

YAN JIU YU CHENG ZHANG

实施《幼儿园教育指导纲要(试行)》系列用书·学前班教师用书

研究与成长 学前班 教育活动指导

(上学期)

XUEQIANBAN
JIAOYU HUODONG
ZHIDAO

湖南省教育科学研究院基础教育研究所/编



湖南科学技术出版社

YAN JIU

NG ZHANG

实施《幼儿园教育指导纲要(试行)》系列用书·学前班教师用书

研究与成长 学前班

教育活动指导

(上学期)

湖南省教育科学研究院基础教育研究所/编

主 编：周丛笑 刘美罗

编写人员：周 晶(健康领域 社会领域)

周丛笑(语言领域)

张 洁 王 霞(科学领域)

刘美罗(艺术领域)

湖南科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

研究与成长. 上学期: 学前班教育活动指导 / 湖南省教育科学研究院基础教育研究所编. —长沙: 湖南科学技术出版社, 2005. 8

ISBN 7-5357-4385-4

I. 研... II. 湖... III. 学前教育—教学参考资料
IV. G613

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第104232号

研究与成长——学前班教育活动指导 上学期

编者: 湖南省教育科学研究院基础教育研究所

责任编辑: 喻 明

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-4375808

印 刷: 长沙市银北盛印务有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市岳麓区观沙岭

邮 编: 410013

出版日期: 2005 年 8 月第 1 版第 1 次

开 本: 850mm×1168mm 1/16

印 张: 13.75

字 数: 358000

书 号: ISBN 7-5357-4385-4/G·619

定 价: 18.00 元

(版权所有·翻印必究)

前言

为了提高学前班教养工作水平,促进学前班幼儿积极、健康、幸福、快乐成长,我们根据学前班幼儿身心发展特点和教育部 2001 年 7 月 2 日颁发的《幼儿园教育指导纲要(试行)》(以下简称《纲要》)精神,编写了学前班教师指导用书,旨在指导学前班的教养工作,提高学前班的教育教学质量。

一、编写的指导思想

1. 倡导科学的幼儿教育理念,强调幼儿身心的全面发展。
2. 立足于改善幼儿的学习方式和教师的教育教学方式,让幼儿学会学习,使教师树立正确的儿童观、教育观、人才观。
3. 突出“促进幼儿、教师、家长共同成长”的思想。
4. 体现近年来幼教改革的科研成果和广大教师、家长的实践经验。

二、编写的基本原则

1. 科学性原则:遵循幼儿身心发展规律,促进幼儿身心全面发展。
2. 生活性原则:以现实生活为基本源泉,提供与幼儿生活和想象紧密相连的、孩子确实需要和感兴趣的知识经验和相关信息,寓教于游戏、生活中。
3. 时代性原则:全书以《纲要》为依据,从内容和形式上反映时代特点,渗透终身教育理念。

三、编写的基本特点

1. 实用性强:既能指导教师、家长科学育儿,又能使幼儿学会自己学习,让幼儿身心得到同步发展。
2. 注重幼儿的操作:全书的操作性强,且形式多样,对幼儿既有吸引力,又富挑战性,能使幼儿在主动操作中获取有益的经验 and 体验。
3. 富有生活气息:从幼儿的生活经验和兴趣出发,从生活中来,到生活中去,使幼儿在不知不觉中获得快乐的童年生活经验,为其终身可持续发展打下基础。

四、编写的主要内容

该书共分两册(上、下学期各一册),以幼儿的生活和其必需的关键经验或体验为中心,构成编写思路,每册按以下体例编排:

分领域(健康、语言、社会、科学、艺术)编写学前班教育活动设计,每领域均从总目标、学期教育目标、学期教育活动内容与要求、学期教育活动指导要点、学期教育活动设计目录、学期教育活动设计参考几方面进行编写,供教师在实际工作中选择和参考。

每个活动设计包括:

活动目标:根据《幼儿园工作规程》提出的总目标、《纲要》提出的领域目标及学前班幼儿的身心发展特点,结合各领域具体教育内容,从幼儿发展的角度制订了各具体教育活动的目标,目标均关注幼儿情感、态度、能力、知识、技能等方面的均衡发展。

活动准备：指明围绕教育活动，教师、幼儿、家长该怎样结合当地的实际情况，因地制宜、因陋就简地准备教育教学材料，创设一个能为幼儿提供操作机会、表现机会及多种探索可能的丰富而有教育意义的环境。

