

照护中的“慧眼”：托班教师洞察力培养的园本实践

许阿丽，史琛

萧山区向阳幼儿园，浙江 杭州 311200

DOI: 10.61369/ETR.2026210035

摘 要： 托育服务转向质量内涵提升，教师对2-3岁幼儿日常照护中细微信号的捕捉能力——生活照护洞察力，是回应性照护的关键。当前园本研修存在培训与现场割裂、议题与难题分离、通用方案与个体差异冲突等问题。本园经两学期行动研究，搭建“理论奠基—识别训练—实践迁移”三阶框架，嵌入“采集—计划—行动—考察—反思”五步循环，助推教师从经验照护走向证据回应。结果显示，该体系显著增强了教师对幼儿困倦、抗拒、焦虑等生活照护信号的识别与回应能力，为托班保教质量提升提供了可复制的园本路径。

关 键 词： 生活照护洞察力；三阶成长；园本研修

The “Insightful Eye” in Care: Kindergarten-based Practice for Cultivating Insight Among Teachers in Nursery Classes

Xu Ali, Shi Chen

(Xiangyang Kindergarten of Xiaoshan District, Hangzhou, Zhejiang 311200)

Abstract： With toddler care services shifting toward connotative quality improvement, teachers' ability to capture subtle behavioral cues of 2-3-year-old children in daily care—insight into daily life care—serves as the core of responsive care. Current kindergarten-based training faces prominent problems such as disconnection between theoretical training and on-site practice, separation of research topics from practical dilemmas, and conflicts between universal schemes and individual differences. Through two semesters of action research, our kindergarten constructed a three-stage training framework of theoretical foundation – identification training – practical transfer, and embedded a five-step cyclic mechanism of collection – planning – action – investigation – reflection. This approach facilitates teachers' transformation from experience-based care to evidence-based responsive care. The results show that the system significantly improves teachers' ability to identify and respond to children's life care cues such as drowsiness, resistance and anxiety, providing a replicable kindergarten-based path for the quality improvement of education and care in toddler classes.

Keywords： insight into daily life care; three-stage growth; kindergarten-based training

一、研究背景与问题提出

（一）时代需求：托育质量提升要求教师具备深层生活照护洞察力

回应性照护的关键，是教师能否从幼儿日常照护的细微变化中读出真实需求。2-3岁孩子语言弱，饥饿、困倦、焦虑多靠肢体或面部小动作传递。推餐具、反复翻身、沉默凝视，都是照护现场的重要信号。教师抓不住这些线索，就难有温度地回应。因此，生活照护洞察力的系统培养，应成为园本研修的核心任务。

（二）现实困境：既有园本研修难以支撑生活照护洞察力的有效生长

当前不少幼儿园的教师研修，存在三组错位。一是培训与现场脱节：理论多，真实情境练习少，学后难用。二是研讨与难题脱钩：总谈大方向，入睡困难等具体卡点却少被拆解。三是统一

要求与个体差异冲突：用同一标准应对不同节律的孩子，教师常不知如何调整。这些错位使教师的生活照护洞察力多靠个人摸索，难成系统积累。

为打破困局，本园用两学期行动研究，建起“理论奠基—识别训练—实践迁移”三阶体系，并将“采集—计划—行动—考察—反思”五步循环嵌入日常研修，覆盖读节律、破信号、调生态三个照护场景，推动教师从凭感觉照护转向有依据地回应。

二、托班教师生活照护洞察力培养的整体设计

（一）三阶成长：洞察力发展的层级进阶路径

1. 理论奠基：从零散经验走向系统认知

带领教师深入0-3岁婴幼儿成长的内在秩序：睡眠节律、进食特征、感官演变、情绪调控、依恋形成。关键任务是搭建一套

自洽的知识框架，让教师看清孩子那些隐蔽的发展线索，回看自己每一天的照护动作，完成从跟着感觉走到循着规律做的转变。

2. 识别训练：在真实生活切片中淬炼现场判断力

将进餐、午睡、情绪起落等日常场景作为训练场地，带领教师捕捉孩子皱眉、握拳等一闪而过的信号，区分困倦、饥饿、恐惧等不同需求。训练中最要紧的一步，是搁置“不乖”“故意闹”等标签，只看行为本身、当时的环境、孩子的身体状态，让学到的理论沉下去，变成看一眼就能懂的本能。

