



天津市河东区第二十一幼儿园

TIANJINSHIHEDONGQU DIERSHIYIYOUERYUAN

健康

—— 幼儿成长的基石

● 理论篇

主编 赵金华



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PUBLISHING



◀ 河东区赵尚武区长来我园慰问师生



▶ 河东区区委领导和教育局局长来我园视察





► 河东区副区长吴秀宏
与我国幼儿一起游戏



◀ 「六一」节慰问小朋友
河东区人大主任赵昆及区局领导



◆ 优雅、洁净的幼儿活动乐园



► 富有朝气的教师队伍



▲ 我园创编的“圆筒”操

▼ 孩子们饶有兴致地挑战自我



▲ “心情俱乐部”是孩子们乐于表现的好地方



▲ 看！我有多勇敢

阳光 快乐 健康

《幼儿园教育指导纲要》中明确指出：“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。培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标”。《纲要》带给我们的启示是：为了促进幼儿的健康成长，既要重视幼儿的身心保健教育，又要通过体育锻炼增强幼儿的体质，做到保健与锻炼并重。

天津市河东区第二十一幼儿园的领导和教师们认真贯彻落实《纲要》的精神，坚持“健康第一”的育人目标，在深化幼儿园课程改革的进程中，不断探索，精心谋划，将健康教育与幼儿的健康成长、教师的专业发展及园所的特色培育紧密结合起来，走出了一条特色教育立园、兴园之路。1999年，被天津市学前儿童健康教育委员会首批命名为“天津市儿童健康教育基地”。为我区乃至全市健康教育起到了引领、示范的作用。近年来，他们注重历时性与共时性的统一，探讨幼儿健康教育的理念，丰富健康教育的内容，使孩子们形成健康的态度，养成健康的行为，获得基本的健康知识。让幼儿园真正成为孩子们精神愉悦、身心康健的乐园。

教育人常说：特色教育需要有特色教师的支撑。走进第二十一幼儿园，我们看到的是每一面墙壁都会跟孩子“说话”，每一处有限的空间都能供孩子“活动”。围墙改造成了攀岩区，“U”型的教学楼之间开辟为轮滑场……这无不浸透着教师的智慧和辛劳。

翻开《健康——幼儿成长的基石》一书，透过字里行间，我又

一次被园长、教师的精神所感动。19篇经验论文、36个体育活动设计、40个体育游戏的编排,让我深深地感悟到,教师们跳出了健康教育研究固有的模式。他们的研究体现了“新”、“实”、“活”的特点,“新”,即思考有深度思路新,研究有突破视角新;“实”,即理论联系实际,内容贴近实际;“活”,即经验具有鲜活性,活动具有普及性。这是一次非常有意义的梳理,反思与总结,是教师实践的结晶。

我相信《健康——幼儿成长的基石》的出版,定会给幼教工作者以启迪,促进其在日常教学中研究新问题,总结新经验,促进其教育观念的转变和心智结构的更新。

教育需要思想,需要有思想的园长去引领,需要有思想的教师去探寻。愿你、我、他,沐浴着思想的阳光、享受着工作的快乐、收获着身心的健康。

在此,祝第二十一幼的教师和小朋友们幸福、快乐每一天!

河东区教育局副局长: **闫红霞**

2008年6月12日

前 言

身心健康是幼儿发展的重要基石。《幼儿园教育指导纲要》中明确指出：“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”。也就是说，健康是幼儿成长的第一要素，是幼儿身心发展的起点，是幼儿获得未来幸福的基础。

当今和未来社会发展，对人的素质提出了全新的要求，只有“躯体健康、心理健康、社会适应能力良好和道德健康”四方面健全的人，才是完全健康的人，才能承担起祖国建设的重任，才能创造世界和未来。

