

试析幼儿园健康教育课程

向巴多丁

(西藏昌都市第六幼儿园 西藏昌都 854000)

摘要: 学前教育是一个幼儿教育的起点,它能够对幼儿未来的发展奠定良好的基础。学前教育随着教育深化和改革的逐步进行,迎来了大好的发展时期。随着国家对学前教育的重视程度加深和我国经济发展速度的腾飞,学前教育迎来了改革的春风。本文针对《幼儿园工作规程》以及《幼儿园教育指导纲要》等国家政策文件,对幼儿园健康教育课程的改革与开发建设进行了一系列的阐述。

关键词: 幼儿园 健康教育 课程

中图分类号: G617 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.15.004

引言

幼儿园课程是幼儿思想的启迪,是幼儿教育的摇篮,能够将我国的基本教育观念转化为思想教育、行为教育和知识教育^[1]。幼儿园课程是有效地落实教育目标的重要桥梁,而拥有一个健康的体魄是每个幼儿园应该拥有的原本权利,每一个成年人都应该保护幼儿园学生的生命健康,这是法律赋予每个成年人的责任和义务。本文借鉴了国内国外先进的幼儿园健康教育理念,结合幼儿园本校的实际发展水平,为发展特色健康教育,发扬本园特色教育理念,提供了实践性的教育健康课程指导。

一、课程概述

1. 我国幼儿健康课程研究现状

对于学前教育来说,我国的幼儿教育起步比较晚,发展水平比较低,但是随着经济的不断发展与深化,人们的物质水平不断提高,基本的需求满足之后,是对教育的逐步重视,而各种国家层面的法律法规也开始对幼儿教育日益形成了保护机制。在2018年,伴随着国家三期学前教育发展规划的实施,国家有关学前教育的政策不断推动幼儿园健康教育发展,已经成为学前教育的主流。欧新明教授的著作阐述了有关学前儿童健康的内容。顾荣芳教授的著作《学前儿童健康教育理论》对教育内容的评价、教育方法的拟定都进行了系统性的综合化阐述,树立了健康教育课程的模板,为学前教育打开了一扇大门,为健康教育课程的有效开展提供了良好的基础^[2]。与此同时,陈鹤琴先生作为一名知名的教育专家,也提出了健康是第一要素。他认为,健康的人格和良好的生活习惯能够培养儿童的幸福感,能够建立儿童的生活与学习基础,他与生他与儿童的实际生活密切相连。

2. 我国幼儿健康课程开发和建设历程

我国较早开展儿童健康课程开发与建设的幼儿园,是广东省东莞市的西湖幼儿园。在2013年幼儿健康课程初级探索开发阶段,该幼儿园就设立了“睿智豁达,健康活泼”的教育目标^[3]。学习目标建立,开启了国内幼儿园健康教育课程的新篇章。随后的三年,幼儿园学习健康教育进入了大规模建设发展阶段。水霖集团不但参与了该项目的开发与建设,而且旗下的七家幼儿园都实施了该项目的有关落地化内容,不但保障了场地的建设,而且组成了强有力的教育团队。2015年,东莞市西湖幼儿园根据《幼儿园教育指导纲要》开始进行课程的具体搭建和方案的具体撰写,严格贯彻了幼儿园指导纲要的文件精神,逐步促进了健康教育课程的初步完善。到2022年,项目进入了开发阶段,对具体课程内容进行了一系列的调整,实施了科学的评价体系,在不断地课程实施跟踪与观察中,旗下的七个幼儿园每个年龄段都建立了幼儿园健康生活活动案例集。主要包括幼儿园的作息表、进餐时间、学习时间、午睡时间、生活安全教育等方面。水霖生态农业合作所不但成立了健康饮食生态教育基地,而且联合幼儿园的老师一起开展了生态种植园活动,开展了蔬菜的种植,配送,加工,饮食等一系列健康饮食教育课程的开发建设。这些案例集和生态园的教育内容,以及师生参与健康生活课程实施的细节,都被收集到了园中的档案之中,例如《岗位职责说明书》和《后勤工作手册》,完整地记录了幼儿教育和管理的一点点滴。

