



幼儿园活动设计指导丛书

丛书主编 卓萍 金东波

幼儿园健康活动 设计案例

主编 罗智梅 曾祥兰



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

幼儿园活动设计指导丛书

丛书主编 卓萍 金东波



幼儿园健康活动 设计案例

主编 罗智梅 曾祥兰



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

幼儿园健康活动设计案例/罗智梅,曾祥兰主编. —武汉:武汉大学出版社,2018.3

幼儿园活动设计指导丛书/卓萍,金东波主编

ISBN 978-7-307-20066-1

I. 幼… II. ①罗… ②曾… III. 健康教育—学前教育—教学参考资料 IV. G613.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 043981 号

责任编辑:李 珏

责任校对:李孟潇

版式设计:韩闻锦

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件:cbs22@whu.edu.cn 网址:www.wdp.com.cn)

印刷:湖北金海印务有限公司

开本:787×1092 1/16 印张:14.25 字数:321千字 插页:1

版次:2018年3月第1版 2018年3月第1次印刷

ISBN 978-7-307-20066-1 定价:35.00元

版权所有,不得翻印;凡购买我社的图书,如有质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。



序 言

高职高专学前教育专业培养的是适合幼儿园需要的“高素质、牢基础、强能力、有特长”的应用型专门化人才，应该构建“多形式、全过程、高质量、全覆盖”的实践教育体系，把学生的实践能力培养融于师范教育的全过程，把职场适应贯穿于整个专业学习的全过程，着力提升学前教育专业学生的学习能力、实践能力和创新能力。

我国《现代职业教育体系建设规划（2014—2020年）》（教发〔2014〕6号）明确提出“坚持产教融合发展推动专业设置与产业需求、课程内容与职业标准、教学过程与生产过程对接”，“将工学结合贯穿职业教育教学全过程，学生从入学开始就接受相应的动手和实践课程”。这就明确了实践教学是职业教育质量保障体系中非常重要的教学环节。

《幼儿园教师专业标准（试行）》（以下简称《专业标准》）在实施建议中明确指出“幼儿园教师要将《专业标准》作为自身专业发展的基本依据。制定自我专业发展规划，爱岗敬业，增强专业发展自觉性”。教师专业发展规划不但适用于在职教师，也适用于在校师范生。所谓专业发展，从教师个体角度理解，是指教师个体知能素质的完善和社会环境适应能力的增强。个体专业发展有两个维度，一是自身素质结构与工作岗位的要求相互磨合、不断适应，这是个体内在品质的完善过程；二是在职业生涯进程中个体不断适应社会环境和工作经验逐步丰富的过程，这是个体外在行为的规范过程。

专业发展规划对于学前教育专业毕业生来讲，实际上是一种职业生涯规划。《专业标准》对学前教育专业的独特性有着明确的“专业导向”，即：幼儿园教师必须具备综合性的教育支撑能力，包括创设和利用环境、安排和组织一日活动、支持和引导幼儿游戏、计划和实施教育活动四种职业核心能力，激励与评价、沟通与合作、反思与发展三种教育方法能力，观察、沟通、评价、合作四种专业行为能力，以及幼儿教师必备的为幼儿提供适宜教育的意识和能力。

《专业标准》具有鲜明的专业实践能力导向，而实践教学的目的就是有效提高学前教育专业学生理论与实践相结合、教育实践和反思的能力，使学生在毕业时能够适应幼儿园一线教育教学工作的实际需要，更是为学生入职指导、幼儿教师专业化成长和职业可持续发展奠定良好的基础。

《幼儿园教育活动设计与指导》是学前教育专业学生的核心课程，在学前教育专业课程中起到承上启下的作用，是学前教育理论和学前教育实践的中介和桥梁。幼儿园教

育活动设计与指导能力是高职高专学前教育专业学生必须具备的核心能力。

幼儿园教育活动设计立足于学前卫生学、学前心理学、学前教育学、儿童行为观察与指导等专业理论知识,将课程理论与教学设计相结合,既是系统地对活动主题、目标、内容、活动过程以及评价进行科学的设计和有效的教学指导活动,又是在学生具备相应的专业技能,即说、弹、唱、跳、画的基础上,围绕某一活动主题进行设计并通过校内课堂理实一体化、校外教育见习实习加以实施的实践活动。活动设计课程目标是:学习、了解基本概念和基本知识,掌握五大领域课程的理论体系和活动案例;学会利用多种途径收集、整理资料,运用案例分析、模拟试教、实境课堂、保教实习等方法,解决幼儿园教育活动实际的问题,凸显实践运用能力,这种能力必须在实践中经过持久淬砺才能获得。

