

2023年幼儿园午睡制度教研记录 幼儿园 午休午睡管理制度总结(优秀5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

幼儿园午睡制度教研记录篇一

1. 早晨到园开窗通风。
2. 午睡时，保育老师首先要调节好室温，冬天提早使卧室升温（有空调的`班级），夏天提早开启电扇或空调。午睡时拉好窗帘，光线要暗，托班在卧室中要备2-3个痰盂。
3. 午睡时统一由保育老师铺放好每位幼儿的被子枕头。
4. 午睡一般安排在饭后30分钟，午餐后20分钟散步，10分钟上厕所，然后脱去外衣裤。不要用外衣裤作枕头，可叠好放在脚下，天暖和或教室保温设施好可以将外衣裤叠好放在自己的小椅上。
5. 保育老师在幼儿睡眠时不要大声说话，不允许在幼儿床上睡觉，不允许干私活，不得将自己的孩子带进班里吃午点、睡觉等。更不允许擅自离开班级。不得大声训斥不入睡的幼儿，对难以入睡幼儿要多陪他一会，抚摸他的头脸，让其入睡。
6. 幼儿午睡时保育老师要认真巡视、细心观察，根据天气及幼儿冷热情况增减和盖好被褥，确保幼儿安静入睡，注意正确睡姿。

7. 幼儿起床后，由保育员和老师共同组织、帮助幼儿穿戴整齐。检查鞋带、钮扣是否扣好。再检查一下床上有否异常，如尿床、流鼻血等。并提醒幼儿上厕所、喝水等。

8. 保育老师认真整理床铺，开窗通风，确保床单平整无皱褶，无纸屑等，被子叠放有角，统一整齐。然后清扫睡房地面。

幼儿园午睡制度教研记录篇二

一、幼儿进餐习惯良好，进餐时不讲话，不随意跑动，不挑食，知道细嚼慢咽（0.1分）。

二、进餐时桌面地面整洁，幼儿个人卫生干净（脸面无明显过多饭粒，衣服整洁无饭粒，汤渍）（0.1分）。

三、帮护不能自理的幼儿进餐，入睡（0.1分）。

三、饭后室外活动，活动期间无安全事故（0.1分）。

四、午睡时衣鞋摆放整齐有序（0.1分）。

五、幼儿是否及时安静入睡。（不讲话，不玩东西，20分钟内能安然入睡）（0.1分）。

六、听信号起床，不懒睡，自己穿衣裤，会洗脸手，安静吃点心（0.1分）。

七、会自己整理被褥（0.1分）。

八、不瞌睡，不离幼儿寝室，经常巡视。随时观察幼儿睡眠情况，为幼儿盖衣被（0.1分）。

九、餐后睡后室内清洁卫生，室内物品整齐（0.1分）。

十、午餐午睡当班记录完整（0.1分）。

十一、午睡时发生抓拉打架事件一次扣2分。

十二、发生幼儿脱园现象一次2分。

十三、发生如流血及其他安全事故一次扣5分。

幼儿园午睡制度教研记录篇三

1. 幼儿午睡期间易出现的安全事故：如蒙头睡觉、憋气、玩危险物品进入口腔、鼻腔、耳朵等部位；上、下床及在床上玩的危险，衣服缠着幼儿的脖子、手脖等部位等等有关给幼儿造成人身安全的危险事故，都属于教师安全职责范围之内。

2. 幼儿午睡时间12：40--2：20(冬天)，12：40--3：00(夏天)，午睡安全责任由保育员老师负责。

3. 幼儿午睡期间，教师要每隔半小时对幼儿细致观察，看有无异常，并做好记录。

4. 教师在幼儿午睡期间要高度负责，严禁幼儿在床上乱蹦乱跳，要培养幼儿安静入睡的好习惯。

5. 教师在幼儿午睡期间须培养幼儿脱鞋、脱外衣、穿外衣、穿鞋等基本生活技能。

6. 保育班教师必须认真填写幼儿午睡值班记录情况表。

幼儿园午睡制度教研记录篇四

如何管理幼儿午睡

幼儿午睡是一种集体行为，与具有一定个体自由度的其他幼儿集体活动不同的是：幼儿午睡要求幼儿能大体同时安静入睡。然而我们经常会发现一些幼儿在幼儿园午睡时睡不着，进入大班以后，这个现象变得尤为严重，对于绝大多数幼儿来说，没有老师的强制介入，他们是做不到这一点的，而且年龄越大，能主动入睡的情况就越少，有时甚至老师的强制介入也起不到任何效果，因此，在当下幼儿园生活中，午睡逐渐成了幼儿最讨厌的环节之一，对于不能入睡的幼儿来说，午睡时间是一个比较难熬的过程，有的幼儿午餐后不愿主动睡觉，找各种理由推迟上床午睡的时间，即使在老师的督促下，上了床也不能安静入睡，他们会在床上咬被角，啃指甲，甚至带些小玩具躲在被子里悄悄的玩，特别要注意的是，当幼儿悄悄玩耍时，若有东西不甚滑如鼻腔，咽腔等地方，会造成不可估量的后果。

