

幼儿园“玩着学”vs 小学“坐着听” ——注意力断层才是幼升小第一道坎

王超

上海市青浦区徐泾第二小学，上海 201702

DOI:10.61369/ECE.2026050022

摘 要： 幼小衔接属于儿童成长过程中的一个重要教育过渡时期，会对学生以后的学习习惯、学习能力和学业发展产生影响。目前我国幼小衔接教育中存在着幼儿园“游戏化、体验式”的玩中学和小学“课堂化、倾听式”的坐着听两种不同的教育模式割裂的情况，造成儿童注意力发展断层，成为幼升小阶段儿童适应困难的主要因素。大部分一年级新生不能迅速适应小学课堂上对注意力的要求，造成听课走神、注意力不集中、学习效率低、课堂纪律不好等一系列问题。本文依据儿童注意力发展的规律，系统剖析幼升小阶段儿童注意力断层的表现及成因，提出针对性、可实施的注意力培养实践对策，旨在解决幼小衔接注意力断层问题，促进儿童顺利度过学段过渡。

关 键 词： 幼儿园；注意力断层；幼升小

Kindergarten "Learning Through Play" vs. Primary School "Sitting and Listening": Attention Gap is the First Hurdle in the Kindergarten-Primary Transition

Wang Chao

Xujing No.2 Primary School, Qingpu District, Shanghai 201702

Abstract： The kindergarten-primary transition is a crucial educational transition period in children's growth, which exerts an impact on students' future learning habits, learning abilities, and academic development. Currently, in China's kindergarten-primary transition education, there exists a disconnect between two distinct educational models: the "gamified, experiential" learning through play in kindergartens and the "classroom-based, listening-oriented" sitting and listening in primary schools. This disconnect leads to a gap in children's attention development, becoming the main factor causing children's adaptation difficulties during the kindergarten-primary transition. Most first-grade freshmen cannot quickly adapt to the attention requirements in primary school classrooms, resulting in a series of problems such as distraction in class, lack of concentration, low learning efficiency, and poor classroom discipline. Based on the laws of children's attention development, this paper systematically analyzes the manifestations and causes of the attention gap among children during the kindergarten-primary transition, and proposes targeted and implementable practical strategies for attention training. It aims to solve the problem of attention gap in the kindergarten-primary transition and promote children's smooth transition between academic stages.

Keywords： kindergarten; attention gap; kindergarten-primary transition

引言

教育学领域正式提出了学前教育阶段的教育衔接问题，即“幼小衔接”。根据幼小衔接的基本理论，应建立幼小科学、合理过渡的教育衔接体系，依据儿童身心发展的规律，消除学习过渡坡度。幼小衔接不是简单的知识衔接、作息衔接，它关注的是儿童学习能力、学习习惯、身心状态的全方位衔接，其中注意力的平稳过渡是重中之重。注意力是儿童进行一切学习活动的基础，也是听课、思考、完成学习任务的前提，直接影响学生课堂学习效率和知识的吸收效果。

一、幼升小过程中的注意力断层问题

（一）学段教学模式差异引发注意力适配断层

幼儿园和小学的教学模式大相径庭，这是导致儿童注意力断

层的主要原因，两种学段的学习环境、学习方式、节奏要求完全不同，直接符合儿童各个年龄段注意力发展的特点^[1]。幼儿园教育完全遵循“以游戏为基本活动”的原则，一直坚持着“玩中学、学中玩”的教育理念，在教学活动中主要采取趣味游戏、动手操

作、情景体验、户外探索等教学形式，并且没有固定的时间上课坐姿和听讲的要求。幼儿的学习依赖于具体的、形象的、生动的场景来进行，学习的内容是碎片化的，活动的形式也是多样的，并不需要很长的时间来集中注意力，主要依靠无意注意来支持学习活动。在幼儿园一日活动里，幼儿能够自由地走动，自由地操作，随时提出问题，不需要有意识地限制自己的行为^[2]。

而小学教育属于义务教育阶段，具有明确的规范性、纪律性、目标性，课堂教学以教师讲授、学生倾听为主要形式，“坐着听、认真记、持续学”是学生的主要学习状态^[3]。小学一年级的每一节课都只有40分钟的时间，要求学生全身心地投入到学习中来，始终保持端正的坐姿、集中听讲，严格遵守课堂纪律，防止做小动作、走神分心等不良习惯的发生，这需要学生有很强的主观能动性去完成，属于硬性规定了学生的集中注意时间和精力分配要求。从幼儿园的自由松懈、动态有趣味的“玩中学”，到小学的规范严明、静止持久的“坐着听”，学习环境由动态变化变为静态不变，学习动机由趣激励变为任务引导，注意模式由无意识吸引转向有意识控制，由于改变较大，6-7岁儿童的大脑调节无法跟上，容易出现注意力适应断层^[4]。