活动过程：每一活动均充分考虑幼儿的学习特点和认识规律，注重各领域内容的有机联系、相互渗透，注重综合性、活动性、趣味性、操作性、游戏性和情境性，既关注到了幼儿的学，也关注到了教师的教，既强调了幼儿主体性的发挥，也强调了教师主导性的发挥。

活动提示：主要提示该活动的其他设计思路；该活动在其他环境和条件下的延续；该活动幼儿的学习难点与教师的指导重点；该活动中的个别化教育；日常生活各环节和及家长可围绕该活动进行的随机教育和渗透教育等。

附录：该活动的其他参考资料，如：儿歌、童谣、故事、图片、小实验、歌曲、游戏等，教师可以根据实际需要灵活选择。

五、使用的注意事项

1. 我们对教学内容的选择，是根据理论推测进行的，因此，内容的选定和顺序编排并不是一成不变的，教师可以根据本地、本班的实际情况予以取舍和调整。

2. 我们的活动设计，只是给教师提供一个思路，仅作参考，因此，教师在开展教育教学活动时，要注意深入研究教育策略和教学方法，注意遵循各个领域自身的教育规律，做到有的放矢、因人施教、因材施教。

3. 我们为教师提供了大约每学期十九周的教育内容及相关素材，目的是给教师以选择的空间和余地，教师可以按书上给予的提示综合考虑、统筹安排，不一定全部上完。一般情况下，每天的集体教学活动不得超过3节；一日活动中，早晨可多安排欣赏、谈话、桌面游戏或锻炼等活动，上午可安排2节集体教学活动，下午最多安排1节教学活动，其余时间可以带幼儿做操、开展游戏、户外活动等。

4. 在学前班的教育活动中，教师应多组织幼儿开展游戏、小实验、观察、制作等多种形式的活动，使幼儿在活动中学习，在操作中学习，在实践中学习，在大自然中学习，在与社会交往的过程中学习，以促进幼儿快乐地、健康地、富有个性地成长。

囿于编写人员水平有限，书中肯定存在这样或那样的缺点和不足，恳请广大教师在使用过程中给我们提出宝贵意见，以便于今后修订。

编委会

目 录

健康领域

教育内容与要求	(2)
活动设计	(4)
活动设计参考目录 (健康)	(4)
脸上的好朋友	(5)
我的四肢	(5)
摔了一跤	(6)
听信号走	(7)
走一走,拍一拍	(11)
谁的步子大	(11)
我有卫生好习惯	(12)
危险的地方我不去	(12)
有用的标志	(13)
跑一跑,拍一拍	(14)
老狼,老狼几点了	(14)
小花猫	(15)
快乐的苹果树	(15)
会变的脸	(15)
我会这样跳	(16)
好玩的报纸	(16)
小猫晒鱼	(17)
小小邮递员	(17)
黑夜里的怪声	(18)
我不怕	(19)
小小杂技员	(19)
送公粮	(20)
气球大赛	(20)
踏石过河	(20)
有营养的饭菜	(21)
踢毽子	(22)
打雪仗	(22)
跳房子	(23)
奥运会	(23)
小小运动会	(24)

语言领域

教育内容与要求	(26)
活动设计	(30)
活动设计参考目录 (语言)	(30)
上学啦	(31)
上学的路上	(32)
太阳花	(33)
我的朋友多	(34)
祖国,祖国,幸福的摇篮	(34)
红红的太阳	(36)
聪明的中国人	(37)
祖国到处是欢乐	(37)
欢乐的国庆节	(38)
房子变色了	(39)
小鸟的家	(40)
我家小池塘	(41)
我的家乡	(42)
一片小红叶	(42)
秋收了	(44)
秋天的雨	(45)
秋姑娘	(46)
金色的秋天	(47)
音乐气垫火车	(47)
拼图讲述	(48)
云朵	(49)
奇妙的.....	(50)
草地上的故事	(51)
星星和哨兵	(52)
罗盛教叔叔的故事	(52)
解放军叔叔真棒	(54)
谁能找到松果	(55)
谁的耳朵	(55)
小老鼠看电视	(56)
一封图画信	(57)

