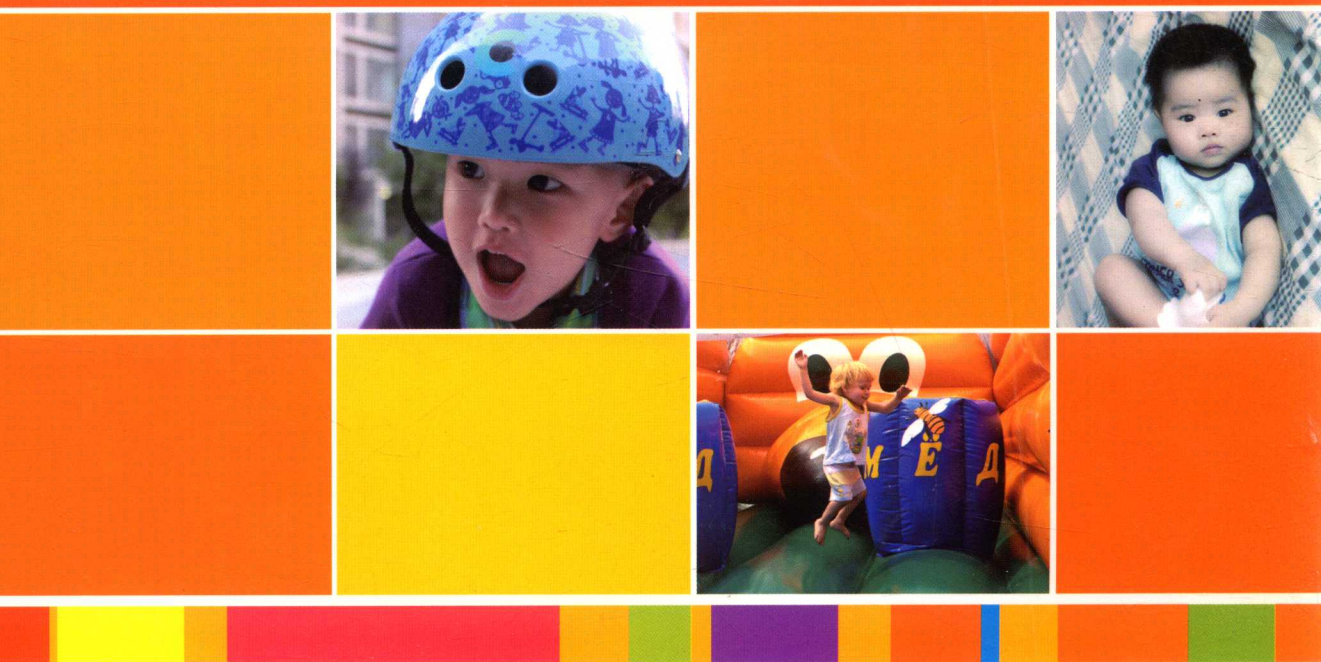


全国学前教育专业“十二五”系列规划教材

杭梅 主编

YOU ER JIAN KANG JIAO YU YU HUO DONG ZHI DAO

幼儿健康教育与活动指导



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

全国学前教育专业“十二五”系列规划教材

杭梅主编

YOU ER JIAN KANG JIAO YU YU HUO DONG ZHI DAO

幼儿健康教育与活动指导



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

幼儿健康教育与活动指导 / 杭梅主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2012.8

(全国学前教育专业“十二五”系列规划教材)

ISBN 978-7-303-14342-9

I. ①幼… II. ①杭… III. ①学前儿童—健康教育—幼儿师范学校—教材 IV. ①G613.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第067301号

营销中心电话 010-58802755 58800035
北师大出版社职业教育分社网 <http://zjfs.bnup.com.cn>
电子信箱 bsdzyjy@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街19号

邮政编码: 100875

印刷: 北京京师印务有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 184 mm × 260 mm

印张: 7.75

字数: 121千字

版次: 2012年8月第1版

印次: 2012年8月第1次印刷

定价: 15.80元

策划编辑: 姚贵平

责任编辑: 姚贵平

美术编辑: 高霞

装帧设计: 北京翰艺堂

责任校对: 李菡

责任印制: 吕少波

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

编写委员会名单

主任委员

冯晓霞 朱家雄 秦金亮 杨 文

副主任委员(按姓氏笔画排序)

