

免费提供

★★★ 精品教学资料包

服务热线: 400-615-1233  
www.huatengzy.com

# 学前教育健康教育 与活动指导

(第2版)

学前教育健康教育与活动指导 (第2版)

主编 元永英

学前教育专业“课证融合”创新系列教材  
“互联网+”立体化教材

# 学前教育健康教育 与活动指导

(第2版)

主编 元永英

策划编辑: 王蔚琳  
责任编辑: 陈佩妮  
责任校对: 乔雷  
封面设计: 黄燕美

ISBN 978-7-5504-4771-4



定价: 45.00元



西南财经大学出版社  
Southwestern University of Finance & Economics Press



西南财经大学出版社  
Southwestern University of Finance & Economics Press

学前教育专业“课证融合”创新系列教材  
“互联网+”立体化教材

# 学前儿童健康教育 与活动指导

(第2版)

主编 元永英



西南财经大学出版社  
Southwestern University of Finance & Economics Press

## 图书在版编目(CIP)数据

学前儿童健康教育与活动指导 / 亓永英主编. — 2 版. — 成都: 西南财经大学出版社, 2020. 12 (2023. 12 重印)

ISBN 978-7-5504-4771-4

I. ①学… II. ①亓… III. ①学前儿童—健康教育 IV. ①G613.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 264068 号

## 学前儿童健康教育与活动指导(第 2 版)

XUEQIAN ERTONG JIANKANG JIAOYU YU HUODONG ZHIDAO

主编 亓永英

策划编辑: 王蔚琳

责任编辑: 陈佩妮

责任校对: 乔 雷

封面设计: 黄燕美

责任印制: 朱曼丽

出版发行	西南财经大学出版社(四川省成都市光华村街 55 号)
网 址	<a href="http://cbs.swufe.edu.cn">http://cbs.swufe.edu.cn</a>
电子邮件	bookcj@swufe.edu.cn
邮政编码	610074
电 话	028-87353785
印 刷	三河市龙大印装有限公司
成品尺寸	185mm×260mm
印 张	16.5
字 数	412 千字
版 次	2020 年 12 月第 2 版
印 次	2023 年 12 月第 3 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5504-4771-4
定 价	45.00 元

版权所有,翻印必究。



# 第2版 前言

党的二十大报告明确指出,要办好人民满意的教育,全面贯彻党的教育方针,落实立德树人根本任务,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。“学前儿童健康教育与活动指导”是普通高等院校、各类职业技术学院以及高等幼师专科学校学前教育专业的专业必修课。本教材结合学前儿童健康教育学科的特点和学前儿童的生长及认知特点编写,反映当前学科理论和实践研究的最新成果。《学前儿童健康教育与活动指导》自2014年出版以来,深受广大读者欢迎。为适应当前我国学前教育事业发展的需要、帮助幼教工作者树立正确观念、培养符合时代要求的健康教育幼教人才,编者特对《学前儿童健康教育与活动指导》一书进行了全面的修订。

## 1. 本次修订的内容

第2版教材的编写延续了原来的构架,与第1版教材相比,主要修订了以下几个方面。

(1) 与时俱进。根据学科最新发展动态以及国家相关政策精神,对教材中的陈旧知识、拓展资料等进行更新。

(2) 课证融合。每单元后结合本单元所学内容增添幼儿园教师资格考试历年真题及模拟题,理论课程与资格证书考试内容融为一体,帮助学生更好地适应岗位需要。

(3) 丰富内容。对第1版教材中缺少说明的知识性内容进行补充,增加案例、拓展资料,以丰富教学内容。

## 2. 本次修订的特色

本教材在体例和内容方面,主要有以下特色。

(1) 理论与实践结合。本教材在编写上除理论知识外,还设置了学习目标、案例导入、资料卡、小案例、实践活动、思考练习模块,以方便教师教学、学生学习,在内容上兼具实用性与趣味性。

(2) 传统与创新融合。本教材内容除传统的理论知识外,还创新性地引入了“1+X”证书思维,在每单元后增加“思考练习”模块设置教师资格证书考试题型,让学生即学即练,以便提高职业技能水平。

本教材的教学内容与课时分配建议如下表所示。

学习单元	理论课时	实践课时
单元一 学前儿童健康和健康教育	3	2
单元三 学前儿童健康教育的目标、内容及其活动设计	4	2
单元三 学前儿童身体生长发育教育	2	2



续表

学习单元	理论课时	实践课时
单元四 学前儿童饮食与营养教育	3	2
单元五 学前儿童一日常规活动教育	3	3
单元六 学前儿童疾病预防教育	3	2
单元七 学前儿童安全教育	3	3
单元八 学前儿童心理健康教育	9	4
单元九 学前儿童体育	6	4
总课时(60)	36	24

本教材由泰山学院副教授亓永英任主编,亓永英负责拟定教材大纲及全书的统稿和定稿工作。在编写和修订过程中,编者参考和借鉴了其他学者关于学前儿童语言教育的文献材料,在此一并表示感谢!

由于编者的水平和经验有限,书中难免存在不足之处,敬请广大读者批评指正。

编者



# 第1版 前言

“学前儿童健康教育与活动指导”是学前教育专业的一门专业课。这门课程是根据《幼儿园教育指导纲要(试行)》的精神要求,从理论和实践两个方面指导幼儿园开展健康教育的专业必修课。

进入 21 世纪,中国的学前教育事业得到了迅猛的发展,学前儿童教育受到前所未有的关注。本教材旨在引导幼教工作者顺应时代发展的要求,把握学前儿童身心发展规律,促进学前儿童个性健康发展,培养符合时代需求的身心健康、全面发展的幼教人才。为此,本教材还讲授了身心健康及社会适应能力良好教育的基本知识,能够帮助幼教工作者树立正确观念,对学前儿童身心发展做出准确的分析、评估和判断,保证学前儿童健康教育的科学性。

学前儿童健康教育是在各种活动中得以实现的,因此,本教材力求全面系统地反映学前儿童健康教育理论研究和实践的最新成果,在体现时代性、科学性的同时,特别加强了实践教学环节,强化了实践能力的培养。同时,本教材在编写体例上力求新颖,结构形式清晰活泼,理论联系实际,既便于学生在教师指导下学习,也有利于学生自学。全书共分九个单元,每单元均包括学习目标、案例导入、实践活动和思考练习,既便于教师教学,也便于学生有针对性地学习和实践。本教材各单元的学时分配建议如下表所示:

学习单元	理论板块课时	实践板块课时
单元 1 学前儿童健康和健康教育	3	2
单元 2 学前儿童健康教育的目标、内容及其活动设计	4	2
单元 3 学前儿童身体生长发育教育	2	2
单元 4 学前儿童饮食与营养教育	3	2
单元 5 学前儿童一日常规活动教育	3	3
单元 6 学前儿童疾病预防教育	3	2
单元 7 学前儿童安全教育	3	3
单元 8 学前儿童心理健康教育	9	4
单元 9 学前儿童体育	6	4
总课时(60)	36	24