咏鹅	(58)
有趣的动物	(59)
渔夫和金鱼	(60)
雪天的小鸟	(63)
冬娃	(64)
给小桃树穿棉袄	(65)
卖火柴的小女孩	(65)
寒冷的冬天	(67)

社会领域

教育内容与要求	(70)
活动设计	(72)
活动设计参考目录(社会)	(72)
我	(72)
我们的学前班	(73)
我和朋友在一起	(74)
做有礼貌的孩子	(74)
值日生	(75)
祖国妈妈的生日	(76)
升国旗啦	(77)
我是中国小男孩	(78)
中国饭菜花样多	(79)
月饼圆又圆	(79)
我爱爷爷奶奶	(80)
我的家	(81)
我是妈妈的小帮手	(82)
我的家乡	(82)
家乡的农产品真多呀	(83)
赶场去	(83)
有用的电话号码	(84)
狼来了	(84)
我不会这样做	(86)
我会玩的民间游戏	(87)
关心别人最快乐	(87)
城市	(88)
在城市中游玩	(89)
热闹的超市	(89)
快过年了	(90)

科学领域

教育内容与要求	(92)
---------------	------

活动设计	(95)
活动设计参考目录(科学)	(95)
水的三态	(96)
沉与浮	(97)
害虫与益虫	(97)
各种各样的种子	(98)
植物的什么部分可以吃	(99)
好玩的沙子	(99)
自制小沙锤	(100)
植物的茎	(100)
野花野草	(101)
交通工具	(102)
交通标志	(102)
家用电器真方便	(103)
神奇的电脑	(104)
秋天的叶子	(104)
爱护花草树木	(106)
好吃的水果	(106)
好吃的干果	(107)
有趣的轮子	(108)
旋转的陀螺	(108)
白天和黑夜	(109)
动物是怎样睡觉的	(110)
有用的工具	(111)
有趣的磁铁	(111)
奇妙的声音	(112)
各种各样的通信工具	(113)
会变的颜色	(113)
环保颜料	(114)
有趣的镜子	(115)
会变的影子	(116)
玩石头	(116)
神奇的变化	(117)
动物怎样过冬	(117)
各种各样的桥	(118)
神奇的纸桥	(119)
哪个溶解得快	(120)
认识时钟	(120)

科学领域(数学)

教育内容与要求	(124)
活动设计	(127)

活动设计参考目录〔科学(数学)〕

.....	(127)
哪个放错了	(128)
分一分	(129)
数字娃娃	(129)
多、少、一样多	(130)
5 以内数数	(131)
比较多少	(131)
比较多少	(132)
认识序数 1~5	(133)
认识 5 以内相邻数	(133)
认识 10 以内相邻数	(134)
书写数字 1、2	(135)
上下前后	(135)
长短粗细	(136)
远和近	(136)
左和右	(137)
排序 1	(137)
排序 2	(138)
圆圆的世界	(139)
方方的世界	(139)
图形变变变	(140)
排序 3	(141)
书写数字 3、4	(141)
3 以内数的组成	(142)
3 以内的加法	(142)
3 以内的减法	(143)
4 的组成	(144)
4 以内的加法	(144)
4 以内的减法	(145)
5 的组成	(146)
书写 5、6	(147)
5 的加法	(147)
5 的减法	(148)
复习 5 以内加法	(149)
复习 5 以内减法	(149)
单数和双数	(150)
复习与游戏	(150)

艺术领域(音乐)

活动设计参考目录〔艺术(音乐)〕

.....	(156)
日常生活模仿动作	(157)
多快活	(158)
请你和我跳个舞	(158)
猫捉老鼠	(159)
爷爷为我打月饼	(160)
三轮车	(161)
大苹果	(162)
表情歌	(162)
国旗多么美	(164)
我们是祖国的好娃娃	(164)
国旗红红的哩	(166)
小蚂蚁	(167)
祖国妈妈我爱您	(168)
采果子舞	(168)
猴子学样	(169)
秋叶儿	(171)
王老先生有块地	(171)
挤牛奶	(172)
捉大鱼	(173)
摇篮曲	(174)
摇篮	(175)
小月亮	(176)
找影子	(177)
夸家乡	(178)
雪花和雨滴	(179)
高人走,矮人走	(180)
拍手唱歌笑呵呵	(181)
圆圈舞	(182)
冬	(182)
小看戏	(184)
不同风格的进行曲	(185)
新年到	(186)
敲锣打鼓放鞭炮	(187)
欢欢喜喜过新年	(187)
跳圈圈	(188)
新年好	(189)
这是小兵	(190)
水仙娃娃	(191)
喜洋洋	(191)