二、健康课程的培养目标

1. 优秀素养

学前基础教育阶段的学习中,幼儿会拥有了健康意识,并且拥有了基本的生活、健康、生活习惯和生活能力。为了

强化幼儿园阶段的健康教育成果，教育目标应该让幼儿学会与他人交流的能力，在交流体验中交换健康心得，通过协作与团队合作，理解他人的成就和榜样的力量和模范榜样的精神力量，学会与他人相处，认识周围的伙伴，正确处理伙伴与自己之间的关系，学会人际交往与人际交流^[4]。此阶段的健康教育目标不仅仅是幼儿的生活健康理念，而且是人际关系健康的融洽。老师应该教会幼儿善于自己，善于处理自己与他人之间的关系，善于处理自己与外界、自然和社会的关系，养成自控的生活能力、善良与感恩的社会心态，在人际关系沟通中懂得分享，懂得关心与爱护，这些良好的品质都是健康身心理念形成的重要基础。与此同时，教师要在情境化的教学设计中，帮助幼儿形成生活自理能力，形成独立生活的意识，形成良好的交往习惯，交往行为和健康的生活理念，促使儿童在集体生活中健康成长，阳光成长，快乐成长。与此同时，教师也应该在集体活动中增加一些有助于机体健康的活动，以便于幼儿增强体质，提高运动能力，增强安全意识，以便更好地适应社会生活。同时，健康教育也能促进幼儿在集体生活中更加安全，为父母建立儿童成长保障机制，为父母省心省力。

2. 学会探索

处于学前阶段的幼儿不再是简单地处理自己和周围伙伴的关系，儿童与世界的关系也不仅仅局限在师生关系和父母关系。儿童此阶段的社会关系会充分地融入到社会，融入到自然。所以在教学目标的设计中，首先要教会幼儿客观地对待自然，客观地理解物质，教会幼儿正确的面对社会与世界的冲击和洗礼，想要满足这一教学目标需要，需要为幼儿的活动建立一系列的保障机制和教学实施，不断地发展幼儿的创造力和合作能力，激发幼儿的情感和想象能力，促进幼儿个性的发展和人格的形成。个性化的发展是幼儿符合社会发展条件的重要基础，是幼儿心灵健康成长的重要基石，它能够促进幼儿形成自己的独立认知，而不被外界的挫折所影响，能够促进心理健康的发展。第二，要教会幼儿亲近大自然，理解大自然，认识大自然，了解人与环境的依存关系，让通过有效的户外活动设计，教会幼儿探索世界和认知世界，培养幼儿认识环境的兴趣和能力，培养幼儿关心周围环境，积极参与融入环境的探究能力，激发幼儿的求知欲和好奇心，让他们掌握独立生存、探索世界的基本能力。

3. 学会表达与表现

为了促进幼儿有效的融入生活与融入社会，要教会幼儿学会表达与表现。一个内向沉静的儿童不容易被社会所认

可，所以教师要引导幼儿积极发展自己的核心交往能力，要主动认识周围的世界和人物，帮助幼儿掌握一些基本的表现手法与表达自我的手法，引导幼儿积极地表达自己，包括自己的想法，自己的思想，自己的认知，自己的经验，自己的快乐生活，认知自己的心灵感悟等等，让幼儿初步接触接触多元化的事物，丰富幼儿的文化认知体验，教会幼儿体验生活中的真善美，发掘幼儿的审美情绪，这些都能够促进幼儿身心的健康，特别是心理素质的养成。学会表达与表现，能够促进幼儿适应环境的能力。表达自我与表现自我，不一定要通过语言的方式也通，也可以通过非语言的方式来组织幼儿的表现与表达能力。可以通过活动的设计、游戏的设计，促进幼儿积极表达和表现生活、表达自我，同时，在活动过程中还可以增强幼儿健康的体魄，助力幼儿健康成长^[5]。

三、幼儿园健康教育的现状

1. 课程内容设计有失偏颇

当下的很多学前教育，只将健康教育内容放在一些体育课程上。然而，体育课程和幼儿生活的联系并不多，是单纯的体质改善和运动技能教授，而且体育课只是短短的20分钟，不能够有效地保护儿童的身体，不能够教会学生安全生活的自我能力。中国学前教育研究会发布了一项关于幼儿健康教育的规定，文件中规定，儿童的健康行为养成不仅仅是健康知识的学习，而且是健康能力的培养。从这一点我们可以看出，健康教育的目标是落在行为习惯的养成和健康能力的养成，而不是知识的积累和知识的死记硬背。不过，目前幼儿园的健康教育中，教师仍然把重点放在知识的灌输上，通过反复提醒幼儿遵守健康教育规则来对儿童进行健康教育，这种矫枉过正的错误行为容易使幼儿发生逆反心理。其实，健康教育的内容包括很多方面，它包括体育学教学、生活安全教育，生活自我能力教育、饮食结构与健康教育、心理健康教育等等，不应该只在体育课内容上体现。应该从幼儿的生活点滴和学校日常点滴进行联合教育，综合教育，培养学生健康的行为习惯，而不是健康知识和健康守则的灌输，这使这样会使健康课程内容涉及有失偏颇，健康教育得不到真正的落地化和有效实施。

2. 健康教育方法不科学化

目前的健康教育方式存在着很多矛盾点，有很多幼儿园老师只是简单地对健康知识进行讲解，而没有课堂互动，也不注意观察小孩子的反应。例如在课堂上经常采用一些健康挂图的形式来对幼儿进行健康知识讲解，教育内容、教育方式不是很形象、不是很具体，幼儿容易分散精力，我们在一