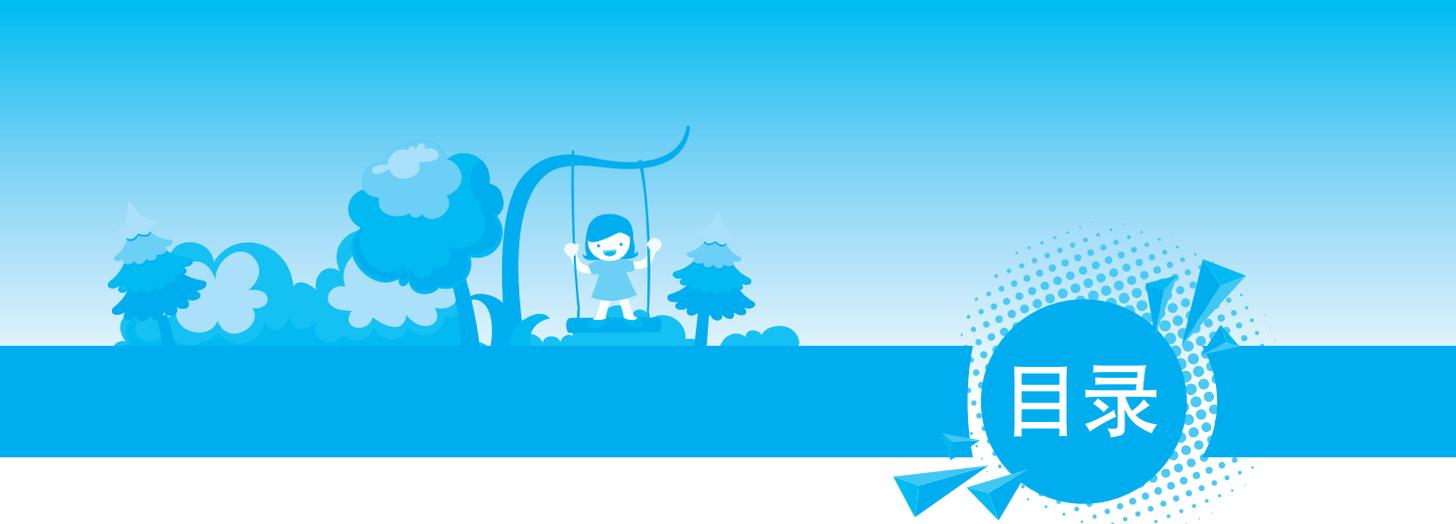


本教材可用作普通高等院校、各类职业技术学院以及高等幼师专科学校学前教育专业的教学用书,也可作为幼儿教师继续教育的参考资料。

本教材由泰山学院亓永英副教授任主编,刘超教授任副主编。在编写过程中,编者借鉴了同行专家在本领域研究的最新成果,谨向各位专家表示感谢。

由于编者水平有限,书中难免存在疏漏与不妥之处,敬请读者批评指正,以便修正与完善。

编者



# 目录



## 单元一 学前儿童健康和健康教育

学习目标	1
案例导入	1
第一课 健康概述	2
第二课 健康教育概述	7
第三课 学前儿童健康教育评价	10
实践活动	14
思考练习	17



## 单元二 学前儿童健康教育的目 标、内容及其活动设计

学习目标	18
案例导入	18
第一课 学前儿童健康教育目标	19
第二课 学前儿童健康教育的内容	28
第三课 幼儿园健康教育活动的设计与 指导	33
实践活动	38
思考练习	41



## 单元三 学前儿童身体生长发育 教育

学习目标	42
案例导入	42
第一课 学前儿童生长发育的一般规律和 影响因素	43
第二课 学前儿童生长发育的测量与评价	48
第三课 学前儿童生长发育教育的设计与 组织	54
实践活动	57
思考练习	60



**单元四**  
**学前儿童饮食与营养教育**

学习目标	62
案例导入	62
第一课 学前儿童饮食与营养教育基础知识	63
第二课 学前儿童饮食与营养教育活动的设计与组织	73
实践活动	81
思考练习	89

**单元五**  
**学前儿童一日常规活动教育**

学习目标	90
案例导入	90
第一课 学前儿童日常生活教育概述	91
第二课 学前儿童一日常规活动的卫生习惯培养	92
第三课 学前儿童一日常规教育活动的设计与组织	98
实践活动	104
思考练习	112

**单元六**  
**学前儿童疾病预防教育**

学习目标	114
案例导入	114
第一课 与疾病相关的基础知识	115
第二课 学前儿童常见传染病和其他常见病	120
第三课 学前儿童疾病预防教育活动的设计与组织	128
实践活动	130
思考练习	137



 **单元七**  
**学前儿童安全教育**

学习目标	139
案例导入	139
第一课 学前儿童安全教育概述	140
第二课 学前儿童安全教育的目标和内容	143
第三课 意外伤害事故的预防与急救处理	146
第四课 学前儿童安全教育的设计与组织	155
实践活动	158
思考练习	164

 **单元八**  
**学前儿童心理健康教育**

学习目标	166
案例导入	166
第一课 学前儿童心理健康教育概述	167
第二课 学前儿童心理健康教育的目标和内容	173
第三课 学前儿童心理卫生保健及心理问题矫正	177
第四课 学前儿童心理健康教育活动的设计与组织	195
实践活动	204
思考练习	210



 **单元九**  
**学前儿童体育**

学习目标 .....	212
案例导入 .....	212
第一课 学前儿童体育概述 .....	213
第二课 学前儿童体育活动的目标、内容和基本方法 .....	217
第三课 学前儿童体育活动的设计、组织与指导 .....	224
实践活动 .....	236
思考练习 .....	242

附录	244
----	-----

参考文献	253
------	-----



# 单元 一

## 学前儿童健康和健康教育

### 学习目标

- 了解健康及健康教育的概念,树立正确的健康与健康教育意识。
- 理解学前儿童健康教育的概念及其意义。
- 掌握学前儿童健康的标志及影响学前儿童健康的因素。
- 掌握学前儿童健康教育的特点,以便解决学前儿童健康教育和研究的基本理论问题。
- 理解学前儿童健康教育评价的概念及其方法。



### 案例导入

#### 警惕孩子的“孔雀心态”

周末,孙女士带女儿到公园玩,正好遇到同事也带孩子出来玩,于是两家合一家,其乐融融。可是不一会儿,两个孩子就闹起了矛盾。原来两个孩子都在大人面前表演自己的拿手节目,孙女士顺口夸了一句同事的孩子“演得比我女儿还棒呢”,而女儿听到这话马上就不高兴了,要求回家,不玩了,到最后甚至哭闹起来,弄得孙女士十分尴尬。

这不是个例。根据一项抽样调查显示,现在的独生子女中约有30%的孩子有“孔雀心态”。孔雀开屏固然美丽,但却美得沾沾自喜,目中无人。孩子一旦出现“孔雀心态”,就会喜欢比较、争胜,但又会因为孤芳自赏、自高自大而赢得起输不起,受不得一点儿委屈。