我园多年来，树立“健康第一”的理念，遵循陈鹤琴先生提出的“身体健康是一个人做人、做事、做学问的基础”的活教育思想，借鉴加德纳的“多元智能理论”、维果斯基的“最近发展区”、以及中外知名教育专家的先进教育理念，结合我园实际，以健康教育为切入口，着力培养健壮的体魄、健康的心智、健康的人格，“三健”发展儿童，为幼儿的终生发展奠定坚实的基石。

本书是我园“十五”和“十一五”期间探索幼儿健康教育之路的些许经验和研究成果（共分理论篇和实践篇两册），虽研究能力与水平有限，但我们力求突出以下特点：

1. 探索性：幼儿健康教育的路径和课程形成，是在教师们多年认真积极的探索研究中一点一滴地积累，一步一步地前行摸索出来的，它记载着教师们大胆探索、不断实践、反复思考、不畏困

难、不怕失败的苦与乐的过程,体现了我国教师高尚的职业理想和执着的事业追求。

2. 实用性:本书内容本着幼儿健康教育目标的切实落实,从教师的实际工作出发,为教师科学合理地组织幼儿健康教育活动提供帮助,为幼儿园科学合理地制定幼儿营养食谱、创新特色食谱给以启示。为最大限度地促进幼儿健康和谐发展提供可操作性、实用性的案例。

3. 开放性:我们既注重国内外先进的健康教育理论、理念为指导,又注重健康领域多方面、多角度内容的实践积累,并如实地展示给大家,以伺与幼教同仁分享,谋求幼儿健康教育研究的共同发展与提高。

多年来,我园幼儿健康教育的实践与研究,得到了市区各级领导和幼教专家同仁的热情帮助、支持与指导,借此向他们表示衷心地感谢!

让每个幼儿拥有最佳的人生开端,获得健康、健全、健壮地发展是我们美好的心愿和不懈的追求!

书中如有不当之处,敬请领导、专家与同仁赐教。

河东第二十一幼儿园

2008年7月

目 录

理论成果篇

探索多样有效的体育活动,促进幼儿身心健康和谐发展·····	赵金华(3)
在户外体育活动中促进幼儿创造力发展的研究·····	赵金华 梁玉敏(21)
浅谈大班幼儿情绪调控能力的培养·····	李 丽(32)
运用勒温儿童心理学理论对敏感型问题儿童实施干预的案例研究 ·····	徐 颖(38)
创设情境化户外体育环境·····	殷国敏(43)
品行障碍问题幼儿的适宜教育策略初探·····	孙金慧(49)
塑“健康教育”品牌,创优质幼儿教育·····	赵金华(54)
对托班幼儿生活自理能力的培养·····	张雅静(59)
对中班幼儿亲社会行为发生现状的调查·····	殷国敏(66)
关注幼儿心理健康,促进幼儿健康成长·····	赵金华(71)
开展创编体育游戏,挖掘大班幼儿创造潜能的初探·····	邱 健(76)
以幼儿为主体开展小班体育游戏分层指导的研究·····	贾 艳(81)
中班幼儿分享行为的教育对策研究·····	贾 艳(85)
对小班幼儿情境化体育活动的研究·····	贾 艳(90)
解决幼儿退缩性行为的初探·····	邱 健(96)
有关自闭儿童的个案研究·····	李 丽(102)
对新小班幼儿入园期沉默行为的分析·····	李 红(107)
浅谈每日膳食微机管理对促进幼儿生长发育的影响·····	李 红(111)
饮食干预对降低幼儿贫血效果的评价·····	张丽娟(115)

体育活动篇

变魔术的平衡板	(121)
袋鼠回家	(123)
车轮滚滚	(125)
聪明的小猫	(127)
大耳图图来滚球	(129)
黑猫警长	(131)
可爱的海绵宝宝	(133)
快乐的福娃	(135)
小小飞行员	(137)
小熊斗怪兽	(139)
救援行动	(141)
运海洋球	(143)
运炮弹	(145)
快乐的小青蛙	(147)
蟒蛇捕食	(150)
飞越恐龙岛	(152)
好玩的轮胎	(154)
泡泡宝宝旅行记	(156)
小猫顶球	(158)
小羊和狼	(159)
杂技表演	(162)
炸春卷	(164)
帮袋鼠妈妈过河	(166)
有趣的小椅子	(168)
划大船	(171)