《教育部关于大力推进教师教育课程改革的意见》提出“精选对培养优秀教师有重要价值的课程内容,将学科前沿知识、教育改革和教育研究最新成果充实到教学内容中,特别应及时吸收儿童研究、学习科学、心理科学、信息技术的新成果。要将优秀中小学教学案例作为教师教育课程的重要内容”。目前有些活动设计教材的理论观点滞后,难以反映学前教育的政策和发展动态信息,不能达到《教师教育课程标准(试行)》《幼儿园教师专业标准(试行)》《中小学和幼儿园教师资格考试标准(试行)》《3—6岁儿童学习与发展指南》对学前教育专业实践能力的新要求,有的活动设计教材理论知识描述太多,教学活动案例太少,无法提供优质的幼儿园实践的范例。

《幼儿园活动设计指导丛书》是按照职业教育发展的指导思想,根据国家颁布的《幼儿园教育指导纲要》《幼儿园教师专业标准》《3—6岁儿童学习与发展指南》等相关文件的要求,根据学前教育专业的人才培养目标和培养规格编写的符合学前教育专业特点和幼教岗位实际需求的核心课程——“幼儿园活动设计”的训练指导教材。力求比较全面地反映国家教师教育和职业教育发展倡导的教育教学改革的新理念和新要求,同时在吸收学前教育专业课程改革优秀成果的基础上,努力完善学前教育专业“幼儿园活动设计”课程的实践教学体系。

《幼儿园活动设计指导丛书》一共有六册,涵盖了五大领域的内容,以训练学前教育专业学生岗位职业能力为主线,力求实现“学前教育专业与幼儿园工作岗位、课程标准与幼儿园教师专业标准、教学过程与幼儿园工作过程”无缝对接。呈现出以下特点:

1. 结构合理,内容实用,可操作性强。

《幼儿园活动设计指导丛书》在内容上实现了整体性和分层性的统一,既可以作为学生学习“幼儿园活动设计”综合课程的案例,也可以作为学前教育专业分领域的教学内容。五大领域有很强的综合性,每个领域都有自身的领域核心要素和核心能力的训练,学生只要练就了比较扎实的领域教学指导的本领,再通过幼儿园教育实习的具体实践,加上入职后根据主题活动进行具体的活动设计,就能够迅速提高综合运用能力。学

前教育专业学生“幼儿园活动设计”课程选择实用性突出的内容，学生在具体实施中具有很强的操作性。

2. 层次清晰、材料丰富、岗位性突出。

《专业标准》对幼儿园教师必须具备的教育教学能力提出了明确要求，特别强调幼儿园教师要具有观察了解幼儿、掌握不同年龄幼儿身心发展特点和个体差异的能力；要具有环境的创设与利用、一日生活的组织与保育、游戏的支持与引导、教育活动的计划与实施、对儿童的激励与评价等基本专业能力；能根据幼儿的特点和需要，给予适宜的指导，并能引发和支持幼儿的主动活动，引导幼儿在游戏活动中获得多方面的发展。《幼儿园活动设计指导丛书》按照幼教岗位科学保教的标准和要求，按照“幼儿园活动设计”这门课程在幼儿园集体教学活动中的地位，达到能够指导幼儿进行各领域集体活动顺利开展的实践运用能力。《幼儿园活动设计指导丛书》要成为学生从模仿到运用、从运用到反思、从反思到创造这样一个成长过程的“脚手架”和“桥梁”，案例材料内容丰富，教学环节设计合理，教学过程体现幼教岗位的教育思想和教学方法手段的合理利用，突出了学前教育专业职业性、岗位性的特点，力争实现教学内容和方法与幼儿园活动设计理念和方法的零对接。同时，我们不希望学生成为模仿的机器，希望借助于具有现代新的教育观念和实践性极强的活动方案，帮助准教师们深入理解学前教育领域和这个岗位的新观念，掌握与之相适应的教育实践的特征和方法，实现知识和能力的迁移，学会离开拐杖，树立现代教育观和育儿观，自己独立而富有创造性地开展活动设计。