其实,这是孩子成长过程中最常遇到的问题。孩子的自我认知能力差,很难客观地评价自己,而从幼儿时期开始,孩子大多都是在家长的夸奖,甚至夸耀中长大的,所以许

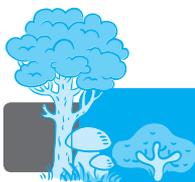


多孩子往往会把注意力过多地集中在自己身上,并十分坚定地认为自己就是最聪明和最完美的那个,以为自己什么都比别人强。如果家长不能对这种现象加以正确引导,就会对孩子造成不良影响,甚至会让孩子形成自私乃至自恋的性格特征,对孩子以后的生活造成不利的影响。

当然,“孔雀心态”也不是一无是处,只要适当引导,完全可以成为孩子前进的动力。那时,“孔雀的羽毛”将不再是牵绊孩子前进的绳索,而会成为推动他们翱翔天际的“翅膀”。



健康是个体实现生命价值的基础,对所有人来说,健康都是十分宝贵的财富,是一生都在努力追求的。联合国全球千年民意测验(2000年)显示,健康排在全世界男性及女性诸多希望的首位。对学前儿童而言,身体健康、心理健康以及社会适应能力良好是判断其健康状况的主要标志。



## 第一课

## 健康概述

### 一、健康的含义

1948年,世界卫生组织对健康的解释是这样的:“健康是指身体、心理和社会适应的健全状态,而不仅仅是没有疾病或虚弱现象。”随着医学模式的转变和健康概念的完善,世界卫生组织在1989年又对健康的概念做了这样的补充:除躯体健康、心理健康和社会适应良好外,还要加上道德健康,只有具备这四个方面的健康,才算是完全的健康。

躯体健康是指身体各器官组织结构完整,发育正常,功能良好,生理生化指标正常。

心理健康是指人格发展健全,智力、情感、意志、行为活动正常,人际关系良好,社会适应能力强。

社会适应是指家庭教育、群体关系、社会环境、应变、处理角色的能力和工作能力等正常。

道德健康主要是指能够按照社会道德行为规范准则约束自己,并支配自己的思想和行为,有辨别真伪、善恶、美丑、荣辱的是非观念和能力。

由此可以概括出健康的含义。

#### 1. 健康是身体、心理、社会适应和道德健康四个方面的完满状态

从身体方面的要求来看,机体应当发育匀称,功能健全;在心理方面应当心理稳定,精力充沛;在社会适应方面应当关系和谐;在道德方面应当道德健康。但是,完满状态是很难达到的,而且在不同条件下可能有不同的评价标准。

#### 2. 健康和疾病是相互演变的过程

机体存在三种状态:健康、亚健康 and 疾病。健康是动态过程,也是机体不断调节和维持



在线测试

的平衡状态。这种平衡表现在个体内部,也表现在个体与环境(包括其他个体)之间,一旦机体出现某种平衡失调,便会脱离正常状态,表现为不健康或异常。所谓疾病,是指产生症状和体征的异常生理或心理状态。所谓亚健康,是介于健康与疾病之间的生理、心理功能低下的不健康状态,又称灰色状态或第三状态。疾病一般是由健康经过亚健康或前疾病状态发展而来的,即由健康到疾病是一个连续的相互演变的过程。

总之,对健康与疾病演变过程的定义破除了无病即健康的传统观念,从身体、心理、社会适应和道德健康四个方面提出了健康的要求,使健康的概念更加全面,有力地促进了医学模式的发展,表达了人类对完满健康的追求。

## 二、学前儿童健康的标志

学前儿童健康也包括身体、心理、社会适应和道德健康四个方面的完满状态。但对道德发展水平十分有限的学前儿童而言,身体健康、心理健康及社会适应能力良好是判断其健康状况的主要标志。

### (一) 学前儿童的生理健康

学前儿童的生理健康是指学前儿童各个器官、组织的生长发育正常,没有生理缺陷,能有效抵抗各种急、慢性疾病,体质不断增强。体质是人的质量,即相对稳定的身心特性,是一切生命活动的基础。健康是体质状况的反映和表现。学前儿童身体各个器官组织的正常生长发育、生理系统的正常运作是健康的前提。明显的生理缺陷必将产生生理障碍,因而器官组织的缺损或功能异常,视力不良、贫血、呼吸道感染等常见疾病,肥胖、瘦弱等体格生长偏离,都属于不健康状态。

通过考察学前儿童生长发育的规律,人们可以发现,生长发育是阶段性和顺序性的连续过程。由于遗传基因及环境条件的差异,学前儿童的生长发育具有一定的个体差异性,但正常个体的发育过程基本稳定且差异幅度有限;学前儿童身体各部位的生长速度不均等,但各系统统一协调。因此,不同学前儿童各个器官组织大小、重量的变化,以及身高、体重的增加速度可以不完全一致;同一学前儿童的不同时期也可以不一致,但总体发展水平保持在正常范围内,与同年龄学前儿童的发展水平接近。

学前儿童生长发育最常用的评价指标是形态指标,即身体及其各部分在形态上可测出的各种量度,如长、宽、围度及重量等。形态指标有体重、身长(身高)、头围、胸围、臂围、坐高、皮下脂肪、上下部量及指距等项目,其中,身长(身高)、体重及头围这三项指标不仅测试方便,还能为准评价学前儿童生长发育的水平提供重要信息。学前儿童生长发育评价参照国际通用的,由世界卫生组织推荐的0~6岁婴幼儿体格发育标准。学前儿童生长发育的评价指标还包括生理机能指标和生化指标。有学者认为,健康儿童的主要表现包括以下几个方面。

- (1) 身体发育正常,身高和体重均正常增长,无矮胖体型或豆芽体型的发展倾向。
- (2) 皮肤光滑,没有变色、皮疹,不过分干燥或表皮油脂过多。
- (3) 毛发整齐而有光泽。
- (4) 眼睛明亮有神,眼白清洁无疵,眼圈不发黑。
- (5) 牙齿清洁整齐,无龋齿。
- (6) 不用口呼吸。



- (7) 手指清洁,指甲修整,不存污垢。
- (8) 脚趾向前,无弯曲现象,非扁平足。
- (9) 坐、卧、立、行时都能保持良好的姿势。
- (10) 食欲良好,睡眠充足且定时大便。
- (11) 能够完成日常学习活动,不产生过度疲劳或情绪紊乱。
- (12) 能够完成日常体育课和其他体力活动,即使产生疲劳,经适当休息即可恢复如常。
- (13) 在游戏和一般活动中,具有与其年龄、性别和经验相适应的技巧及充沛的精力。
- (14) 对同班同学普遍喜欢的大部分活动亦感兴趣并积极参加。
- (15) 有自信心,合群。
- (16) 能够和大部分同伴一样控制自己的情绪。
- (17) 与成人或同龄人相处时,表现正直、诚实、真挚。

体格生长偏离是学前儿童生理的异常发育,主要包括低体重、消瘦、肥胖和身材矮小。其中,低体重是指学前儿童的体重比相应年龄组人群按年龄的体重均值数低两个标准差以下;消瘦是指学前儿童的体重比相应年龄组人群按身高的体重均值数低两个标准差以下;肥胖是指体重超过按身高计算的标准体重 20% 以上,超过 20%~30% 为轻度肥胖,超过 30%~50% 为重度肥胖;身材矮小(又称侏儒)是指学前儿童身高比相应年龄组人群按年龄的身高均值低两个标准差以下。