3. 实践迁移：在复杂照护情境中生成可复制的洞察与回应方案

让教师站在每个孩子不同的个性、每个照护环节的多重变量之上，自主确定安抚节奏、环境调整、回应方式。试了改，改了再试，反复打磨多次，那些零散的点就能连成一套搬得走、用得上的保教本领。最终真正抵达“懂规律、看得准、出手有效”的专业状态。

（二）五步循环：洞察力培养的完整实践闭环

1. 问题采集

扎在一线照护里，紧盯那些反复冒出来的保教疙瘩。孩子没来由的抗拒、环节卡住不动、情绪突然炸开。把行为和环境的样子留存下来，让平常犯愁的事变成教研的真入口。

2. 方案规划

教研组一起追问题的根子，定下看什么、从哪儿判断。设计几招不难做、能落地的干预办法，每一步干什么、做到什么样，都画清楚线，保证执行过程不走样。

3. 现场行动

把定好的办法放回班里正常的节奏去试。不硬改孩子的作息，也不打断师幼的自然互动。教师在要紧的地方悄悄加入新尝试，让整个照护流程照样暖、照样顺。

4. 成效考察

持续追踪那些看得见的变化：孩子动作多不多、情绪怎么走、从开始到适应花了多久。把每天的记录和零散的数据收集比对，判断哪项策略真正有用、可行。

5. 复盘反思

教研小组集体梳理，把这一轮试出来好用的经验提炼出来，同时看清哪里还不够、下次怎么改。让一个人的摸索变成全园都能用的家底。

三、三阶能力导向下的现场实践与五步循环落地

三阶能力从构念走向生效，必须沉入照护现场的细密纹理之中。此环节将节律解码、非语言翻译与系统诊断分别嵌入真实的问题情境，以五步循环作为落地骨架，从一线困惑的抓取，到方案的推敲、现场的执行、效果的核验，再到集体复盘，形成一条可回溯、可修正的实践链条。

（一）理论奠基：夯实生活照护洞察力的知识底座

照护洞察力的深层提升，始于教师对婴幼儿发展规律的系统掌握。此阶段不急于铺开现场操作，而是着力构建科学的认知底

座。厘清睡眠节律、感官阈限、疲乏表征、情绪传递方式等基础命题。以下三项任务构成这一环节的研修主线。

1. 知识架构

组织教师围绕0-3岁幼儿的睡眠周期变异性、感官敏感带分布、疲倦信号的多态表现、情绪表达的隐性路径等内容，进一步开展专题研读与深入文献讨论。教师逐步识别出若干常见误判：入睡辗转未必是“对抗”，而可能是感觉通道过载或疲劳类型错配；进餐抗拒也未必是“偏食”，或与触觉防御、自主进食诉求受阻有关。一位教师记录：班里某幼儿每次午睡前反复捻弄被角，原以为是拖延，学习感官调节理论后才理解那是自我平衡行为，此后便不再催促。

2. 视角转换

帮助教师剥离不服从、故意扰乱等先验标签，系统地代之以科学、共情、去中心化的照护立场。将“他怎么又这样”置换为“他现在需要什么”，使每一次照护介入都始于对儿童内在状态的细致推测。教研组曾用“同一行为——捣餐具”进行多轮归因推演：不同案例分别指向饱足信号、因果探索、社交邀约或质地厌恶等不同源头。教师逐渐养成“先悬置判断，再收集线索”的职业习惯。

