以下几种情况：

1.1 事先缺少计划，时间观念不清晰

幼儿在进行区域自主活动时，往往因为缺乏时间观念和明确的计划，导致无法有效利用时间，游戏和学习效率低下。

1.2 做事主次不明，时间统筹少策略

在自主活动环节，孩子们往往难以区分任务的主次，缺乏有效的时间统筹策略。由于孩子们无法准确判断当前最应该做什么，哪些事情可以稍后处理，他们往往在活动中手忙脚乱，最终忽略了最重要和紧急的任务。

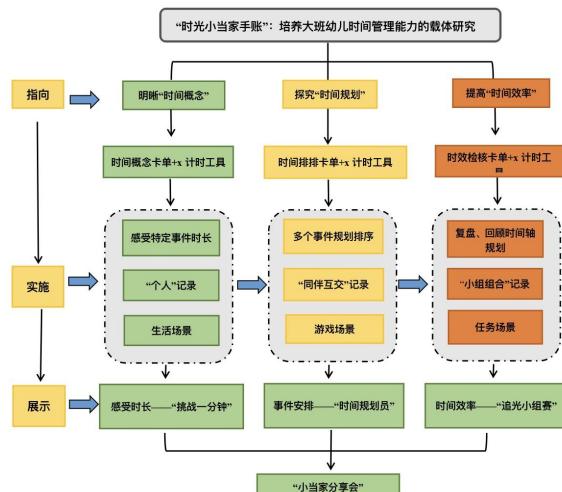
1.3 事后回顾缺失，时间利用效率低

大班幼儿常常表现出拖延和磨蹭的行为，对于时间的宝贵缺乏足够的认识。在日常活动中，孩子们缺少对时间的有效管理和回顾，导致时间利用效率低下，无法在园内合理安排和利用时间。

2 研究设计

2.1 概念界定

时光小当家手账：是培养大班幼儿时间管理能力的载体，根据幼儿对时间观念的不清晰、缺少时间统筹策略、时间利用率方面，让幼儿通过绘画、符号、前书写等记录的方式，将时间管理的卡单记录下来，用来提醒自己合理安排时间。



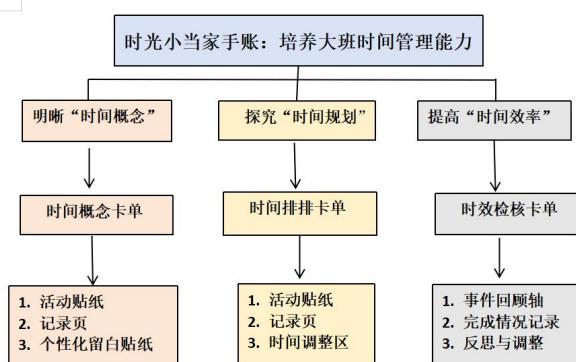
图一：载体研究图

2.2 研究目标

- 形成一套适合大班幼儿使用的指向时间管理能力培养的卡单。
- 通过探索“时光小当家手账”的运用策略，积累教师推进大班幼儿时间管理的经验与能力。

3 载体研究

3.1 载体的设计



图二：手账实施路径图

3.1.1 设计原则

设计“时光小当家手账”的首要目的是帮助幼儿建立清晰的时间观念，提升他们的时间管理能力。为此，我们制定了以下设计原则：

(1) 直观性与趣味性相结合

激发幼儿使用“时光小当家手账”的兴趣，让幼儿在记录时间的同时，也能享受到游戏的乐趣。此外，设计互动式的记录方式，幼儿之间的互动与合作，增强他们的社交能力。

(2) 教育性与实用性并重

通过设置不同的记录形式，引导幼儿认识时间、规划时间、检核时间，从而培养他们的时间意识和管理能力。采用了轻便易携带的材质和尺寸，方便幼儿随时随地进行记录。

(3) 个性化与多元化并存

提供了多种可选的记录方式和符号系统，允许幼儿根据自己的喜好和习惯进行选择和调整，注重个性化的体现。在记录中加入自己的元素和特色，使“时光小当家手账”成为他们独特的个人时间管理工具。