导致学前儿童体格生长偏离的原因是复杂的,包括遗传因素、营养因素、疾病因素、体质因素、心理因素等。学前儿童常见疾病主要有呼吸道疾病、消化道疾病、营养性疾病、先天发育不良等。世界卫生组织将“小儿四病”(缺铁性贫血、维生素 D 缺乏性佝偻病、肺炎和婴幼儿腹泻)列为世界范围内的重点防治对象。

### (二) 学前儿童的心理健康

心理健康是人的内心世界与客观环境的平衡,是自我与他人的平衡。当前对心理健康的界定尚不统一,但人们一般认为心理健康的个体具有以下特征:有幸福感和安全感,遵守社会规范,适应周围环境,能够调节人际关系,具有应变、应急及疾病恢复或从危机中脱离的能力,具有自我实现的理想和实现能力。

学前儿童的心理健康是指心理发展达到相应年龄组学前儿童的正常水平,情绪积极,性格开朗,无心理障碍,对环境的适应较快。我国儿科医学专家、幼儿心理和教育专家主要从动作、认知、情绪、意志、行为及人际关系等方面衡量学前儿童的心理,认为学前儿童心理健康的标志是:智力发展正常,情绪反应适度,有和谐的同伴关系、安全的依恋关系,行为表现正常,性格特征良好(具体将在单元八中详述)。

### (三) 学前儿童的社会适应

社会适应是指个体为了适应社会生活环境而调整自己的行为或态度的过程。对学前儿童来说,良好的社会适应能力主要表现在以下三个方面:一是能较快地融入集体生活;二是乐于与人交往合作,有良好的人际关系;三是能积极、主动地应对各种压力,以保持它们与环境之间及自身内在的平衡。



#### 资料

学前儿童心理健康教育存在的问题及对策

## 资料卡

巧识别早解决幼儿心理问题<sup>①</sup>

案例 1:小班的奇奇,喜欢独自活动,基本不与人交流;只会用简单的词语表达自己的需求(如喝水、上厕所);上课时喜欢在教室内四处游走,时不时地尖叫、说话、大笑。

案例 2:中班的华华,虽然能听懂老师的指令但不愿执行;时常把水杯、鞋子、书包等物品扔掉或藏起来;进行区域活动时每次都只到美工区画画。

案例 3:大班的杰杰,喝水、穿衣、如厕都需要老师提醒;集体晨谈时则爱跑离座位;遇到感兴趣的问题会举手回答,但总是答非所问;常常对老师的指令置若罔闻,在班上几乎没有朋友。

以上几名幼儿都是我在做幼儿心理辅导工作中遇到的,他们的行为与正常幼儿差别较大,一眼就能识别出来。他们表面看起来是行为异常,但归根结底是心理发展出现了问题。

随着时代与环境的变化,儿童心理健康问题日益低龄化,且比例在逐渐上升。目前,幼儿园中常见的幼儿心理问题主要有害羞孤僻、自卑胆小、暴躁多动、焦虑不安等。案例 1 中的奇奇为孤独症(自闭症)边缘水平,他总是沉浸在自己的世界里,对其他人完全不感兴趣;案例 2 中的华华表现出不服从及破坏行为,其内心则是极度缺乏价值感,希望被关注;而案例 3 中的杰杰则是因为极度自卑而产生孤僻,甚至自暴自弃。

## 三、影响学前儿童健康的因素

影响学前儿童健康的主要因素有生理因素和环境因素。

## (一) 生理因素

生理因素是对学前儿童健康产生重大影响的生物学因素。生理因素包括细胞、组织、器官和系统的机能,以及在不同环境下机体的各个组成部分和整体的反映。学前儿童正处于迅速生长发育的过程中,其生理状态不断变化。机体某一部位发育障碍或机体遭受损伤等都会影响学前儿童的身心健康。例如,病变、外伤、中毒等原因引起学前儿童神经系统,特别是脑的损伤后,个体可出现生理活动失常,还可能发生心理方面的变化。

## (二) 环境因素

环境是影响学前儿童健康的重要因素之一,包括自然环境和社会环境。

## 1. 自然环境

自然环境有的是自然界固有的,有的是人类制造的,但都会对学前儿童的健康产生一定的影响。良好的自然环境能为学前儿童提供各类物质条件,维持和促进他们正常的生命活动和健康发展,也会为他们提供各种精神条件,使他们头脑清醒、精神愉悦、积极向上。如充足的阳光、新鲜的空气、清洁的水源、合理的膳食、安全的设施等,都是保证和促进学前儿童



资料  
影响幼儿健康  
的原因

<sup>①</sup> 刘伟榕. 巧识别早解决幼儿心理问题[N]. 中国教育报, 2018-09-30(4). 有修改.



健康的重要条件。但是,自然环境中也随时存在、产生和传播着危害学前儿童健康的因素,如不适当的温度、湿度、照明、空间和噪声刺激等,都会使学前儿童大脑皮质的兴奋和抑制过程失调,导致条件反射异常,使脑血管功能受损,产生自主神经功能紊乱,从而出现头痛、耳鸣、心悸、失眠、乏力等症状;在生活空间狭小的环境中生活的学前儿童可表现为侵犯性行为增多,焦虑水平升高;营养过剩或不足也会引起相应的病症;学前儿童可通过饮食、呼吸等途径感染致病性细菌、病毒,发生相应的疾病。

### 2. 社会环境

学前儿童生活的社会环境大到国家、社区,小到幼教机构、家庭,它们都对学前儿童的健康有着重要的影响。例如,社会经济、文化、人际关系等都以不同的方式影响着学前儿童的健康。从学前儿童活动的范围和场所来看,对他们影响较大的社会环境主要有家庭、托幼机构(幼儿园)和社区。

(1) 家庭。家庭是学前儿童早期生活的基本社会环境。家庭的住房、设备、经济收入和开支、营养供应等都会直接影响孩子的生长发育和健康。例如,有些家长喜欢吸烟,室内烟雾缭绕,空气污染严重,孩子长期生活在这种污浊的环境中,不但身体健康会受到损害,而且长大后也容易变成一个“烟鬼”。此外,父母对人生、金钱的态度也会潜移默化地影响孩子的人生观、理想和志趣,家庭环境的布置、生活方式等对孩子也有不容忽视的影响;家庭气氛对婴幼儿的健康也会产生影响。从小生活在爱好学习的家庭里的孩子,他们的求知欲一般都较高;家庭和睦幸福会使孩子情绪稳定,从小便学会关心人、体贴人;而家庭成员之间关系紧张及不和睦的气氛会给孩子的心灵留下创伤。此外,父母的言语、一举一动,甚至穿着打扮等都会对孩子产生极大的影响。

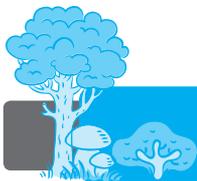
(2) 幼儿园。幼儿园是学前儿童生活的又一个重要的社会环境,也是影响其身心健康的重要因素。幼儿园是对学前儿童实施保育和教育的机构,承担着为学前儿童提供保健服务的任务。幼儿园保健设施的完善程度和服务质量等直接影响学前儿童的健康状况。幼儿园为学前儿童提供的保健服务不仅要体现在供给合理、平衡的膳食,安全用水,基本环境卫生设施,对学前儿童进行健康检查、生长发育的评价、身心疾病的防治、心理咨询、预防接种、生活的照顾、建立家园联系等方面,还要体现在对学前儿童实施健康教育上。