特别是大班幼儿，思想和行为能力比小班和中班有很大的提高，他们有时做的一些“小动作”，教师不一定能第一时间发现，因此潜在的危险也相对较大。再者，幼儿的生命和健康是第一位的，睡眠除了具有调整幼儿正常生理机能的作用外，对幼儿的生长发育也是至关重要的。为此，幼儿园大班孩子的午睡问题引起了我的兴趣和关注。

从老师自身和幼儿两个方面来看，存在以下问题：

（一）教师对午睡认识不到位，管理偏软。

午睡的目的是让幼儿得到充分、合理的休息，调节精神，为下午活动积蓄精力，打好基础。但有的教师没有真正从思想上认识到午睡的重要性，放松了警惕，至于幼儿睡姿不正、说话声、吵闹声、上床后不能安静的入睡现象要求不够严格，给幼儿身心造成影响，造成了幼儿午睡质量不高，以至于影响了幼儿下午的活动。

（二）老师精力分散，难以保证午睡质量。

教师只顾削苹果（幼儿起床后吃的午点），这个时候有的幼儿交头接耳、玩小动作、扯被角、踢被子等，使午睡秩序混乱，幼儿入睡率低，降低了午睡的质量，也间接影响了下午幼儿参与活动的积极性及活动的质量。

（三）午睡场面混乱，影响孩子入睡。

幼儿受年龄的限制，自我约束能力差，脱下的鞋子不统一放置，乱放乱摆现象时有发生，有的孩子起床穿衣都要先找衣服。有的教师认为，幼儿园的午睡就是让幼儿安静入睡就可以了，忽视了幼儿良好生活习惯的培养，对幼儿脱下的衣服没有统一的放置要求，久而久之使幼儿养成了不良的生活习惯。

（四）针对性管理不够，对个别孩子管理不力。

有的幼儿天生的睡眠少、入睡慢甚至整个中午不合眼，同时还要拉他的邻床同伴讲话、玩耍。使想睡的幼儿不能安然入睡。

那么如何管理孩子午睡呢：

（一）做好午睡前准备工作。

1、营造午睡氛围采用场景、音乐催眠法，讲故事，儿歌等。在睡觉前可以让幼儿听着和缓优雅的旋律、节奏舒缓宁静的音乐：如摇篮曲等，轻声进入午睡室，并用手势代替语言，暗示幼儿尽快入睡。多用鼓励性的动作夸奖他们，翘翘大拇指，轻轻地安抚他们的头部，使他们产生一种安全感，温馨感。另外在午睡室的墙面上可以布置一些符合午睡环境的星星，月亮，小动物，小朋友睡觉动态等等，来增强幼儿睡觉的欲望。

2、合理安排午睡前的活动，睡前过分的运动易引起幼儿兴奋、

神经紧张。因此，在午饭后，我们注意为幼儿安排一些安静放松的活动，使入睡时情绪安定：看书、折纸、散步等。或分组按幼儿的意愿活动，自己选择图书角、音乐角、美工角、娃娃家的活动区，组织幼儿散步等。

3、做好睡前如厕工作。

平时，我们不难发现有个别的幼儿因睡前玩得太开心而忘了小便，午睡不到两三分钟就叫：老师，我要尿尿。而其他某些调皮的孩子也就跟着凑热闹：老师，我也要尿尿，我也要尿尿……；也有一些孩子或因睡不着等各种心理因素也会在午睡期间不停地喊，“老师，我要尿尿了……；结果，影响了整个班的睡眠。因此，我们在午睡前10分钟，做好及时提醒幼儿大小便的工作，排空膀胱内的尿，清除生理对午睡的干扰。对个别不想或不愿意者，教师作好细心观察，及时督促。幼儿大小便后，要求他们轻轻地进午睡室，自己安静地上床，对个别情绪易激动者，教师更多的采用亲切柔和的言行态度，拍拍他的背、摸摸他的头，使幼儿感觉到妈妈的’呵护，转移其注意力，使他自然地安静下来，以保持一种安静的氛围。

（二）抓好午睡的管理。

1、建立合理的午睡制度，并严格执行。

幼儿午睡期间，闲人不得入内，不得在午睡室里聊天，做到走路轻，说话轻，保持一个祥和的午睡室。

2、人性管理，注重质量。

（1）睡觉前给孩子一定的时间，在睡觉前三分钟我将提醒：小朋友可以在这几分钟内做完自己想做的事。时间一到，就必须闭嘴休息，睡不着的没关系，闭上眼、嘴巴听老师讲故事，有了这样的安排与提醒，到了午睡时，孩子们显的安静多了。午睡时要求孩子根据季节的变化及时调整脱去衣服的

多少，时刻为孩子盖好被子。这样既让孩子睡得舒服，又能有效地防止感冒。其次，要注意幼儿不良的睡眠姿势。由于孩子年龄较小，不良的睡眠姿势较容易影响其正常的生长发育。为此，不能有半点疏忽。