3.1.2 “时光小当家手账”的内容设计

(1) 时间贴贴卡——明晰时间概念可视性

时间贴贴卡作为“时光小当家手账”中的第一个组成部分，帮助大班幼儿直观地感受和理解时间的长短。以下是对时间贴贴卡的具体设计：

① 活动贴纸

幼儿绘画形式记录的一日活动当中的不同事件，如喝水、盥洗、吃饭，起床叠被等不同生活场景的绘画图作为活动贴纸，这些贴纸代表幼儿日常可能进行的活动。

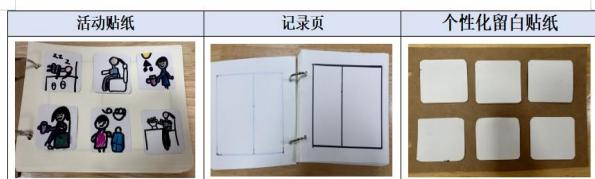
② 记录页

当幼儿选择自己将要计时的活动贴纸，贴于记录页

卡，并将完成后的用时间记录在页卡上。

③ 个性化留白贴纸

为了满足幼儿的个性化需求，时间贴贴卡还提供一些空白贴纸，允许幼儿自己绘制或书写代表特定活动或时间的贴纸。这样的设计有助于激发幼儿的创造力和想象力，同时也使时间管理计划更加符合幼儿的实际需求。



图三：贴贴卡手账图

(2) 时间排排卡——提升时间安排有效性

时间排排卡是“时光小当家手账”中的有效安排时间的部分，用于帮助幼儿规划和管理一天中的多个活动。以下是时间排排卡的具体设计：

① 活动贴纸

幼儿绘画形式记录的一日活动当中的不同事件，如喝水、盥洗、吃饭，起床叠被等不同生活场景的绘画图作为活动贴纸，这些贴纸代表幼儿日常进行的活动。幼儿可以根据自己将要进行的多个活动，选择相应的多个活动贴纸，进行排排序，与计时工具结合使用，形成一个完整的时间管理计划。

② 记录页

幼儿自己将要操作的事件，选择相应的活动贴纸在排排卡上根据事件的紧要程度进行梳理和排序，进行这样的记录方式既直观又有趣，有助于幼儿更好地理解和管理时间。

③ 时间调整区

为了应对实际活动中可能出现的变化，时间排排卡还设有时间调整区。当幼儿发现某个活动的时间安排不合理或需要调整时，可以在时间调整区内进行相应的修改和标注。



图四：排排卡手账图

(3) 时间检核卡——助推时间管理持续性

时间检核卡是“时光小当家手账”中的总结、复盘部分，用于帮助幼儿回顾和评估自己的时间管理效果。

以下是时间检核卡的具体设计：

① 时间轴回顾

时间检核卡上采用时间轴的设计方式，展示一天中的各个时间段。幼儿可以在时间轴上回顾自己实际进行的活动和所用时间，与计划进行对比和分析。

② 完成情况记录

在每个时间段的格子内，幼儿可以记录自己实际完成的活动和所用时间。通过对比计划和实际完成情况，幼儿可以清楚地看到自己在时间管理方面的进步和不足。

③ 反思与调整

时间检核卡设有反思与调整区，供幼儿对自己的时间管理进行总结和反思。幼儿可以思考自己在时间管理方面存在的问题和不足，并提出相应的改进措施。



图五：检核卡手账图

(4) X计时工具包

X计时工具包是“时光小当家手账”的配套工具，用于辅助幼儿进行时间管理。以下是X计时工具包的具体设计：

①计时器

表一：X计时器

计时工具		
时间刻度表	时间秒表	计时沙漏

X计时工具包中包含一个易于操作的计时器，可以帮助幼儿准确计时。幼儿可以根据自己的需要，设置计时器的时长，以监控活动的实际用时。

② 计时卡片

为了方便幼儿记录不同活动的用时情况，X计时工具包还提供一系列计时卡片。每张卡片上都标有不同的时长（如1分钟、5分钟、10分钟等），幼儿可以根据活动的需要选择合适的卡片进行计时。