《幼儿园教育指导纲要(试行)》指出:“幼儿园应为幼儿提供健康、丰富的生活和活动环境,满足他们多方面发展的需要,使他们在快乐的童年生活中获得有益于身心发展的经验。”为此,幼儿园应当重视创设健康的物质生活环境,保障儿童的安全与健康。环境的安全意味着幼儿园环境有利于学前儿童的身心健康,把伤害性事件发生的可能性降到最低限度。幼儿园的选址要考虑远离污染,消除环境的不安全因素。幼儿园环境的安全创设不能以限制儿童活动为主要途径,如电线、开关等应布置在学前儿童伸手触不到的地方,暖气片要安装防护装置等。

在创设健康的物质生活环境的同时,幼儿园应积极构建健康的心理生活环境。幼儿园的心理生活环境主要体现在幼儿园的人际关系方面,它是学前儿童亲身感受到的、影响学前儿童在幼儿园中生活的每一个人的态度和行为。学前儿童对幼儿园心理生活环境的感受会影响其对幼儿园的态度,进而影响学前儿童在幼儿园的生活质量,影响其身心的全面发展。教师要尊重和满足学前儿童的基本需要,这是建立和发展良好师幼关系的前提和基础。学

前儿童的年龄虽小,但他们和成人一样,有各种需要,包括生理需要和心理需要。尊重学前儿童,就要尊重并满足他们的各种需要。只有当学前儿童的各种需要得到满足,他们才能形成对周围世界的安全感和信任感,才能形成健全的人格。

(3) 社区。社区是由生活在一定地域范围内的人所形成的一种社会生活共同体,它既是人们聚集、生活的一定地域,又是社会成员参与社会活动的基本场所。社区是具体的地方社会,是大社会的缩影。学前儿童生活在这里,周围的一些人口、地理、环境、经济、文化、社会组织等资源都将对学前儿童的身心健康产生影响。学前儿童的身心保健既是个人的义务,又是全社会的责任。利用社区环境对学前儿童进行健康教育是教育的需要,也是社会发展的需要。例如,社区中的健康教育机构、医疗卫生机构、宣传和新闻部门、文化和娱乐部门、各类社会团体等,都是对学前儿童进行健康教育时可利用的社会环境资源。为保证健康教育取得良好的效果,社区一定要调动各种社会力量,发挥各自的优势和特点,参与配合幼儿园的健康教育活动,为学前儿童一生的健康打下良好的基础。



## 第二课

## 健康教育概述

### 一、健康教育的含义

健康教育是指以传授健康知识、养成卫生习惯、改善环境为核心内容的教育,即通过有计划、有组织、有系统的教育活动促使人们自愿采取有利于健康的行为,消除或降低危险因素,降低发病率、伤残率和死亡率,提高生活质量,并对教育效果做出评价。健康教育与一般教育一样,关系到人们知识、态度和行为的改变,是健康知识与健康行为之间的一座桥梁。健康教育工作的着眼点是人和人的行为,诱导并鼓励人们养成和保持有益于健康的生活,合理而明智地利用已有的保健措施,并自觉地参与改善个人和集体健康状况或环境的活动。

健康教育既是一种以教育为中心的教学过程,也是一种自愿而不是强制的学习过程。由此,人们可以总结出健康教育的含义:首先,健康教育所关注的对象是人,它促使每个人获得与之相关的能力和责任感,以便对自我的健康做出抉择;其次,健康教育的焦点在于沟通健康知识与个人实际行为之间的联系和统一;最后,健康教育重视个人行为的变化,并且影响个人行为形成、改变的各种因素。

### 二、学前儿童健康教育的含义

学前儿童健康教育是指根据学前儿童身心发展的特点,提高学前儿童的健康认识,转变学前儿童的健康态度,培养学前儿童的健康行为习惯,维护和促进学前儿童健康的教育活动。具体来说,对学前儿童实施健康教育就是要教给他们与健康有关的知识,使他们掌



握一些维护自己身心健康知识,从而影响学前儿童的行为习惯,加强其自我保健能力,提高身心健康水平。

学前儿童健康教育是学前儿童教育的一个重要组成部分,是健康教育的基础,其目的在于提高学前儿童对卫生科学的认识水平,转变学前儿童对待个人卫生和公共卫生的态度,培养学前儿童的各种有益于个人、社会和民族健康的行为与习惯。

### 三、学前儿童健康教育的意义

《幼儿园教育指导纲要(试行)》明确要求:“幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿的健康放在工作的首位。”由此可见,对学前儿童进行健康教育具有十分重要的意义。

#### (一) 学龄前期是人身心发展的关键时期,对学前儿童进行健康教育十分必要

中国儿童教育家陈鹤琴先生认为,“幼稚园第一要注意的是儿童的健康”。捷克教育家夸美纽斯认为,“教育儿童最主要的目的之一是必须重视如何增强儿童的健康”。这是因为学前儿童身体器官、系统的发育和功能尚未完善,自我保护意识和对疾病的抵抗力较弱,对环境的变化非常敏感,容易受到各种伤害。因此,他们不仅需要成人的精心照顾、爱护和帮助,还需要主动参与一些力所能及的健康活动。一个健康的学前儿童应该是一个能够积极参与有利于自己健康活动的儿童。在接受健康教育的过程中,学前儿童能够学到许多健康知识,改变自己健康的态度,形成有利于自身和他人健康的行为。

#### (二) 学前儿童健康教育将为学前儿童一生的健康生活奠定良好的基础

人的生命历程的每个阶段都必须高度重视健康问题,都必须吸取健康信息,因为任何时候放松了对健康知识的学习和应用,就会使健康远离自己。学前儿童健康教育是终身健康教育的基础。学前期健康不仅能提高学前儿童的生命质量,还能为其一生的健康打下基础。所以,对学前儿童进行健康教育,培养其健康的生活信念和生活方式,对提高他们一生的生活质量和生命质量都是十分重要的。

#### (三) 学前儿童健康教育是对学前儿童进行全面素质教育的重要组成部分

学前儿童的身心健康是其全面和谐发展的基本条件,是智能素质、品德素质和审美素质的基础。身心健康既是学前儿童身心和谐发展的结果,又是学前儿童身心充分发展的前提。健康的身体是个体求得生存并获得良好的社会化发展的必备条件。学前儿童的全面素质教育包括身心健康素质的教育、智能素质的教育、品德素质的教育和审美素质的教育。学前儿童健康教育在促进学前儿童身心健康发展的同时,还可以促进学前儿童其他方面的发展,如学前儿童学习体操不仅能锻炼身体,学习如何与同伴相处,还能欣赏优美的音乐和练习协调的动作。这些都有利于学前儿童全面素质的发展。

#### (四) 学前儿童的身心健康是国家、民族发展的需要

中共中央、国务院作出的《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》指出:“健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现。”学前儿童的健康是提高人口素质和民族素质的重要保证。只有身心健康,个体才能促进整个国家、民族的强大和繁荣。