（二）儿童注意力发展能力存在阶段性断层

从儿童心理学和发展教育学的角度来看，6-7岁是儿童注意力发展的重要转折阶段，幼儿园大班和小学一年级儿童在注意力的发展上存在着天然的差距，而且学段教育的衔接缺失，进一步加大了能力断层^[5]。幼儿阶段儿童的注意力主要属于无意注意类型，注意力稳定性差、持续时间短、容易受到外界环境的影响、范围较窄、容易转移等特点比较明显。按照儿童的发展规律，5-6岁幼儿的有效专注时间只有10到15分钟，并且必须要依靠趣味、直观的场景来支撑，不能够长时间地进行静态、枯燥的认知活动。教师根据幼儿注意力的特点，在幼儿园的教学经常改变活动的形式、改变教学的情境，使幼儿的注意节奏与教师的教学相适应。进入小学以后，教学的要求一下子把孩子带进了对幼儿注意力发展较为舒适的一个圈子里，要求儿童迅速地建立起成熟的有意注意的能力^[6]。小学课堂要求学生全程保持高度的注意力，把所有的眼前的动静、同学的动作、文具的干扰等等都排除在注意力范围之外，并且主动抑制自己身上所有的动性与贪玩的本性，一直跟着教师讲课的节奏去思考、去听讲、去记忆。

二、幼小过程中培养学生注意力的实践对策

（一）幼儿园优化衔接教学，平缓过渡注意力模式

第一，幼儿园是幼小衔接的第一站，不能采取功利化知识衔接的形式，要根据儿童注意力发展的特点，有针对性地改进大班教学方式，促使学生由“玩着学”变为“坐着学”，使注意力发展逐渐过渡到小学。按照步骤来控制课堂的节奏，延长学生静默集中时间^[7]。在幼儿园大班下学期逐步减少无规则的游戏时间，增加静态学习、倾听、操作等静态活动，将单次专注活动的时间由现在的10分钟逐步提高到现在的15至20分钟，符合小学课堂基础专注的要求。同时规范活动秩序，逐步形成课堂规则，使幼儿

在活动中注意遵守不随意走动、不随意插话、专心完成任务等基本的规则意识和自我约束能力，弱化学段模式差异造成的冲击。

第二，设计游戏化专注力训练活动，具有趣味性和专业性。利用幼儿喜爱游戏的形式开展有目的的注意力训练活动，在有趣的场景中使幼儿注意力得到发展、稳定和集中。通过听儿歌游戏、读绘本、拼图闯关、做手工、讲故事等练习，来训练幼儿的倾听、专注、做事的能力，在集体活动中，让幼儿主动听同伴说话、听教师发命令，学会屏蔽外来的干扰，提高注意力的抗干扰能力。同时用分层任务设计，按照幼儿注意力水平的不同来分阶段设置不同的任务，避免过于困难而使幼儿放弃专注，或者过于简单而不能达到训练的效果，在合适难度的任务中慢慢提高幼儿的注意力^[8]。

第三，弱化小学化机械教学，突出能力培养。幼儿园严禁提前进行机械识字、算数的训练，拒绝用机械化的灌输式教学取代游戏化的教学，在保证游戏化教学优势的基础上，加入专注力、倾听习惯、任务意识的培养，使幼儿在游戏中养成“认真听、专注做、坚持完”的好习惯，为小学有意注意的发展打下基础。

（二）小学优化低段课堂，适配新生注意力特点

第一，小学低段教学要摒弃一刀切的教育模式，立足于新生注意力断层的现实状况，创建梯度化、匹配性的课堂教学体系，减小学段过渡坡度，促使学生迅速适应小学生坐着听课的学习方式。首先要对课堂节奏进行优化，采取分段式教学^[9]。针对新生集中注意力时间较短的特性，把40分钟的课堂时间分段成“短时讲授、趣味互动、动手操作、短暂放松”四部分。第一部分为15分钟精讲，使学生迅速入神；中间插入课堂小游戏、举手提问、齐读律动、简要操作等娱乐活动形式减轻学生久坐带来的不适；最后一部分为练习巩固和课堂小结，符合学生的注意分散规律，不能使学生长时间集中于课堂上失去学习的兴致。