教育内容与要求

活动设计

艺术领域（美术）

教育内容与要求 (194)

活动设计 (196)

活动设计参考目录〔艺术（美术）〕
..... (196)

学前班里朋友多 (197)

泥巴真好玩 (197)

我的老师好漂亮 (198)

郁金香 (198)

吹色游戏 (198)

泥巴刻画 (199)

风琴 (199)

七彩鱼 (200)

快乐的国庆节 (200)

娃娃跳舞 (200)

稻草人 (201)

国旗多么美 (201)

秋天水果多 (202)

树叶拼画 (202)

菊花 (202)

秋游 (203)

盖印画 (203)

葡萄 (204)

小船 (204)

彩色树林 (204)

有趣的壁挂 (205)

画石头 (205)

长颈鹿 (206)

盘子 (206)

动物面具 (206)

纸袋头饰 (207)

踩高跷 (207)

有趣的礼帽 (208)

灯笼 (208)

毕加索的画 (208)

贺卡 (209)

雪景 (209)

腊梅花 (210)

我长大了 (210)

桌布 (211)

堆雪人 (211)

剪窗花 (211)

过年了 (212)



学前班

教育活动指导

健康领域



教育内容与要求

一、学前班健康领域总目标

1. 身体健康,在集体生活中情绪安定、愉快。
2. 生活、卫生习惯良好,有基本的生活自理能力。
3. 知道必要的安全保健常识,学习保护自己。
4. 喜欢参加体育活动,动作协调、灵活。

二、学前班上学期健康教育目标

1. 在集体生活中逐渐树立自信心,友好地与人相处,初步养成活泼、开朗、乐观、向上的性格。
2. 具有一定的抵御寒、暑、饥、渴的能力和抵抗疾病的能力。
3. 会自己整理衣服、收拾玩具,愿意并会收拾各种小型体育器械,有初步的独立生活能力。
4. 初步了解不同食物有不同的营养,知道人的身体需要各种营养,不挑食。
5. 讲卫生、懂礼貌,注意保持仪表整洁、保持环境卫生,有良好的生活与学习习惯。
6. 知道五官与四肢等身体器官的功能,懂得粗浅的保护方法。
7. 有粗浅的安全保健常识,能安全地使用体育器械,会躲避危险。
8. 有参加体育活动的兴趣和习惯,能初步感受运动中的美并愿意表现这种美。
9. 愿意遵守游戏规则,在活动中懂得谦让、宽容、合作,有较强的集体观念。
10. 具有体育活动方面的知识和相应的技能,走、跑、跳等各种基本动作协调、灵活,有一定的速度和耐力,姿势正确。