文 颐 卢新予 刘迎接 刘 洋 庄建东 朱宗顺

宋占美 张兰香 张根健 张祥华 陈文华 陈伟军

陈志超 杭 梅 罗长国 郑健成 郇燕君 唐志华

唐学军 梁周全 黄淑敏

委 员(按姓氏笔画排序)

邓大河 石生莉 孙华庚 安春芳 张锋利 陈 华

周玲玲 武建芬 胡玉智 蒋荣辉 戴猛强

内容简介

随着我国教育事业的飞速发展,学前教育的改革也不断深化。我们根据教育部颁布的《幼儿园教育指导纲要(试行)》、《幼儿园教师专业标准》组织编写了这套教材,以满足学前教育专业教学的需要。

《幼儿健康教育与活动指导》着重介绍了健康的一般理论和幼儿健康教育的目标、内容;从学前儿童身体保健教育、心理健康教育、体育活动等方面阐述了学前儿童健康教育活动的内容、组织形式以及应当注意的问题;最后介绍了学前儿童健康教育的评价机制与方法。

本教材既可供学前教育专业学生使用,也可供幼儿园教师继续教育和进修选用。

前言

学前教育对幼儿身心健康、习惯养成、智力发展有重要的意义，对保障每个孩子良好人生的开端以及后继学习和终身发展都起着不可逆转的作用。学前教育是国民教育体系的重要组成部分，也是义务教育的基石。教育部颁发的《幼儿园教育指导纲要(试行)》明确指出，幼儿园教育是全面的、启蒙性的教育，要根据教育目标，选择和组织对幼儿最有价值又最贴近实际生活的部分构成教育内容，使幼儿得到良好的发展。

学前教育专业的培养目标是培育素质高、技能强的应用型人才。五大领域教育活动设计课程是实现专业培养目标的重要课程，其教学质量直接关系到人才的培养水平。学生的专业知识和职业技能必须经过悉心培养和严格训练才能掌握，而教材是学前教育教学工作实施的重要依据。

本套教材是在长期教育教学实践的基础上编写的，以学前教育理论为依据，以学前教育教学改革成果为基础，以学前教育实际工作要求为目标，注重人才培养目标和学前教育专业特点的有机结合。教材中的理论知识以阐述基本问题为主，以够用、实用为度；专业技能根据实际需要，尽量做到内容全面、要求明确、指导具体、便于操作，以方便学生在学习过程中理论联系实际。教材在内容和体例的编排上力求有一定的变革和创新，改变了传统的章、节结构，以“单元”的模式编写，各单元以情境案例或故事、名言引入，通过对具体事例或经典名言的分析，引导学生掌握知识与技能，增强教材的趣味性与可读性，让学生爱读、爱看，进而学有所获。每个单元既有理论讲解，又有实例列举，以帮助学习者更好地理解。

本书由成都师范学院早期教育学院任玉梅负责第一单元和第六单元的编写，江苏省军区幼儿园徐莉、南京市力联阳光幼儿园侯金萍负责第二、第三、第四、第五单元的编写。南京幼儿高等师范学校杭梅负责全书的统稿工作。

本书参考并借鉴吸收了国内许多专家、学者及同行的研究成果、观点和资料，吸纳了南京市幼儿园健康教育教学的成功经验，在此一并表示感谢。

编者

目录 Contents

第一单元 健康概述 / 1

第一课 健康教育 / 2

- 一、健康的含义 / 2
- 二、健康的标志 / 3
- 三、健康教育的含义 / 4

第二课 学前儿童健康教育 / 5

- 一、学前儿童健康教育的意义 / 5
- 二、学前儿童健康的标志 / 6
- 三、影响学前儿童健康的因素 / 8

第二单元 学前儿童健康教育的目标和内容 / 12

第一课 0~3岁婴幼儿健康教育的目标和内容 / 13

- 一、0~1个月 / 13
- 二、1~3个月 / 14
- 三、4~6个月 / 14
- 四、7~9个月 / 15
- 五、9~12个月 / 15
- 六、13~18个月 / 16
- 七、19~24个月 / 16
- 八、25~30个月 / 17
- 九、31~36个月 / 18