第二，改变课堂教学方式，达到趣味与规范的平衡。小学低段课堂可以保留一些幼儿园的趣味教学的优势，用多媒体课件、动画、图片、实物教具、情景表演等形式进行直观的教学，从而降低学习的枯燥感，激发学生的注意主动性。针对学生无意注意所占比例较高这一特点，把抽象的知识具象化、趣味化，用生动的教学场景来唤醒学生注意力，进而引导学生从被动的趣味专注向主动的有意专注转变。同时也将课堂纪律的提出从严格的规范中解脱出来，通过逐步培养学生在课堂上的姿态、专心听讲、积极举手等方式来培养学生的自律性而不造成学生心理的不适感。

（三）家校协同发力，构建常态化专注力培养体系

第一，幼小衔接注意力培养不能缺少家庭教育的扶持，只有家校齐心协力、同向发力，才可能塑造起有效的培育体系来破解注意力的断层。首先家长要转变衔接观念，摆脱重知识、轻能力的错误认识，重视孩子注意力和学习习惯的培养，把孩子专注能力和规则意识放在首要位置^[10]。在学前阶段和入学之初，给儿童创造一个专属、安静、无干扰的学习环境，移走书桌、学习区的玩具、零食、电子产品的干扰物，防止多任务干扰，保证孩子在学习的时候集中注意力。同时建立规律的作息与学习制度，提前两个月渐进式地把作息调整到小学的标准作息时间里，每天有固

定的15-20分钟安静学习时间，培养孩子按时做事的习惯。

第二，开展家庭化的专注力训练。家长根据儿童年龄的特点，设计出生活化、精细化的专注力训练活动，例如读绘本、搭积木、拼拼插、串珠、做手工、计算等细小而具体的手工活儿，慢慢延长孩子的专心程度。使用短时高频的形式对儿童的注意力发展水平加以适应性安排，在分隔为5至15分钟的阶段训练之后，逐步将注意力集中于某段时间内。坚持正面引导，在孩子专注于某项事情的时候用具体表扬和奖励的方式来肯定孩子的努力，不要进行一般性的批评或者过多的干扰，不允许妨碍其专心专注的行为，保持其注意力的连续性。

三、结束语

综上所述，幼升小衔接的本质就是儿童身心发展与学习方式的全方位转变，注意力断层成为横在幼小衔接路上的第一道重要门槛。幼儿园“玩着学”动态趣味模式与小学“坐着听”静态规范模式本质区别，结合儿童注意力阶段性发展特点、衔接教育的缺失，共同造成新生注意力适应困难、专注能力欠缺、学习适应滞后等一系列问题，严重影响儿童的学业起步和长远发展。破解幼升小注意力断层问题不能依靠单一年级、单个主体的单独努力，而应建立幼儿园、小学、家庭三者共育的体系。幼儿园从前置衔接入手，改善教学方式，放缓过渡儿童注意力发展速度；小学从学段适应出发，改良低段课堂，缩减新生学习适应坡度；家庭从常态养成出发，加强专注力根基，配合学校完成习惯养成。

参考文献

- [1] 王诗雯. 简易打击乐融入幼儿园音乐教学的实践模式与效能评估[J]. 流行歌曲, 2025, (18): 119-121.
- [2] 黄冠慧. 大班幼儿自制绘本中色彩搭配对阅读兴趣与理解力的促进作用研究[J]. 色彩, 2025, (6): 212-214.
- [3] 刘亚璇. 韵律活动对大班幼儿注意力影响的实验研究[D]. 沈阳师范大学, 2025.DOI: 10.27328/d.cnki.gshsc.2025.000837.
- [4] 胡赛赛. 奥尔夫音乐活动对5-6岁幼儿注意力稳定性的影响研究[D]. 湖北师范大学, 2025.DOI: 10.27796/d.cnki.ghbsf.2025.000250.
- [5] 王飞燕. 流行音乐节奏训练对大班幼儿注意力培养与入学准备的作用探析[J]. 流行歌曲, 2025, (7): 169-171.
- [6] 金雪荣. 幼小衔接中幼儿注意力的有效培养策略[J]. 求知导刊, 2025, (2): 119-121.
- [7] 郑霜. 幼儿注意力障碍“三步三融”安全管理方法[J]. 基础教育课程, 2024, (11): 89-93.
- [8] 李致远, 张鹏, 赵永恒, 等. 3~6岁幼儿大肌肉动作发展与注意力稳定性的关系研究[J]. 当代体育科技, 2024, 14 (2): 187-189.
- [9] 张玮. 以“语文学科小游戏”为支点, 撬动幼小衔接学习力培养的变革——借助语文学科游戏构建注意力培养衔接课程的思考[J]. 小学生作文辅导(上旬), 2023, (10): 83-85.
- [10] 王谦. 国际学校幼小衔接现状及对策研究: 以N国际学校为例[D]. 青海师范大学, 2021.DOI: 10.27778/d.cnki.gqhzy.2021.000015.