三、学前班上学期健康教育内容与要求

1. 在体育活动中,培养幼儿主动、乐观、

合作、勇敢等优良品质。

2. 引导幼儿学习与同伴合作游戏,学会自我调适,寻找与同伴友好相处的方法,在集体生活中保持愉快情绪。

3. 教幼儿学会自己穿脱衣服,整理衣服,收拾玩具。

4. 引导幼儿了解人体所需食物的营养成分,知道人的身体需要各种营养,养成不挑食、少吃零食的好习惯。

5. 教育幼儿爱清洁、讲卫生,注意保持个人和生活场所的整洁和卫生,养成良好的饮食、睡眠、盥洗、排泄等生活习惯和生活自理能力。

6. 引导幼儿了解五官与四肢等身体器官的功能,基本掌握处理常见外伤的最简单的方法。

7. 帮助幼儿了解粗浅的安全保健常识,知道不到危险的地方去玩。

8. 萌发幼儿参加体育活动的兴趣,养成参加体育活动的习惯。

9. 教育幼儿遵守游戏规则,在活动中学会谦让、宽容、合作,树立集体观念。

10. 指导幼儿学习走、跑、跳、平衡、钻爬、攀登、投掷等基本动作,掌握其基本要领。

走:听信号改变方向走和一对一整齐地走。

跑:听信号变速、变方向跑,接力赛跑,走跑交替。

跳:原地纵跳触物,立定跳,跨跳,尝试单腿跳。

平衡:变换手臂动作走,单腿站立,走平衡木。

投掷:抛接皮球,肩上挥臂投远,投准。

钻爬:手脚灵活地攀登与钻爬。

11. 指导幼儿使用球、圈、绳等体育器械和大型玩具进行游戏,学会收拾各种小型体育器械。

12. 指导幼儿学习徒手操和一套轻器械操,能随音乐初步感受操节中的韵律美,并愿意表现这种美,精神焕发、动作规范地做操。

13. 指导幼儿练习队列队形,听信号分队走、转弯走、变队形走;学习听信号向四个方位转向。

四、学前班健康教育指导要点

1. 确立全新的健康教育活动理念

(1) 全面健康的理念

过去人们普遍认为,没有疾病,饮食、睡眠良好就是健康。现在世界各国卫生界比较一致地认为,健康不仅包括身体各器官、组织及功能的正常,没有疾病,而且包含着健美的体型、充沛的精力、乐观向上的情绪、健康的心理品质,以及对自然和社会环境的适应力和对疾病的抵抗力等。《幼儿园教育纲要(试行)》(以下简称《纲要》)也指出:“要树立正确的健康观念。在重视幼儿身体健康的同时,要高度重视幼儿的心理健康。”在这种全面健康理念的指导下,我们把促进幼儿身心健康作为幼儿健康教育的最终目标。

(2) 生活教育的理念

我们知道幼儿健康教育的主要内容是培养幼儿良好的生活、卫生和运动习惯,以及生活自理、自我保护能力,以此来增进幼儿的身心健康。这些内容与幼儿的生活密切相关,可以说,生活中的健康教育无处不在,无时不有。所以,从本质上说,幼儿健康教育是一种生活教育,是一个长期的潜移默化的过程。为此,幼儿健康教育要根据幼儿健康学习的基本规律,整合各种教育内容与方法,渗透在日常生活的各个环节中。“要高度重视和满足幼儿被保护、被照顾的需要和随年龄不断增长的独立需要,避免过度保护和包办代替的做法,鼓励并指导幼儿自理、自立的尝试”(《纲要》),让幼儿在生活中学习本领,在生活中养成好习惯,在生活中锻炼身体,在生活中形成“主动、乐观、合作、勇敢等优良品质”(《纲要》)。

(3) 快乐学习的理念

现代生理与心理学家的研究表明:人生向来是趋乐的,经常拥有快乐的情绪便能逐步形成快乐的性格。快乐有益于人的身心健康。因此,快乐学习、快乐发展也就成了国内外追求的教育导向。对幼儿来说,只有快乐才是主动

的,只有主动才会是充分发展的。因此,在组织学前班健康教育活动时,我们要求成人“要创设一个能使幼儿感受到接纳、关爱和支持的良好环境”(《纲要》),放下架子做幼儿的朋友,“引导幼儿参加各种集体活动,体验与教师、同伴等共同生活的乐趣”(《纲要》),“为每个幼儿提供表现自己长处和获得成功的机会,增强其自尊心和自信心”(《纲要》),让幼儿最大限度地享受快乐的生活,获得快乐的心境,成为一个快乐成长的健康人。

2. 树立正确的健康观念。在重视幼儿身体健康的同时,要高度重视幼儿的心理健康。要建立互相尊重、互相关心、和谐融洽的师幼关系和幼儿之间的关系,教师尤其要尊重幼儿的人格,尊重幼儿的需要和愿望,尊重幼儿在活动中的主体地位,多留时间和空间,多安排个人和小组活动,给幼儿提供交往的机会、合作的机会、互相学习的机会、享受成功快乐的机会。要考虑幼儿的个体差异,因材施教。

3. 考虑到健康领域的活动内容与幼儿的生活密切相关,本教参在设计了专门的教育活动之余,还建议性地在活动提示中安排了一些区域活动和家园共育活动,以加强学科间的渗透与空间、时间、教育资源上的互融、互补。组织教育活动时请注意这一点。

4. 要牢记“生活即教育”的理念,将幼儿日常生活的各个环节视为培养幼儿良好的卫生习惯、生活自理能力、独立自主能力的有效途径,在循环反复、点点滴滴的琐事中让幼儿获得新的体验,新的经验,以提高自我服务能力和自我保护能力。