3. 场景联结

将抽象理论拆解为本班幼儿的真实表现，建立可对照、可验证的观察指标。通过案例链分析、同行互审、专家回响等机制，教师逐步积累一套场景嵌入式的照护知识储备，使理论学习能够扎实地支撑日常照护决策。每位教师完成一份“理论—现场校准手册”，记载某一知识点在连续三日内在至少三次典型情境中的应用痕迹与效果反馈，知识由此从文本有效迁移到行动。

（二）识别训练：锤炼生活照护洞察力的现场捕捉能力

理论认知的完成，并不自动带来现场捕捉的精准。这一阶段聚焦于在高密度的生活切片中，反复练习暂停评判、聚焦细节、区分信号。以下三条路径贯穿训练全程。

1. 场景锚点

选取进餐、午睡、如厕、晨间入园、活动转换五类日常高频环节，将其设定为观察训练的固定靶区。每次练习仅聚焦一个微观行为指标，例如幼儿放下餐具时手指的屈伸角度、午睡翻身前胸廓起伏的频率变化。首轮训练只追踪“眼神轨迹”：记录目光发直的起始时刻、眨眼频率突然上升的临界点、眼睑缓慢下坠的连续过程。经过持续两周的定向练习，多数教师能在幼儿明显困倦前大约8分钟捕捉到预兆性信号，从而提前调整环境光线或活动节奏。

2. 标签搁置

训练期间强制执行“无评价描述”规则：禁止使用“不想吃”“磨蹭”“闹情绪”等归纳性用语，只允许做动作层面的速写，碗口偏移的方向、眉头收缩持续的时长、视线回避的确切落点。反复比对生理性疲劳与感官过载两类信号在行为序列上的差异，逐步摆脱单一归因的思维惯性。一位教师反思道：过去看到幼儿抓扯床单，脑海中自动跳出“故意捣乱”的判断；如今能分辨出那是前庭觉寻求刺激的表现，便主动搬来摇摇椅供其调节，孩子

反而更快安静下来。

3. 直觉重塑

借助大量短时长、高密度的视频切片训练，教师的专业感知能力被逐步校准。即使在照护流程拥挤、信息密度高的情境下，仍能迅速提取关键线索，判断行为背后的生理基础、感官负荷或情绪来源，实现从“事后响应”向“前置感知”的转变。完成六轮训练后，教研组提炼出“前置半拍回应”的操作指引：在幼儿音量初升、肌张力初增的窗口期，主动降低环境光照或放缓语速节奏，使多数困难情境在爆发前即被化解。

（三）实践迁移：五步循环赋能生活照护洞察力的系统落地

教师的生活照护洞察力要落地，需靠实践迁移。把理论与观察放进班级日常，用五步循环：找问题、定对策、试着做、看变化、挠得失。这样老师就能从“看得见”变成“接得住”。

1. 采集。拿早晨入园为例。原来门口堵，孩子哭，家长愁，老师忙，告别常拉锯。一周摸底发现：两平米内人挤人，走道堵得严严实实；7:50-8:10哭声最密，焦躁情绪乱窜；老师带感情的话不足两成，多为“快进去”“别哭了”；家长觉得分手太赶，孩子心里很难受，有的甚至拽着衣角不放。毛病出在流程本身，不是孩子“不好带”或“太粘人”。

2. 计划。拿安全感、情绪调节知识垫底，用同理心图理清三方想法，最终定了四条：环境上拓宽通道，设安抚角，放软垫玩偶，贴笑脸，加“心情转盘”让孩子自己拨着选；时间上错峰入园，门口专人轻声细语地接，减少等待；说话上给情绪起名字，如“妈妈下午来接”，同时带个深呼吸动作；工具上添安心卡、家里带安抚物、大带小帮扶轮流做，每天换一组。

3. 行动。搭暖色安抚区，调进班顺序，练共情话术，让大带小轮流做。每天清早一位老师坐安抚角，专门陪哭最凶的孩子五分钟，先抱一抱，再转转盘，等情绪缓过来后牵着手送进教室，顺便记下今天用的有效话术和孩子的反应，晚上分享到群里。