3. “园园合作”，采用“双导师”指导实践，体现“产教融合”。

学前教育专业实践教学应该按照“产教融合、资源共享、优势互补、合作多赢、共同发展”的发展理念，与优质幼儿园和幼教机构建立“学前教育实践研究基地”，通过“园园合作”，建立教学实践岗位成长的“双导师”指导机制。《幼儿园活动设计指导丛书》的内容都是幼儿园非常实用的集体活动内容，也可以成为幼儿园教师的参考用书。通过“双导师”理论和实践相结合的配合指导，由高校专任教师和幼儿园骨干教师共同合作，根据学前教育职业岗位的实际需要和高职学生的能力要求，共同设计若干“全真”或“仿真”的工作情景和案例，进而转化为一系列学习项目，通过这些真实案例的分析和真实项目的演练，将理论课教学过程与实践操作紧密结合，以激发学生的学习兴趣、探究兴趣和职业兴趣，在一定程度上实现学生职业道德、教育理念、专业知识、能力培养的提升。

参加本套丛书编写的教师，都是来自高校教学一线有着理论和实践经验的“双师”型骨干教师，和来自幼儿园一线有着丰富实践经验的专家、名师，他们带着对培养高素质应用型学前教育专门人才的责任感和使命感，怀着提升幼儿园教师专业化成长质量的美好愿望，结合自身多年来对实践教学的指导经验，力求体现出新形势下学前教育专业教学改革特别是实践教学改革的 new 成果。



由于编写人员的学识与经验有限，本套丛书还存在许多不足和缺憾，恳请各位专家、老师和同学在使用的过程中，提出宝贵的意见和建议，帮助我们进一步改进和完善本套丛书的质量。

本套丛书在编写过程中，参考借鉴了相关的教材和资料，采纳和引用了许多研究者的观点，在此特向这些作者表示诚挚的敬意和衷心的感谢。

卓萍

2018年1月



前言

一个人从出生到长大成人，成为有健康的身体、发达的智能、丰富的知识和良好品质的综合素质的社会成员，主要依靠各个阶段的教育，其中幼儿教育的奠基作用是至关重要的。正如《幼儿园教育指导纲要（试行）》（以下简称《纲要》）指出：幼儿教育是基础教育的组成部分，是学校教育和终身教育的起始阶段；幼儿教育应为近期和终身发展奠定良好基础。幼儿时期是人生的扎根时期，这个时期扎根教育的成功，对幼儿以后成长的持续学习和发展将产生深远的影响，幼儿教育的内容是启蒙的、广泛的，各方面教育的内容都应该以发展幼儿的知识、技能、能力、情感为目标。《纲要》把幼儿学习活动的范畴划分为健康、社会、科学、语言、艺术等五个方面。

《3—6岁儿童学习与发展指南》（以下简称《指南》）以为幼儿后继学习和终身发展奠定良好素质基础为目标，以促进幼儿体、智、德、美各方面的协调发展为核心，通过提出3—6岁各年龄段儿童学习与发展目标和相应的教育建议，帮助幼儿园教师和家长了解3—6岁幼儿学习与发展的基本规律和特点，建立对幼儿发展的合理期望，实施科学的保育和教育，让幼儿度过快乐而有意义的童年。《指南》中提出健康是指人在身体、心理和社会适应方面的良好状态。幼儿阶段是儿童身体发育和机能发展极为迅速的时期，也是形成安全感和乐观态度的重要阶段。发育良好的身体、愉快的情绪、强健的体质、协调的动作、良好的生活习惯和基本的生活能力是幼儿身心健康的重要标志，也是其他领域学习与发展的基础。