次健康教育课堂观察中发现,老师正在给幼儿讲红眼病的知识,可是因为知识的繁多而冗长,很多幼儿听得不耐烦,在下面不停地揉眼睛。但是这种矛盾的体现,教师根本没有注意到,整堂课的教育效果不是很良好,这种充满健康教育矛盾的现象,不仅体现在日常的幼儿园健康教育中,很多电视节目甚至也表现了健康教育内容的有效化缺失。例如在《今日说法》五一特别节目中,有一个训练学生安全意识的环节,节目组找了十个学龄前的孩子。工作人员问他们,如果有陌生人敲门,你们该怎么办?孩子们通过日常的强硬化和规律化教学齐声回答道:不能开门。但是,他们这种健康意识仅仅停留在对健康知识和健康规则的死记硬背上,然而进入真实的场景中,孩子们的反应却不尽相同。当陌生人以查水表的身份来访时,或者以父母、亲朋好友来访的理由哄骗孩子们开门时,十位小朋友只有一位孩子没有开门,其他的小朋友都热情的地进行了接待。这种教育说法与现实场景、真实场景相矛盾的情况,体现了正确健康内容教育的缺失。

3. 教学实施路径不多元化

当下幼儿园的教育实施路径比较单一化,没有围绕主题进行多渠道、多渠道拓深拓宽,教育内容的比例严重不足。在幼儿园中应该设立专题健康教育、一日健康教育,以及将健康教育课程结合到其他主学科的渗透之中。在节假日的时候,应该联合家长开展健康教育,这样才能实施教学路径的多元化,形成健康教育的多方互动,使健康教育深入到幼儿的学习与生活之中。

4. 教师对健康教育概念认识不足

基于很多幼儿园教师教学阅历和人生经验的局限性,很多幼儿园老师因为年龄比较年轻,健康知识认识不足,所以不能够对幼儿的健康教育进行以下的指导^[6]。甚至,部分幼儿园的教师认为健康教育就是身体锻炼和营养保健,这种对健康教育认识的肤浅性,导致幼儿园老师在日常教育中无法对全面的大健康教育理念进行有效渗透,不能够注重幼儿的全面健康发展,只是关注幼儿的卫生与饮食还有体育课的锻炼情况,这些认识不够宽泛,忽略了儿童社会适应能力和心理健康教育的养成、心理健康方面的教育。很多幼儿园老师认为,健康教育属于保健医生的责任和任务,自己只是负责教授主自然学科,对于儿童的健康教育有一种漠视的态度,甚至把这些健康教育的责任推给家长。

四、幼儿园健康教育课程实施策略

1. 利用多媒体加强幼儿园健康教育

健康教育虽然重要,但是本质上来说是一个略显枯燥的

内容,所以幼儿园应该加强多媒体教学的手段,丰富教学方案,突破教学难点,使教学应有节奏感,拥有视觉效应,拥有体验感,这样才能给幼儿提供感悟和思考的时间。比如在实施篮球运动教育的过程中,因为篮球的技术动作要求比较复杂,难度系数比较高,所以可以结合视频教学进行让学生观看灌篮高手的视频,也可以去网络上下载一些演示投篮动作、运球动作的视频,利用慢镜头的方式逐个动作分解给儿童,让儿童有时间进行演练进行。幼儿园教师的综合素质,对于健康教育的实施具有重要作用。教师首先应该具有健康意识,不断增强自己的身体素质。教师是幼儿的第一榜样,如果教师有身体的健康意识,有强大的心理适应能力,那么幼儿也会模仿其行为生活能力和习惯,所以幼儿园的老师必须要做到以下三点,首先要关注儿童的身体健康,其次要关注儿童的心理健康,再次,要关注儿童社会的沟通能力,要在日常教学中将这三个教育层面有效结合到健康教育的全过程。同时,幼儿园老师要制定出科学的健康教育方案和教学计划,有计划、有目的的实施教育方案,不断丰富幼儿的心理健康、身体健康和社会适应能力。

2. 增强幼儿园教师的健康教育意识

教师要不断构健康课程的认识与思考,从幼儿的日常生活习惯入手,让幼儿关注到直接化的健康教育内容。健康课程要遵循幼儿的身心发展规律,一个健康的儿童应该是积极的,热情地参与到自己健康活动中去,所以教师应该尽可能地考虑幼儿的健康需求、幼儿的健康兴趣,有效地结合幼儿的生活化经验,进行课程内容和设计,将实践和理论探索的多方面经验和成果有效地融合在课程开发与设计之中。与此同时,健康文化教育也要朝着多元化、社会化的方向发展。只有从文化上根植于本地的地域文化,幼儿园健康教育课程才能充满落地的可能性,才能充分利用本地的公共资源、教育环境,努力营造出充满本地特色的健康课程文化,将幼儿园的健康课程与家庭、与社区、与社会充分结合。