#### 四、学前儿童健康教育的特点

##### （一）注重养成教育和情感教育

养成教育要注意养成学前儿童良好的生活习惯、卫生习惯和品德行为习惯。情感教育要使学前儿童萌发爱的情感，培养学前儿童对个人健康卫生知识的学习兴趣和求知欲。

##### （二）发挥环境的教育作用

教育活动的内容具有启蒙性、科普性的特点，是身边的科学，是口头传授的教学，是没有课本的教学。

##### （三）采取多种形式开展教育活动

教师应根据不同的教育内容充分利用周围环境中的有利条件，灵活运用集体、小组、个别活动的形式，为学前儿童提供充分活动的机会。

##### （四）专门的健康教育活动与随机教育相结合

学前儿童健康教育活动重点是结合基本生活活动进行教育，教师需要重新认识生活活动的价值，研究其中的保育、教育因素，切实提高生活活动的质量。

##### （五）鼓励学前儿童积极参与

教师应注意调动学前儿童的积极性、主动性和创造性，鼓励他们在实践活动中学习。

##### （六）健康教育效果评价具有自身的特点

幼儿园只是培养学前儿童学习兴趣和学习习惯的场所，教学效果检查不但要注重结果，而且要重视过程。教师可通过观察学前儿童的日常行为表现、生长发育情况、营养和健康状况等来进行评价。

#### 五、学前儿童健康教育应注意的问题

全面理解学前儿童健康教育的内涵，应当注意以下几个方面。

（1）学前儿童健康教育是幼儿园教育活动的重要组成部分，它和其他领域的幼儿教育活动一样，是教师以多种形式，有目的、有计划地引导幼儿进行生动、活泼、主动活动的教育过程。

（2）学前儿童健康教育作为幼儿园教育活动整体结构的构成部分，具有幼儿园教育活动的整体功能，即促进学前儿童体、智、德、美全面、和谐地发展。但其主要功能和发展目标是保护和促进学前儿童的健康，帮助学前儿童丰富身体保健和身体锻炼的相关知识和技能，使其形成积极对待健康的态度和情感，逐步养成自觉采取有利于健康的行为和习惯，达成身体、心理和社会适应的健全状态。

（3）学前儿童健康教育不仅为学前儿童的身心发展提供了良好的健康存在，还为幼儿园开展其他教育活动提供了良好的条件。这是因为学前儿童的身心健康是幼儿园顺利开展各类教育活动的前提，学前儿童的认知、情感、态度及技能等各方面的发展必须建立在身体健康这一重要的基础之上。



## 第三课

## 学前儿童健康教育评价

### 一、学前儿童健康教育评价概述

#### (一) 学前儿童健康教育评价的含义

评价是根据一定原则或标准估计某事物(如项目、计划方案、教材、健康技能)或行动的价值的过程。学前儿童健康教育评价是指在系统、科学和全面地收集、整理学前儿童健康教育信息的基础上,对学前儿童健康教育整体规划的评价。学前儿童健康教育整体规划的评价包括对学前儿童健康教育目标、内容、组织形式和方法的评价,对进行健康学习的学前儿童的评价,对进行健康指导的幼儿园教师及其他相关人员的评价。学前儿童健康教育评价贯穿健康教育过程的始终。

#### (二) 学前儿童健康教育评价的基本理念

##### 1. 突出评价的发展性功能

学前儿童健康教育评价的目标是促进学前儿童身心全面发展。因此,评价者不应把评价定位在对健康教育的选拔、甄别上,而应尊重个体差异,关注健康教育的个别体质需求与处境,切忌以一把尺子衡量所有的健康教育。

##### 2. 评价内容多元化

学前儿童健康教育评价不仅要关注学前儿童的生长发育,还要关注学前儿童心理的发育健康,了解学前儿童与周围人(特别是同伴)的关系是否融洽。健康教育评价不仅可以激发学前儿童学习健康知识的积极性,还可以促进学前儿童对健康的态度和健康行为的改变,达到健康教育活动的预期目标。

##### 3. 以质性评价为主,适度结合量化评价

学前儿童健康教育评价提倡以自然观察、表现性评价、成长记录袋评价、情境测查为主要评价手段,在真实情境中,特别是在幼儿园的一日生活常规中评价学前儿童。

##### 4. 应使评价经常化

学前儿童健康教育评价的目的在于促进评价对象的转变与发展,所以评价者应给予学前儿童多次评价机会,在评价过程中了解学前儿童的发展与进步情况。此外,评价应促使教师反思、内省自己对学前儿童实施健康教育的过程,转变健康教育观念,改善自己的健康教育教学行为。幼儿园教师应人人能做评价,常常有评价意识与行为。

##### 5. 既要关注评价的结果,又要关注评价对象对结果的认同情况

教师、保育员、家长、学前儿童及有关管理人员都是幼儿园健康教育活动的参与者。要鼓励教师在日常反思的基础上诊断、发现幼儿园健康教育实施过程中的不足,针对问题采取改进对策,及时反馈调整。同时,教师注重收集家长的相关信息,使外部质量监控与幼

儿园内部健康教育质量的完善相结合,从而促进健康教育评价的日臻完善。当然,评价应贯穿幼儿园健康教育活动的每一个环节,注重评价过程和结果,而不是只注重评价结果。

### (三) 学前儿童健康教育评价的作用

学前儿童健康教育评价是对健康教育实施过程及效果进行全面的审核和评价。它是学前儿童健康教育目标管理的重要内容,是保证学前儿童健康教育质量的关键。其作用体现在以下几个方面。

#### 1. 检验健康教育计划和方案

一般评价要经过调查、收集资料、统计分析、对照目标和标准进行比较这一系列的步骤,最后得出较客观的评价结果。这样,教师既可以了解健康教育计划和方案的成功之处,又能发现存在的问题。例如,根据学前儿童生长发育指标(身高、体重、血红蛋白等)的检查结果,对照营养教育计划的目标、内容和标准,即可检查健康教育计划的可行性。

#### 2. 有利于幼儿园健康教育工作的规范化管理

评价既包括上级机关或组织自上而下的监督检查,又包括同行专家、社会鉴定和自我评价。一方面,评价促使幼儿园必须按照健康教育目标、标准和要求进行规范化管理;另一方面,评价还有利于幼儿园及时总结经验、发现问题并尽快解决问题。

#### 3. 为有关部门提供依据

幼儿园健康教育的评价结果可以为行政、教育、卫生、科研部门提供参考依据,如一年一度的优秀幼儿园考核评定。学前儿童健康教育的评价是考核优秀幼儿园的重要内容之一。

#### 4. 促进学前儿童健康教育改革的进一步深化

因为健康教育涉及各种学科,有些相关学科的基本原理在健康教育活动的实践中还处于探索应用阶段,所以教师通过评价可以不断总结健康教育的规律,探索学前儿童健康教育的最佳方案、途径和方法。