本书所提供的健康活动案例资源以《纲要》为指导思想，结合《指南》提出的要求与教育理念，整个案例包含“身心状况、动作发展、生活习惯和生活能力”三个方面内容，以便更好地开展幼儿卫生保健工作、保育与教育工作，为广大幼教工作者提供资料。

本案例集由罗智梅、曾祥兰老师担任主编，负责全书架构策划及统稿，梁爽老师担任副主编负责案例的修订，邹苗、吴思思、梁媛老师为参编人员。在编撰本书的过程中，由于时间紧，任务重，有些内容我们还深入探讨的不够，还存在不少不足之处，欢迎广大读者和专家对本书提出宝贵的意见和建议。

为了更好地理论联系实际，提高广大师生的实际操作能力，本书还配有相应的活动资源课件内容。这些活动资源可与武汉大学出版社教材推广部（E-mail: cbs22@whu.edu.cn）联系使用。



目 录

小 班

一、入园第一天.....	3
二、幼儿园里快乐多.....	5
三、做一个快乐宝宝.....	7
四、我们的长相.....	9
五、自理大小便	11
六、我的标记好朋友	14
七、安全玩滑梯	16
八、多喝水有好处	18
九、我会漱口啦	20
十、生病了怎么办	22
十一、蔬菜水果营养多	24
十二、开火车	26
十三、能干的小手	28
十四、秋风吹落叶	30
十五、小手洗干净	32
十六、小青蛙	34
十七、脚上的一对朋友	36
十八、我会系鞋带了	38
十九、小人国和巨人国	40
二十、送小动物回家	42
二十一、安全上下楼梯	44
二十二、我会过马路	46
二十三、大公鸡和“漏嘴巴”	48
二十四、早睡早起好	50



二十五、流鼻涕的时候	52
二十六、丁丁的玩具柜	54
二十七、小动物送信	56

中 班

一、我们的身姿美	61
二、讲究饮食卫生	63
三、我会打求救电话	65
四、纸盘乐	68
五、玩火真危险	71
六、宝宝爱洗澡	74
七、有趣的海浪	76
八、及时穿脱衣服防感冒	78
九、我长大了	80
十、情绪阴晴表	82
十一、沙包真好玩	84
十二、奥特曼小勇士	86
十三、我学会用筷子啦	88
十四、进餐的时候	90
十五、遇到陌生人的时候	92
十六、没有窝的小兔	95
十七、营养配餐师	97
十八、危险的动作我不做	99
十九、遇到困难我不怕	101
二十、保护牙宝宝	104
二十一、我会刷牙啦	106
二十二、黑山洞大营救	108
二十三、不怕冷的大衣	110
二十四、天线宝宝的家	112
二十五、防治蚊蝇	114
二十六、爸爸妈妈不在家	116
二十七、预防接种保健康	118
二十八、吹吹吹	120

大 班

一、我爱吃粗粮·····	125
二、我的眼睛·····	128
三、我会整理床铺·····	132
四、用电安全·····	134
五、换牙的时候·····	138
六、快乐体检·····	141
七、有害的烟雾·····	144
八、胃的哭诉·····	147
九、我是按时的乖宝宝·····	149
十、人体支架·····	151
十一、快乐玩球·····	153
十二、有趣的人体关节·····	156
十三、快乐的小袋鼠·····	158
十四、营养金字塔·····	161
十五、游戏中的安全·····	163
十六、着火了怎么办·····	165
十七、消防小勇士·····	167
十八、我有一双明亮的眼睛·····	169
十九、我和快乐做朋友·····	171
二十、猫捉老鼠·····	174
二十一、会动的身体·····	176
二十二、每天喝牛奶·····	179
二十三、认识安全标志·····	182
二十四、蒙眼游戏·····	185
二十五、保护我们的耳朵·····	187
二十六、保护我们的鼻子·····	190
二十七、神奇的舌头·····	192
二十八、玩纸板·····	195
二十九、保护我们的嗓子·····	198
三十、感冒了怎么办·····	200
三十一、绳子游戏·····	202