3. 构建健康教育课程的思考与认识

健康目标的制定能够使健康内容有效地按阶段、按进度执行,最终达到健康教育幼儿的目标。教师应该将目光放在了解幼儿的生活习惯上,将不同年龄段的幼儿分层次展开教学调研,了解教育目标,了解教育需求,制定教育目标,因为不同年龄段的生活习惯和基本自理能力不同。

4. 构建健康教育课程的探索与实践

(1) 确定健康教育的目标

健康教育内容的选择要贯彻教育目标的执行,要对教育

目标进行有效分解,同时也要符合幼儿的身心发展需要。要制定内容不超纲、不落后的健康教育内容,例如自我保护,保护牙齿、安全外出、安全教育等等,这些都是幼儿生长成长中必须建立的社会健康经验和身体健康经验。教师应该仔细观察幼儿园在学习生活中的表露,观察他们在交往中的真情流露和情感发泄,这样就能体验到幼儿的缺点、优点。要根据幼儿的缺点、优点、强势和弱势来丰富健康教育内容,同时也要根据幼儿的兴趣来提升健康教育内容的适应性。教师要认真对待幼儿的每一个天真性的问题,选择有价值的内容,开展健康教育活动,也要和家长建立交流渠道。家校共育是健康教育内容实施化有效实施的重要渠道,只有通过家长的有效合作,才能了解幼儿园幼儿的困惑,以此来切入点设计相关的健康教育内容。

(2) 选择健康教育的内容

教师的设计目标不同,教学内容也应该不同。例如,小班的同学要学会基本的生活自理能力,主动洗手,主动进餐,安静睡觉,正确整理玩具。而中班的同学应该做到一定的生活规律,养成做到自己穿衣服,保持整洁的卫生习惯,并且对常见的食物能够做到不挑食,不偏食。对于大班同学来说,不仅需要初步的生活自我能力,还需要建立一定的营养科学知识,知道哪些食物吃到身体内会对身体具有健康作用,而且要培养大班幼儿独立睡觉的能力。

(3) 健康教育的主要形式

健康教育的主要形式可以有以下三种,第一,通过幼儿园的主题活动来进行主题活动,要按照大小中班儿分别开展系列化的健康教育活动,将教育内容和其他学科的区域教学有效地整合在一起,完成主题日的健康教育活动,二、通过案例教学来实施健康教育。案例教学是通过列举生活中的安全典范、安全盲区来帮助幼儿设立健康教育内容和形式。例如,有些幼儿经常忘记关水龙头,教师就可以以此为活动内容来举例说明关水龙头的重要性,这既符合儿童的生活经验,也符合儿童的兴趣需求,能够达到一定的教学效果。三、家园活动。要和家长保持密切的联系,共同开展健康教

育活动,要让教师、家长、幼儿有共同交流的机会。将相关的教育内容进行有效的传达,活动中三方可以共同游戏,共同沟通,一起达到家园共建健康和谐生活的目的。

(4) 健康教育的运用方法

在健康教育的方法运用上,应该促进各种教育手段在健康教育中的实施。健康手段的丰富化和多样化,能够让幼儿亲身感知,能够学习得快,能够深刻地领悟。例如通过摄像法、情景表演法、讨论沟通法、电脑动画法等等,通过拍摄幼儿在生活中的表现,用大屏幕投放给全班的同学看。既能获得良好的教育成效,还能够树立教育典范。这种健康教育方法的适用性已经得到了普遍的印证,能够充分调动其他儿童的主动性和积极性,帮助他们各自发挥各自的能力来深入学习健康教育内。

结语

幼儿园健康课程教育应当结合幼儿园的生活经验、生活规律和行为习惯,从日常生活的点点滴滴出发。深切体会幼儿的兴趣爱好,促进幼儿园学习和生活的有益进步,在幼儿园身心健康得到主动发展的模式下,不断地为幼儿园健康教育水平增添力量。

参考文献

- [1]陈玲. 浅谈幼儿园健康教育课程[J]. 动漫界:幼教365, 2021(48):2.
- [2]伍灶卿. 体验,分享,感悟,成长——浅谈如何开展幼儿园心理健康教育活动课[J]. 科教导刊: 电子版, 2020(2):2.
- [3]游英. 幼儿园健康教育课程开发与建设研究[J]. 华夏教师, 2022(5):2.
- [4]臧蓓蕾. 幼儿园健康教育活动中的领域渗透[J]. 早期教育, 2022(04):38-41.
- [5]聂晶卉. 关注幼儿生活,提升幼儿园健康教育质量[J]. 智力, 2020(27):183-184.
- [6]姜双. 幼儿园健康教育的路径分析[J]. 读写算, 2020(08):42.