## 二、学前儿童健康教育评价的方法和常见类型

### (一) 学前儿童健康教育评价的方法

评价工具和方法应为分析评价内容与标准服务。教师应综合运用观察评价、成长记录袋评价、表现性评价、等级量表评价等多种方法。

#### 1. 观察评价法

首先,教师要在自然情境下观察,让学前儿童在真实、自然的健康教育活动情境中表现自己。教师应观察学前儿童的行为并进行记录分析或评定等级。评价可以在一日生活过程中通过捕捉情境中的典型事件进行,也可以不定期在情境中观察学前儿童的健康行为表现,使学前儿童在健康知识的学习过程中、健康活动过程中被评价。

其次,教师要设计情境测查,情境测查的步骤为:第一步,设定观察、评价项目;第二步,选择自然情境,捕捉所要观察学前儿童的发展内容;第三步,评价学前儿童的发展情况;第四步,设计相应活动、活动计划;第五步,促进学前儿童今后的发展。

运用情境测查时,应注意以下几个方面。

(1) 教师应从日常生活及情境测验中捕捉学前儿童的发展信息。



(2) 学前儿童是主动的参与者、积极的展示者,不是被动的测试接受者。

(3) 情境测查应尊重学前儿童已有的经验。

(4) 设计情境不应严肃得像一场考试,避免引起学前儿童的心理负担,进而造成健康的负面效应。

(5) 教师要考虑与测验项目无关的因素,应清楚健康行为表现与学前儿童发展之间的因果关系。

(6) 对学前儿童健康行为的观察评价应全面,尤其不能忽视学前儿童的身心协调发展。

## 2. 成长记录袋评价法

成长记录袋评价法是用于描述学前儿童发展的历程,并对学前儿童发展水平与过程、趋势进行评估的方法。与学前儿童发展有关的信息都可以放入成长记录袋。

运用成长记录袋时应注意以下几个方面。

(1) 教师在设计成长记录袋时应目标明确,对成长记录袋收录的内容做到心中有数。

(2) 设计成长记录袋的目的是记录、分析学前儿童的发展水平,为学前儿童制订下一步健康成长计划提供依据。

(3) 教师应融合综合观察法、作品分析法、谈话法、问卷法等方法来记录学前儿童的发展状况,充实成长记录袋。

(4) 成长记录袋应呈现学前儿童发展的过程和阶段,用一幅完整的“图画”描述学前儿童进步、发展的情况。

(5) 教师应根据需要及时充实、调整成长记录袋记录的内容,将评价过程与结果融为一体。

(6) 教师应就成长记录袋的内容与相关人员交流,以便共同研究、共同制订学前儿童的健康成长计划。

(7) 这种方法强调自我评价,以教师自评为主,园长及其他管理人员、家长参与评价,共同研讨,澄清模糊认识,找出解决问题的方法。

## 3. 表现性评价法

表现性评价法是在真实情境中观察学前儿童完成实际任务时的表现来评价其健康发展水平的方法。学前儿童是主动的参与者、积极的展示者,评价的情境应是学前儿童感兴趣的、能参与的、能理解其意义的,这样才能比较完全、真实地反映学前儿童的实际水平。

运用表现性评价法时应注意以下几个方面。

(1) 教师应让学前儿童对评价标准心中有数。

(2) 评价的表现性任务与设定的评价目标高度相适应。

(3) 在为学前儿童选择的评价情境中,教师或评价者准备观察的学前儿童的能力应与学前儿童在一日生活中类似的情境中所表现的能力一致。

(4) 评价过程应是学前儿童学习的过程。

(5) 教师应在评价过程中调动学前儿童的兴趣与主动性。

(6) 教师可应用分数与等级描述评价结果,并写出定性的分析报告。



资料

“学生成长记录袋”的具体运用

#### 4. 等级量表评价法

等级量表评价法是通过设计评价表记录获取学前儿童健康发展水平的相关数据信息，并区分学前儿童发展程度与等级，注重质性与量化评价相结合的方法。

运用等级量表评价法时应注意以下几个方面。

- (1) 对学前儿童健康发展水平的分析应涉及健康教育的各个领域。
- (2) 通过记录、统计、数据分析找出学前儿童的优势与不足。
- (3) 评价表中应能看到学前儿童的健康发展趋势。
- (4) 评价应实事求是，记录学前儿童的健康行为及数据信息应及时。
- (5) 学前儿童健康行为的记录应能反映该目标的达成与学前儿童发展情况。
- (6) 依据量表清楚地判定学前儿童今后的发展要点。
- (7) 明确学前儿童健康行为与等级之间的因果关系。

#### (二) 学前儿童健康教育评价的常见类型

##### 1. 形成评价

形成评价是对健康教育计划进行的评价活动，是一个完善健康教育计划，避免健康教育工作失误的过程，包括评价健康教育计划设计阶段各年龄段学前儿童的选择、策略的确定、设计方法等。其目的在于使健康教育计划符合实际情况。

(1) 形成评价的具体内容。

- ① 各年龄段学前儿童的基本特征。
- ② 各年龄段学前儿童对各种干预措施的接受程度。
- ③ 教育材料发放系统，包括社区、学校等。
- ④ 在最初的健康教育计划执行阶段根据出现的新情况、新问题对健康教育计划进行适当的调整。

(2) 形成评价的方法。形成评价的主要方法有文献、档案、资料的回顾，专家咨询，专题小组讨论等。

##### 2. 过程评价

过程评价起始于健康教育计划的实施，贯穿健康教育计划执行的全过程。

(1) 过程评价的内容。

① 针对学前儿童的评价内容，哪些年龄段的学前儿童参与了健康教育项目？在项目中运用了哪些干预策略和活动？这些活动是否按计划进行？计划是否做过调整？为什么调整？如何调整？学前儿童对干预活动的反应如何？他们是否愿意？用何种方法了解学前儿童的反应？学前儿童对各项干预活动的参与情况如何？项目资源的消耗情况是否与计划一致？不一致的原因是什么？

② 针对组织的评价内容项目涉及哪些组织？各组织间如何沟通？是否需要参与的组织进行调整？如何调整？是否建立了完整的信息反馈机制？项目档案、资料的完整性、准确性如何？

③ 针对政策和环境的评价内容项目涉及哪一层政府？具体涉及哪些部门？项目执行过程中政策环境方面是否有变化？这些变化对项目有何影响？

(2) 过程评价的方法。过程评价的主要方法有查阅档案资料、学前儿童各年龄段人群



调查和现场观察三种。

### 3. 效应评价

健康教育活动通过学前儿童的健康相关行为来实现其目的。效应评价是对学前儿童因健康教育项目而出现的相关行为及其影响因素的变化进行的评价。与健康结果相比,健康相关行为的影响因素及行为本身较早发生改变,所以效应评价又称近中期效果评价。

效应评价的内容主要包括以下四个方面。

(1) 倾向因素。倾向因素包括学前儿童的卫生保健知识,采用口头测定,前后对照实验;健康态度,是积极主动还是消极被动;对自身易感性、疾病潜在威胁的认识等。

(2) 促成因素。促成因素是指卫生服务或实行健康行为资源的可及性。

(3) 强化因素。强化因素是指与学前儿童关系密切者对健康相关行为或疾病的看法,学前儿童采纳健康相关行为时获得的社会及家长的支持。

(4) 健康相关行为。健康相关行为是指观察学前儿童健康相关行为前后是否发生改变、改变的程度及各种变化在学前儿童中的分布。

### 4. 结局评价

健康教育的最终目的是提高学前儿童的生活质量。结局评价正是着眼于因健康教育活动的实施而出现的学前儿童健康状况及生活质量的变化。

### 5. 总结评价

总结评价是指形成评价、过程评价、效应评价和结局评价的综合,以及对各方面资料做出的总结性概括,能全面反映健康教育活动的成功与不足之处,为今后健康教育计划的制订和活动决策的确定提供依据。