(2) 教师随时认真地巡视幼儿午睡，细心观察幼儿的举动。孩子身体不适或生病时常会反映在睡眠上，因此，教师要善于观察发现。幼儿在午睡以后，精神呆滞、面带潮红、呼吸急促、预示着孩子发病了；个别孩子好动好奇，不知深浅，常常随心所欲，无所顾忌，特别在睡前和睡醒后的那段时间，因耐不住安静，有的还趁老师不注意会做一些不安全的举动，比如：在上铺跳或把头伸出来往下探望下铺的小朋友，着实令人害怕。因此，教师要克服孩子睡觉时不会有事的麻痹思想，及时发现问题、处理问题、杜绝意外事故的发生；另外，教师及时作好午睡记录，并与本班老师密切配合，有针对性地采取相应的措施，幼儿有时睡前喝水喝得太多或个别有尿频症的，老师就要有意识地对个别孩子加以观察，耐心地督促、在一定的时间轻轻地提醒他，共同提高幼儿的睡眠质量。

(3) 采取个别教育。

在教育过程中，我们根据幼儿生理心理上存在的差异，有针对性地进行教育，班上有个别孩子睡觉的时候有个坏习惯，经常会无缘无故哭，我便于家长沟通后共同配合，采用积极鼓励的方式加以引导，与她个别谈心，效果还不错。

三、加强与家长的合作沟通。

幼儿良好的睡眠习惯的养成，不是在一个小时或几天之内养成，它需要一个长期的过程，因此，光靠幼儿园是不够的，还需要家庭的配合。为此，我们可通过“班级博客”、“家长宣传栏”、“晨间、离园谈话”等形式，帮助家长提高认识，改变教养态度，从而使家园步调一致，互相配合，共同培养。例如：黄彦斌小朋友经常大便在裤子上，有时一天好几次，我

总是耐心地给他换、洗、晒。又给他家长交换意见，建议带他请医生看看，是不是身体有什么不适。家长带他看后，医生说孩子肠胃不太好，配了些药，吃了几天，果然好多了，也不拉在裤子上了，睡眠也好了。家长也很感动，说我真细心。

在日常生活中，我们有时会感到孩子们太强、太闹、太吵，这时我们可以反思一下自己是否理解孩子，设身处地的为孩子们着想，多释放一些时间与空间给孩子，孩子一定会配合我们的工作。现在我们必须要做做的就是不断探索一些措施和技巧，提高午睡的质量，同时和家长交流，共同配合让孩子健康快乐的成长。

1. 各班教师与配班保育员必须按时照顾本班幼儿水下及起床。睡觉时间：12：00，起床时间：14:30。
2. 幼儿午睡必须排队进出，不准互相推搡。
3. 保育员应及时进入午睡室，维护好幼儿纪律，不能做与午睡管理无关的事情。
4. 午睡时要注意开窗通风（冬天提前开窗通风），管理人员要保持午睡室的干净. 通风. 无臭气. 霉味。
5. 午睡管理人员必须保持午睡室安静，任何人不得因任何事在午睡室喧哗，更不能扎堆闲聊。
6. 保育员要根据季节特点照顾幼儿午睡，帮助幼儿养成良好的睡眠习惯，教会幼儿正确的穿脱-衣服的方法及顺序。脱-衣服应先脱裤子，用被子盖住腿后再脱-衣服；穿衣服应坐在被子里面先穿衣服，再穿裤子。有效防止幼儿感冒。
7. 午睡室要勤于打扫，幼儿被褥勤换洗并定期晾晒消毒，做好清洁卫生工作，午睡值班人员定期检查。

8. 保育员要对本班幼儿午睡情况作好记录，注意发现并消除睡眠室的安全隐患。

9. 造成睡眠室安全事故者，由园领导研究决定处理方案。后果严重着依法移交有关部门处理。

幼儿园午睡制度教研记录篇五

1、各班教师与配班保育员必须按时照顾本班幼儿睡下及起床。睡觉时间：12：00，起床时间：14：10。

2、幼儿午睡必须排队进出，不准互相推搡。

3、保育员在12:30应及时进入午睡室，与晚班老师交接好，维护好幼儿纪律，不能做与午睡管理无关事情。

4、午睡时要注意打开窗户，管理人员要保持午睡室的干净、通风、无臭气、霉味。

5、午睡管理人员必须保持午睡室的安静，任何人不得因任何事在午睡室喧哗。

6、保育员要根据季节特点照顾好幼儿午睡，帮助幼儿养成良好的睡眠习惯。

7、午睡室要勤于打扫，幼儿被褥勤换洗并定期晾晒消毒，做好清洁卫生工作，午睡值班人员定期检查。

8、保育员要对本班幼儿午睡情况做好记录，注意发现并消除午睡室的安全隐患。

9、造成午睡安全事故者，由学校领导和上级领导研究决定处理方案。