可爱的小海龟	(173)
懒猫和老鼠	(175)
少林小子	(177)
羊宝宝上山	(180)
小花猫找食	(182)
寻宝藏	(184)
好玩的呼拉圈	(186)
能干的小企鹅	(189)
小刺猬捡水果	(191)
灌篮高手	(194)
采松果	(195)

体育游戏篇

(一) 爬的游戏

我是一辆小推车	(199)
小乌龟旅行记	(200)
小羊赶小猪	(201)
勇敢的白猫警士	(203)

(二) 跑的游戏

蓝猫与黑客	(205)
-------------	---------

(三) 平衡的游戏

过桥寻宝	(206)
森林救险	(208)
杂技明星	(210)

(四) 跳的游戏

大灰狼和小青蛙	(211)
小猫钓鱼	(212)

救助朋友	(214)
小袋鼠造房子	(216)

(五) 投掷的游戏

碰碰球	(218)
勇敢的奥特曼	(220)
运球大比拼	(222)

(六) 综合游戏

奥运圣火接力赛	(224)
采蘑菇	(226)
长臂猿夹球赛	(228)
动物乐园送美味	(230)
龟兔赛跑	(232)
红十字队员	(234)
鸡毛信	(236)
快乐的小汽车	(238)
母鸡下蛋	(240)
神奇的蜘蛛侠	(242)
天线宝宝寻宝	(244)
小动物找家	(246)
小和尚挑水喝	(248)
小猴摘桃	(249)
小兔子乖乖	(251)
鸭子提水	(253)
勇敢的消防员	(255)
勇敢的小矮人	(256)
勇战怪兽	(258)
炸碉堡	(260)

摘丰收果	(262)
纸盒趣多多	(264)
赛龙舟	(266)
捕 鱼	(267)
蚂蚁钻洞	(268)

理论成果篇



萬里新聲



THE UNIVERSITY OF CHINA PRESS





探索多样有效的体育活动， 促进幼儿身心健康和谐发展

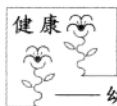
赵金华

当今和未来的社会发展，对人的素质提出了全新的要求。世界幼儿教育共同的目的都是追求幼儿全面和谐的发展，面向 21 世纪“培养健康活泼、好奇探究、文明乐群、勇敢自信，有初步责任感的儿童”已成为社会的共识。“健康活泼”放在了首位，强调体育运动对儿童健康、智力、创造力、情感和社会性发展的意义，也是当今世界学前教育发展的趋向。

《幼儿园教育指导纲要》明确指出：“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”。幼儿期正处在长身体、长智力，个性健康发展的关键期。“儿童需要运动，儿童热爱运动”，为此，要使幼儿园体育活动科学有效，丰富多样，真正促进幼儿健康和谐发展，就必须研究体育活动，研究促进幼儿健康和谐发展的有效途径和方法。近年来，我园作为天津市儿童健康教育基地，以研究多样、有效的体育活动为突破口，以实现幼儿园育人目标为出发点和归宿，充分利用幼儿园有限的活动空间，从体育的多维效应，多序组合，多种活动的角度，试图通过对幼儿体育活动的目标体系的建构，创设合理科学的户外体育环境，优化幼儿体育活动过程，提高幼儿体育活动质量，达到促进幼儿身心和谐发展的目的。

一、创设和提供开放、多变，富有挑战性和实效性的户外体育活动环境，发挥环境和器具的最大效能

幼儿体育活动质量的优化和幼儿体能的优质发展与外部条件和环境密切相关。环境器械可以引发幼儿进行体育活动的愿望和构想，并产生相应的行为和活动。体育环境与器械的创设对幼儿体育活动的过程与质量起着至关重要的作用。我园户外活



——幼儿成长的基石