③ 计时提示音

为了提醒幼儿注意时间管理，X计时工具包中的计时器可以设置计时提示音。当活动达到预设时长时，计时器会发出提示音，提醒幼儿结束当前活动或进行下一项活动。

3.3 “时光小当家手账”的记录方式

(1) “时光小当家手账”——个人记录

人手可记录的手账本，由幼儿自己保管，在一日活动中，幼儿可通过绘画、涂写等形式，运用图画、线条、符号、文字等方式，记录自己所完成的事件和所用的时长记录。

(2) “时光小当家手账”——同伴互交

当需要两人合作任务的时候，幼儿两两结对，分工合作，在自己的手账中用绘画、涂写的方式，记录自己将要做的事情内容，两人合作完成。在任务结束后，同伴间可相互评价对方的完成用时情况。

(3) “时光小当家手账”——小组组合

当进行小组任务时，幼儿之间可以自由组合，每组小朋友根据任务内容，分工合作，承担不同的任务。用绘画、涂写记录自己完成事件所用的时长，当任务完成后，小组人员分享自己任务是否完成，以及所用时长和自己所用的方法。

4 载体的实施

4.1 三场景

4.1.1 生活场景——三卡联用

采用三卡联用方式，推动幼儿在时间概念及时间管理和时间效率三方面统筹协调发展。在不同的生活场景中，结合幼儿已有经验与现阶段发展特点，灵活使用三卡。

(1) 特定生活场景——单进双助

单进双助是指在特定生活场景中，幼儿在时间概念及时间管理和时间效率中某一方面有待于提高时，重点使用某一卡来进行时间管理记录，其余两卡在同一主题下进行辅助。

案例1：

一天中午，起床音乐响起了，孩子们陆陆续续开始自己穿衣服穿裤子，突然辰辰走过来跟我说：“老师，我今天的动作快嘛！今天我以最快的速度穿好了衣服和裤子。”我回答道：“你真棒！”“你看，豆豆现在还躺在床上，还没起来穿衣服”辰辰说。于是，听了小朋友的描述，我走过去跟豆豆说“加油呀，等会我们要出去玩游戏啦！”

当我提醒完豆豆后，豆豆开始慢慢的穿起了衣服。音乐响起，小朋友们准备户外游戏了，豆豆依旧慢悠悠的再吃点心。

分析：

豆豆小朋友在起床穿衣叠被的时间，做事情总是慢悠悠，经常在下一活动开始时，都没有完成上一项的活动内容，以至于在每次活动，都不能按时参与其中，对于时间概念较模糊。

(2) 普通生活场景——双进一辅

双进一辅是指在普通生活场景中，幼儿在时间概念及时间管理和时间效率中某两方面有待于提高时，重点使用某两卡来进行时间管理，其余一卡在同一主题下进行辅助。

案例2：

吃完点心的时候，琪琪在生活区放完点心盘，就在教室里漫无目的地逛来逛去，一会儿去图书区看看其他小朋友看书，一会儿去植物角看看其他小朋友在照顾植物浇水，一会儿又来到图书区看书，当下一活动音乐响起的时候，她快速地整理好图书区的书本，参与到了下一个活动中来。

分析：

琪琪在日常的活动中，有知道时间的概念，但不知如何进行时间的管理，不知道如何有效的利用时间，在每次过渡环节中，都表现出无所事事，但在过渡环节即将结束的时候，她又会准备进行下一个活动，在指定时间内参与到下一个活动中。