5. 要注意幼儿身体的全面和谐发展。要合理安排体育活动和身体负荷,促使幼儿力量、灵敏、速度、耐力、平衡等身体素质的全面发展,促进幼儿肢体的均衡发展和基本运动能力的全面发展。要深入分析本班幼儿动作、运动能力的发展特点,选择最适合幼儿发展、幼儿又最感兴趣的内容组织活动。

6. 要重视体育锻炼的随机性和坚持性,多采用练习法、游戏法、示范法。体育活动除在正规的体育课中开展外,要更多地利用日常生活进行,要善于抓住生活中能使幼儿进行锻炼的机会,如走路、用冷水洗脸等,进行随机

教育和锻炼。

7. 幼儿健康教育的内容与家庭生活内容密切相关。在学前班有个人与公共卫生问题、饮食习惯问题、安全问题等,这些在家庭中同样存在。如果学前班的集体教育与家庭教育协调一致,幼儿健康教育将获得事半功倍的效果。因此,幼儿的健康教育必须取得家长的积极配合,让家长成为幼儿健康教育的参与者,

教师最好能成为幼儿家长的合作者与指导者。

8. 要提供适合的活动器械,可以是自制的,但要便于幼儿安全使用,既能提高幼儿游戏的兴趣,又有利于幼儿动作和技能的发展。

9. 在活动中,要注意培养幼儿的规则意识和竞争意识,培养幼儿不怕挫折、勇于克服困难的优良品质。

活动设计

活动设计参考目录(健康)

分月安排	周次安排	活动内容	备注
9 月份	第 1 周	脸上的好朋友	
		我的四肢	
	第 2 周	跌了一跤	
		徒手操,听信号走	
	第 3 周	走一走,拍一拍	
	第 4 周	谁的步子大	
10 月份	第 5 周	我有好的卫生习惯	
		危险的地方我不去	
	第 6 周	有用的标志	
		拍一拍,跑一跑	
	第 7 周	老狼,老狼几点了	
	第 8 周	喵,喵,小猫叫	
11 月份	第 9 周	快乐的苹果树	
		镜子中的我	
	第 10 周	各种各样的跳	
	第 11 周	好玩的报纸	
		小猫晒鱼	
	第 12 周	小小邮递员	
12 月份	第 13 周	黑夜里的怪声	
		我不怕	
	第 14 周	小小杂技员(走钢丝)	
	第 15 周	送公粮(平衡)	
	第 16 周	气球大赛	
		过河摘橘子	

续表

分月安排	周次安排	活动内容	备注
1 月份	第 17 周	我是小小营养师	
		踢毽子	
	第 18 周	打雪仗(掷)	
		单腿跳(跳房子)	
	第 19 周	奥运会	
		小小运动会(综合)	

脸上的好朋友

(见幼儿用书第 1 页)

活动目标

1. 知道眼睛、耳朵、嘴巴、鼻子是人体重要的器官。
2. 初步了解保护上述器官的方法，知道保护这些器官。

活动准备

1. 幼儿每人准备一面小镜子、一块香橡皮擦。
2. 教师准备保护眼睛、耳朵、嘴巴、鼻子的图片若干。

活动过程

1. 幼儿游戏活动：我说你指。教师快速说出眼睛、耳朵、嘴巴、鼻子等词，幼儿迅速指着自己的相关部位。
2. 幼儿观察活动：幼儿照镜子观察自己的眼睛、耳朵、嘴巴、鼻子，和同座的朋友一起描述自己的眼睛、耳朵、嘴巴、鼻子或对方的眼睛、耳朵、嘴巴、鼻子。
3. 幼儿体验活动：我的五官有什么用。
 - (1) 幼儿蒙上眼睛走一走。
 - (2) 幼儿捂着鼻子闻一闻(闻一闻香橡皮擦、大蒜、醋等，知道鼻子是呼吸的通道，可以帮助我们呼吸，可以闻出各种气味)。
 - (3) 幼儿捂着耳朵听一听。
 - (4) 幼儿抿住嘴巴说一说。
4. 幼儿讨论活动：怎样保护好我们的五官。教师提出讨论话题，幼儿先自由讨论，再

集中表达。

(1) 眼睛：不躺着看书；不揉眼睛；不近距离看电视；不趴在桌子上写字、画画；小心玻璃、树枝等物碰伤眼睛；眼睛疲劳时做眼保健操或远望……

(2) 耳朵：不掏耳朵；不听很尖锐的声音；不将小东西塞到耳朵里……

(3) 鼻子：不掏鼻子，不揉鼻子……教给幼儿处置鼻子出血的几种办法(用手捏住鼻子上方，用药棉填塞，头后仰，用冷毛巾敷等)