4. 考察。改后连续盯数据：哭的孩子从9个降到3个，告别时间大减，老师带感情说话比例近半；孩子情绪稳了，秩序好了，家长不焦虑了。玩过转盘的孩子哭闹时长平均短近三分钟，一对一安抚的五个案例中有四个一周后就能自己走进教室，不再回头找人，还有一个也明显好转，不再大哭大闹。

5. 反思。教研团队集中提炼可迁移成功经验，针对低龄幼儿入园适应较慢的问题，强化分层安抚与个性化陪伴举措，将“大带小”互助机制纳入常态化管理。同时固化“问题采集—系统诊断—方案落地—证据验证—经验迭代”的实践范式，并将其迁移应用于午睡、进餐、盥洗等其他生活照护环节，实现优质实践智慧的全面辐射。

四、实践成效与专业反思

（一）实践成效

经过两学期系统化培养，本园托班教师的生活照护洞察力得到显著提升。教师彻底摆脱经验化照护思维，能够自觉运用三阶能力与五步循环开展观察、解读与个性化支持，观察更敏锐、解

读更科学、回应更精准、支持更有效。幼儿在生活环节中的适应问题大幅减少，入睡困难、进餐抗拒、分离焦虑等现象明显改善，安全感、自主性与情绪调节能力稳步提升。园所形成可复制、可推广、可迭代的“三阶五步”园本研修体系，有效破解托班教师洞察力培养碎片化、无系统、难落地的行业难题。教师从凭感觉照顾转变为依规律支持，从解决表面行为转变为满足内在需求，整体保教品质实现稳步提升。教师撰写的观察案例、形成的支持策略更具科学性与可操作性，多项成果在区域托育教研活动中交流分享，发挥良好示范辐射作用。

（二）专业反思

教师生活照护洞察力的培养必须扎根真实生活照护现场，脱离场景的培训无法转化为实践能力；园本研修必须以教师真问题、幼儿真需求为导向，才能激发内在学习动机，实现学以致用；专业成长需要循环式实践支撑，三阶五步体系为教师提供安全试错、持续改进的空间；高质量照护必须具备系统思维，从读懂个体节律到破译行为信号，再到优化班级生态，才能从根源上解决问题，实现有温度、有专业、有质量的回应性照护。同时，教师生活照护洞察力的提升并非一蹴而就，需要长期浸润、反复练习与包容的成长环境，园本研修应始终坚持儿童立场与实践导向。未来研修中，还需进一步强化家园协同，引导家长共同理解幼儿发展规律，同步回应策略，形成园所与家庭协同照护合力，让科学照护从园所自然延伸至家庭。

五、结语

照护中的“慧眼”，是托班教师最核心、最珍贵的专业能力，是藏在细节里的教育温度，更是托育服务高质量发展的重要支撑。本园以理论奠基—识别训练—实践迁移三阶成长为清晰能力路径，以采集—计划—行动—考察—反思五步循环为坚实实践引擎，将教师生活照护洞察力的培养全面、深度融入生活照护现场，让教师真正看见、读懂、回应、支持每一位幼儿。未来，本园将继续完善分龄照护观察清单，优化教师阶梯式成长评价体系，把三阶五步体系迁移至游戏观察、家园共育、行为支持等更多领域，构建托班教师专业发展完整生态，以专业力量守护每一位婴幼儿健康成长，为推进区域托育服务高质量发展持续贡献基层实践智慧。

参考文献

- [1] 国家卫生健康委员会. 托育机构保育指导大纲（试行）[Z].2021.
- [2] 教育部. 幼儿园保育教育质量评估指南 [Z].2022.
- [3] 陈帼眉. 学前心理学 [M]. 北京：人民教育出版社，2015.
- [4] 张燕. 园本教研与教师专业发展 [M]. 北京：北京师范大学出版社，2018.
- [5] 刘燕. 回应性照护视角下托育教师专业能力提升路径 [J]. 学前教育研究，2022(05):67-70.