#### 活动目标

- (1) 使学前儿童初步认识自己的身体器官,并了解身体各部位的名称、作用。
- (2) 培养学前儿童的自信心。
- (3) 初步培养学前儿童的发散性思维和手口一致的能力。

#### 活动准备

- (1) 大的身体挂图。
- (2) “我”的练习卡、彩笔。
- (3) 学前儿童的照片。

### 活动过程

(1) 学前儿童指认挂图上的五官及身体部位。指一下图片上的一个部位,摸一下自己身体的相应部位,并说一句完整的话:“这是他/她/它的鼻子(或其他),我自己的在这儿!”

(2) 教师带领学前儿童做“点鼻子,点眼睛”的游戏,要求学前儿童迅速、准确地指出五官及身体部位。

(3) 教师引导学前儿童讨论五官、身体部位的作用,每说一个作用,要做出相应的动作,如说用鼻子闻味时,要引导学前儿童做出闻一闻的动作。

(4) 教师引导学前儿童利用身体部位、五官及相应的动作编儿歌。例如,“我的小手拍拍拍,我的小脚踏踏踏,我的眼睛看一看,我的耳朵听一听”等。

(5) 教师引导学前儿童复习前面已经完成的动作,如“眼睛眨一眨,耳朵听一听,鼻子闻一闻,肩膀晃一晃”等。

(6) 指一指。例如,教师说:“什么声音?”学前儿童用手指耳朵。

(7) 教师给每个学前儿童发一张练习卡和一张照片,让他们根据照片在练习卡上画出五官和身体。

(8) 作品展评。

### 活动延伸

协助学前儿童用自己的照片装饰墙壁,把学前儿童完成的练习卡粘贴在作品栏中。

## 实践项目二 我的身体我做主(中班)

### 活动目标

- (1) 使学前儿童初步懂得一些保护自己的简单常识,知道不做危险事情。
- (2) 使学前儿童可以大胆地把自己的想法告诉大家。

### 活动准备

幻灯片、小熊维尼玩具、相关图片等。

### 活动过程

1. 情景导入,引起学前儿童对活动的兴趣

(1) 出示小熊维尼,引起学前儿童的兴趣:今天老师请来了一位小客人,你们看这是谁呀?

(2) 引导学前儿童与小熊维尼打招呼。

(3) 教师:维尼它怎么了,怎么身上有那么多的创可贴?

学前儿童:维尼受伤了。

教师:维尼哪里受伤了?(通过提问让学前儿童发散思维。)



学前儿童尝试着答:可能被人欺负了。

教师:有可能的。

学前儿童:可能摔跤了,被妈妈爸爸批评了。

(4) 教师:我们来听听到底发生了什么事。

2. 用一个故事导入家里危险物品的介绍,并联系学前儿童的生活经验进行拓展

(1) 听故事,使学前儿童理解故事内容。

教师:它是怎么受伤的?

教师:你们受伤过吗?能不能告诉小熊维尼你是怎么受伤的?(请学前儿童详细描述自己受伤的过程。)

教师:所以小朋友要小心桌子的角,小朋友在一起玩的时候要特别当心。(让学前儿童阐述自己受伤的地方和过程,由小熊维尼的故事联系到学前儿童本身。)

教师总结:(对着小熊维尼说)你下次玩的时候一定要小心了,现在和小朋友一起学本领吧。

(2) 出示幻灯片,引导学前儿童仔细观察。

教师:看,这是老师的家。请你们找一找,我家里有哪些东西是小朋友要特别注意,不能随意乱碰的。

教师:我们在家里能不能拿着尖尖的东西乱跑呢?

学前儿童:不能。

教师:我们千万要小心,不能像红红一样乱跑,不然会弄伤自己的。

教师:在门的后面时我们要小心,不然会像维尼一样受伤的;小朋友不能碰热水瓶,如果热水烫在身上,可疼了。

教师:刚才,小朋友在老师家里发现了那么多要特别注意、不能随便乱碰的东西(总结小朋友说过的几处危险的地方)。小朋友,你们在自己家里一定要小心,不要变成“邦迪”小朋友,好吗?那除了这些事情之外,还有哪些事情我们也要特别小心的?如在马路上、幼儿园或公园里等。

### 活动延伸

布置情景(出示图片),引导学前儿童判断正确与否。

教师:图片上的这几个小朋友做得对不对?

教师总结:今天我们和维尼一起学了很多本领,还知道了很多事情是危险的,危险的事情能做吗?我们要做一个健康、安全的好宝宝。

## 实践项目三 都当“小老师”(大班)

### 活动目标

(1) 巩固学前儿童进行四散躲闪跑、向下跳、投掷和平衡活动的安全知识,提高其活动能力。

(2) 满足学前儿童当主要角色的愿望,培养其组织活动、观察和评价的能力。

### 活动准备

(1) 全班分成四组,各组通过抽签法决定四人分别担任四散躲闪跑、向下跳、投掷、平衡活动的“小老师”,负责组织小组内的各种活动。

(2) 帮助“小老师”掌握组织活动的方法和各项活动的安全知识。

(3) 各组“小老师”带领同伴做准备,检查场地和器械。

### 活动过程

#### 1. 分组活动

**活动要求:**学前儿童的安全自护意识强,做好准备活动,在活动中严守秩序规则。场地平整、无碎石等障碍,器械稳固。

**活动内容与顺序:**平衡木花样走—从高处向下创新跳—沙包对抗。

由各组“小老师”轮流组织活动。“小老师”要提示安全要领,带领大家一起做准备活动,进行活动保护。

#### 2. 全班活动

**活动要求:**学前儿童积极奔跑、躲闪,不推他人,不挤他人,不拉他人。

**活动内容与顺序:**揪尾巴——一人追,其余人四散闪躲跑。

#### 3. 反馈评价

引导学前儿童全面回顾活动中遵守秩序、注意安全情况的情景,强化其运动安全意识。

(1) 分组回顾自评。回顾自评内容:有没有做准备活动;是否遵守秩序和规则;跳跃落地是不是轻、稳;投掷时沙包有没有打到同伴身上;四散闪躲跑时是否有人摔倒,是否推、拉、碰他人。

(2) 教师评价。评价内容包括学前儿童的安全意识和行为表现,“小老师”的活动质量。

### 思考练习

1. 什么是学前儿童健康教育?
2. 学前儿童健康的标志是什么?
3. 为什么说学前儿童的生长发育包括生理和心理两个方面?请谈谈你对这一观点的看法。
4. 学前儿童健康教育评价是衡量、判断儿童健康教育计划及其实施过程的科学性、必要性和可行性等方面最客观、最重要的方法,请结合幼儿园的实践工作谈谈学前儿童健康教育评价的内容和方法。