(4) 嘴巴：不吃辛辣、很烫的食物……

5. 幼儿看图抢答：这样做对不对。

教师出示图片，由幼儿回答图片上的人做得对不对，并说出理由。

活动提示

1. 在日常生活中注意保护好幼儿的五官(如规定幼儿用自己的口杯和洗脸毛巾等)，并随时提醒幼儿纠正一些不良姿势。
2. 可尝试请一位盲人给幼儿讲讲眼睛失明的痛苦。
3. 提请家长配合：随时留意自己孩子五官的健康情况，给予及时的防护与治疗。

我的四肢

(见幼儿用书 2~3 页)

活动目标

1. 知道四肢的重要作用，享受四肢给自己带来的快乐。
2. 初步掌握保护四肢的方法。

活动准备

教师准备用于捆绑幼儿腿的绳子若干，并

在略高于幼儿头顶的绳子上系一些东西。

活动过程

1. 幼儿看书活动：教师引导幼儿看幼儿用书2~3页，说说人体四肢各个部位的名称（手臂、手腕、膝关节、肘关节、腿、踝关节等）。

2. 幼儿游戏活动：我说你做。教师说四肢各部位的名称，幼儿手指各部位或活动相关的部位。

3. 幼儿户外活动：我们的四肢真有用。教师带领幼儿到户外操场，开展下列活动：

(1) 幼儿做徒手操。

(2) 幼儿伸长手臂取下高处绳子上的东西。

(3) 幼儿将取下的东西跑步送向指定的地点。

4. 幼儿讨论活动：假如我们不用腿和脚能否将东西从这儿运到那儿？有什么方法？假如连手都不准用呢？教师提出讨论话题，幼儿先自由讨论，再在集体中表述。

5. 幼儿试一试：体验残疾人活动的不方便。

(1) 幼儿将一只手捆绑在腰间，用另一只手穿衣服。

(2) 幼儿一只脚不准落地，只用另一只脚走路。

6. 幼儿谈话活动：你用一只脚、一只手活动后有什么想法？你知道哪些保护四肢的方法？（不用力拉扯手臂、不踢坚硬的物体、不让四肢烫伤、冻伤等）。假如遇到了残疾人你会怎么做？幼儿先分组自由交谈，再由每组派代表发言。

活动提示

1. 在日常生活中注意保护幼儿的四肢，并随时提醒幼儿纠正一些不良姿势。

2. 可尝试请一位身边的残疾人给幼儿讲讲四肢残缺的痛苦。

3. 提请家长配合：

随时留意自己孩子四肢的健康情况（如罗圈腿），并给予及时的防护与治疗。

摔了一跤

（见幼儿用书4~5页）

活动目标

1. 知道摔跤后的正确处理方法。
2. 初步学习自立的本领。

活动准备

1. 教师或幼儿准备创可贴若干。
2. 教师帮几个幼儿事先排练好有关的情景表演。

活动过程

1. 幼儿观看情景表演（一）

红红蹦蹦跳跳地走着、唱着，突然被一根粗树枝挂了一下，摔在地上，她趴在地上“哇哇”地哭着：哎呀，哎呀，我摔了一跤。

讨论：红红怎么了？她是怎样做的？她应该怎样做？

2. 幼儿观看情景表演（二）

强强蹦蹦跳跳地走着、唱着，突然被一根粗树枝挂了一下，摔在了地上，他在地动自己的四肢，确定没受伤后，自己爬了起来，再动了动手，动了动脚，然后拍掉身上的灰，继续走了。