三十二、人体的呼吸·····	204
三十三、可乐罐真好玩·····	207
三十四、有害菌和有益菌·····	210
三十五、身体的秘密·····	212



一、入园第一天



设计意图

在上幼儿园之前，幼儿是家里的中心，备受呵护。可是到适龄的时候要上幼儿园，这对幼儿来说是一大挑战！因为他们所面对的环境、人物都是陌生的，所以他们需要在老师的帮助下，熟悉环境，调适自己。那么入园的第一天，教师必须慰抚幼儿，安排适宜的活动，引导幼儿认识同伴，熟悉幼儿园的环境，让幼儿尽快适应集体生活。



活动目标

1. 在教师的慰抚下，缓解陌生、恐惧的心理。
2. 熟悉、亲近老师。
3. 认识同伴，尝试参与集体活动。



活动准备

1. 知识经验准备：家长对幼儿介绍过幼儿园。
2. 物质材料准备：幼儿园布局示意图(教室、寝室及游乐设施)。



活动过程

1. 活动导入。

教师先自我介绍，然后让每个幼儿告诉大家自己的名字，并和每个幼儿拉拉手，或亲亲脸。对于个别害羞的幼儿，老师走近他，鼓励他小声说出自己的名字，然后老师大声转告小朋友们，并带领大家鼓掌。

2. 讲述故事。

教师讲述《兔宝宝上幼儿园》的故事。结合故事提问：兔宝宝为什么喜欢新书包？兔宝宝为什么躲在兔妈妈身后？兔宝宝怎么不高兴了？

通过提问，让幼儿理解故事的内容。

3. 教师引导幼儿说说入园第一天的感受，说说在家里和在幼儿园里有什么不同。

如：幼儿园里有大家喜欢的玩具和游乐设施，在幼儿园里有和小伙伴一起集体活动的乐趣。

4. 教师语言引导幼儿要亲近老师，亲近同学，并学习诵读儿歌《小宝宝上幼儿园》。

5. 鼓励幼儿主动和别人打招呼，结交新朋友。

(1) 教师介绍几种打招呼的口头语言，如上幼儿园时遇见老师和小朋友用“早上好”打招呼，跟小朋友打招呼时，还可以用“嗨”。

(2) 教师介绍几种打招呼的肢体语言，如上幼儿园时遇见老师鞠躬、点头，遇见小朋友拉手、拥抱等。

(3) 教师带领幼儿进行游戏活动，模拟路遇的情景，练习打招呼的口头语言和肢体语言。

6. 教师展示幼儿园布局示意图，介绍幼儿园的各年龄班的教室、幼儿午休的寝室及游乐设施，并说明各自的功能，还可以带领幼儿实地浏览，进一步熟悉幼儿园的环境。



活动延伸

让幼儿第二天早上来幼儿园和教师及小朋友打招呼。



二、幼儿园里快乐多



设计意图

刚入园的幼儿由于与家长的分离，进入陌生的环境，多少有些恐惧和紧张，通过玩自己喜欢的动物玩具，模仿动物的叫声和动作，让幼儿适应幼儿园的生活，缓解焦虑的情绪，感受幼儿园生活的快乐。



活动目标

1. 在活动中放松幼儿的心情。
2. 接受幼儿园的活动方式。
3. 喜爱幼儿园，获得愉快的情绪体验。



活动准备

1. 知识经验准备：初步了解幼儿园。
2. 物质材料准备：布置“我喜欢上幼儿园”的墙饰，将各种动物玩具整齐地摆放在教室四周。



活动过程

1. 玩具导入。

教师请幼儿参观为他们准备的各种动物玩具(这些动物玩具不同质地，不同驱动，不同功能)，要求幼儿在玩玩具时要弄清楚几个问题：玩的是什么玩具，它是什么动物的形象？这个动物有特征的叫声和动作是怎样的？这个玩具有哪些玩法？

2. 幼儿自己选择动物玩具，在场地上分散玩耍。

鼓励幼儿在熟悉了一种玩具的玩法后，互相交换玩耍。教师先后与不同的幼儿一起活动，在活动中询问幼儿玩玩具的方法，玩具是什么动物形象，这种动物的叫声和动作有什么特点。

教师注意与情绪紧张的幼儿进行交流，用幼儿容易接受的方式和口吻进行对话，通