4.1.2 游戏场景——两卡穿插

两卡穿插是指在游戏前后，进行两卡不同组合使用，游戏前运用时，对时间概念的预估，以及幼儿对于在自主游戏中，对游戏内容进行合理安排。

(1) 游戏前

幼儿在开展区域游戏前，预估本次游戏时长，并对游戏内容进行计划安排，进行记录，提升安排时间管理能力。例如，下图是六六在进行区域游戏前对本次区域活动的计划与安排。



图六：手账记录图

六六在区域游戏开展前，选择在建构区进行游戏，并预估本次建构区游戏时间为30分钟，在开展游戏前将建构区域的游戏进行环节的安排，六六准备用5分钟的时间选取本次建构的所需材料，20分钟的时间来进行

搭建游戏，在整理音乐响起后，利用2分钟的时间，进行该区域的材料整理。

(2) 游戏后

幼儿在区域游戏结束后，对今日的游戏安排进行复盘，回顾游戏中的安排合理性，并进行下一次游戏计划的调整。例如下图，六六在进行区域游戏后对本次区域活动的复盘与回顾。



图七：手账记录图

分析：从幼儿的分析中可见，他对于时间安排是有一定方法的，对于时间概念也很清晰，通过游戏后两卡穿插的使用，推进了幼儿在游戏安排能力方面的提升。

4.1.3 任务场景——螺旋上升

在任务场景中，我们采用“螺旋循环”的方法，通过时间贴贴卡，时间排排卡，时间检核卡，三者的循环使用，不知不觉中把用过的方法和习得的内容进行巩固，螺旋式进阶由浅入深、循序渐进、不断重复的过程中，体验完成任务的成就感。

(1) 循序型螺旋上升：渐进式的时间管理技能提升

通过三卡不同能力指向的提升，在循序使用的过程中，推进幼儿有效的时间管理。

(2) 复合型螺旋上升：多维度的时间管理能力培养

除了循序型螺旋上升外，我们还采用复合型螺旋上升的方法，将时间贴贴卡、时间排排卡和时间检核卡等工具进行组合使用，从多个维度提升幼儿的时间管理能力。

5 研究成效

5.1 计划性增强，时间观念清晰

通过手账的记录与规划，幼儿逐渐养成了事先制定计划的习惯。在区域自主活动中，他们开始明确自己想要参与的区角，并能合理安排活动时间，确保在有限的时间内充分体验不同的游戏和学习内容。这种计划性的增强不仅使幼儿的活动更加有序，也让他们在游戏中获得了更多的满足感。

5.2 主次分明，时间统筹能力提高

随着“时光小当家手账”的深入应用，幼儿逐渐学会了区分活动的主次。他们能够冷静地判断当前最该做什么，哪些事情可以稍后处理。这种时间统筹能力的提高使幼儿在处理复杂任务时更加得心应手，不再出现手忙脚乱、遗漏重要事项的情况。

5.3 自我管理能力提升，自信心增强

通过手账的记录与反思，幼儿开始意识到时间管理的重要性，并主动承担起管理自己时间的责任。他们学会了合理安排时间，提高学习效率，并在完成任务后获得成就感。这种自我管理能力的提升不仅增强了幼儿的自信心，也为他们今后的学习和生活奠定了坚实的基础。

参考文献

- [1] 李季湄, 冯晓霞. 3—6 岁儿童学习与发展指南 [M]. 北京: 人民教育出版社, 2013. 3
- [2] 《幼儿园指导纲要（试行）》解读. 教育部基础教育司组织编写. 江苏教育出版社.
- [3] 黄琼, 聚焦幼儿时间管理, 助力科学幼小衔接——以大班“做时间管理小达人”系列活动为例. 幼儿教育研究, 2023
- [4] 王瑾, 幼儿时间管理教育的目的、原则与策略 J. 学前教育研究, 2022
- [5] 曾向花. 3—6 岁幼儿时间管理发展的影响因素分析及发展对策. 早期教育, 2021.

作者简介：姓名：袁小英. 籍贯：浙江杭州. 出生年月：1987 年 4 月. 学历：本科. 职称：二级教师. 研究方向：学前教育. 邮编：310015. 单位：杭州市康运幼儿园