讨论：强强怎么了？他是怎样做的？（在地动自己的四肢，确定没受伤后自己爬起来，再看看四肢有没有划破的地方，拍掉身上的灰，继续走。）我们不小心摔跤后应该怎样做？

3. 幼儿观看情景表演（三）

红红跑着跑着摔在地上，手被地上的沙子擦破出了血。她爬起来只顾哭……

强强跑着跑着摔在地上，手被地上的沙子擦破出了血。他爬起来，用另一只脏手捂着伤口说：我找老师去。

刚刚跑着跑着摔在地上，手被地上的沙子擦破出了血。他爬起来，走到水龙头下冲洗干净沙子，又走到医药箱前，用棉签擦净伤口后涂上了红药水。

讨论：哪个小朋友做得好？你摔过跤吗？你摔跤后是怎样做的？怎样做才是最好的方法？（如果擦伤表皮，要清洗伤口后涂上红药

水；如果伤口较深，要用创可贴或纱布包扎，包好后不能让伤口沾水等。）

4. 幼儿操作活动：学习处理伤口的基本方法。

教师提供红药水、创可贴等物品，让幼儿两人一组练习处理伤口。

活动提示

1. 日常生活中，随时提醒幼儿注意安全。遇到幼儿摔跤时，根据情况教幼儿正确的处理方法。

2. 提请家长配合：孩子摔跤后，鼓励孩子自己爬起来，有小伤口的话，协助孩子一起处理。

听信号走

活动目标

1. 学习拍手操 1~3 节，要求动作到位，姿势正确。

2. 练习听信号快走，并能看信号停下来。

活动准备

教师自制红绿灯，准备 1 个口哨。

活动过程

1. 幼儿队列练习：四路纵队走步练习。

队形变化：四路纵队→一个大圆→四路纵队。

2. 幼儿学做拍手操。

(1) 教师完整地示范拍手操 1~7 节。

(2) 教师逐节示范并讲述动作要领，带幼儿学做拍手操 1~3 节。

3. 幼儿游戏活动：听信号走。

方法：教师用厚纸做一个信号灯，在场地的两端画一条白线，幼儿站在白线后边。游戏开始，教师拿出信号灯和幼儿一起说歌谣：“在街口，信号灯，红黄绿，分得清；红灯亮，停一停；绿灯亮，往前行；交通规则要记清。”然后教师到场地的另一端变换信号灯，幼儿按信号快走或停止。当教师看见谁没遵守交通规则时，就让他回到起点再走。以先到者为胜。

游戏反复数次，在反复的过程中，加大难度，如既要求看信号，又要听口令快走、慢走，边走边做各种动作等。

4. 幼儿复习拍手操 1~3 节，结束活动。

活动提示

1. 在幼儿学做拍手操的过程中，要以口令的快慢来控制速度。

2. 提请家长配合：和孩子一起玩听口令快走、慢走的游戏。

附录

拍手操

第一节 上肢运动 (4×8 拍)



图1



图2



图3

①~②胸前拍响 2 次，压踵 2 次 (图 1)。

③~④两臂在胸前屈伸，模仿对拍动作 2 次，压踵 2 次 (图 2)。

⑤胸前拍响一次。

⑥~⑦双手上举，连续模仿对拍动作2次，压踵2次（图3）。

⑧胸前拍响1次。

第二8拍同第一8拍。

要点：①拍响时手指稍屈，并稍分开，手心要空。②模仿对拍时，动作速度要快且富有弹性。③此节动作可改为二人对拍。

第二节 下肢运动（4×8拍）



图4



图5



图6



图7

第一8拍

①左腿屈膝举平，两手拍膝2次（图4）。

②左腿复原，胸前拍响1次。

③~④同①~②，但举右腿。

⑤~⑦全蹲，弹动3次，双手分别拍两小腿足三里穴3次（图5）。

⑧起立，胸前拍响1次，右脚踏地1次，左腿稍屈。

第二8拍

①左腿屈膝举平，右手拍左膝1次，左臂外摆至平举（图6）。

②左腿放下，胸前拍响1次。

③~④同①~②，方向相反。

⑤~⑦两腿半蹲，弹动3次，两臂胸前平屈，拍对侧肘部曲池穴3次，头稍右屈（图7）。

⑧两腿伸直，胸前拍响1次。

要点：①举腿要平，膝部放松，腰要伸直；②拍打穴位要准，要有一定力度。

第三节 体转运动（4×8拍）

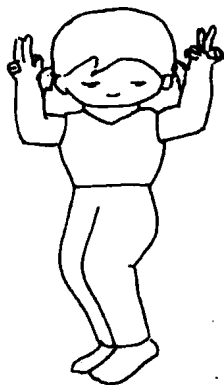


图8



图9

①~②胸前拍响2次，左脚踏地2次，右脚连续屈伸2次。

③~④向左转体90°，两腿稍屈，两臂上举，中指、食指伸直，仿兔耳（图8）。