第二课 幼儿健康教育的目标 / 18

- 一、幼儿健康教育的目标 / 18
- 二、各年龄班具体的健康教育目标 / 20



第三课 幼儿健康教育的内容 / 22

- 一、幼儿健康教育的内容 / 22
- 二、选择幼儿健康教育内容应注意的问题 / 25
- 三、实施幼儿健康教育应遵循的原则 / 27

▶ 第三单元 学前儿童身体保健教育 / 31

第一课 学前儿童身体保健教育的内容 / 32

- 一、0~3岁婴幼儿身体保健教育的内容 / 32
- 二、3~6岁幼儿身体保健教育的内容 / 32

第二课 幼儿身体保健教育的组织形式 / 36

- 一、幼儿身体保健教育的组织形式 / 36
- 二、幼儿身体保健教育应注意的问题 / 37

第三课 幼儿易患身体疾病的表现及预防 / 38

- 一、肥胖病 / 38
- 二、哮喘 / 40
- 三、近视、弱视 / 41
- 四、龋齿 / 42
- 五、体弱儿 / 43

▶ 第四单元 学前儿童心理健康教育 / 46

第一课 学前儿童心理健康教育的内容 / 47

- 一、影响学前儿童心理健康的主要因素 / 47
- 二、学前儿童心理健康的主要教育内容 / 48

第二课 学前儿童心理健康教育的组织形式 / 52

- 一、学前儿童心理健康教育的组织形式 / 52
- 二、学前儿童心理健康教育应注意的问题 / 54
- 三、学前儿童易患心理疾病的表现及对策 / 55

▶ 第五单元 学前儿童体育 / 63

第一课 0~3岁婴幼儿身体运动发展与开发训练 / 64

- 一、0~3岁婴幼儿动作的发展与表现 / 64
- 二、婴幼儿游戏活动案例 / 66
- 三、婴儿体操 / 68

第二课 幼儿园体育活动目标 / 71

- 一、幼儿体育活动的总目标 / 71
- 二、幼儿体育活动的年龄阶段目标 / 72
- 三、具体体育活动目标的制定 / 75

第三课 幼儿体育活动的内容与方法 / 78

- 一、幼儿体育活动的内容 / 78
- 二、幼儿体育活动常用的基本方法 / 79

第四课 幼儿体育活动的设计 / 80

- 一、幼儿体育活动的组织形式 / 80
- 二、幼儿体育活动应遵循的规律 / 83
- 三、幼儿体育活动应注意的问题 / 86

第六单元 学前儿童健康教育评价 / 91**第一课 学前儿童健康教育评价 / 92**

- 一、学前儿童健康教育评价的含义 / 92
- 二、学前儿童健康教育评价的原则 / 92
- 三、学前儿童健康教育评价的内容 / 93

第二课 学前儿童健康教育评价方案的编制 / 97

- 一、学前儿童健康教育评价方案的主要内容 / 97
- 二、学前儿童健康教育评价方案应具备的特性 / 101
- 三、设计指标系统的程序和方法 / 102
- 四、制订学前儿童健康教育评价方案的一般步骤 / 104
- 五、学前儿童健康教育评价的组织与实施 / 105

参考文献 / 107



第一单元

健康概述

单元导入

据 2011 年 7 月 7 日人民网《聚焦儿童健康状况调查》：我国少儿体质已敲响警钟。调查显示，从 1990 年至今的 20 多年间，少儿体质一直呈现持续下降趋势，最典型的问题就是肥胖和近视。与 2000 年相比，少儿肥胖率增长近 50%，近视率从 20% 增长到 31%。《幼儿园教育指导纲要(试行)》(以下简称《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。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。”看了这则报道，联系《纲要》要求，你有怎样的认识？

学习目标

- 了解健康的含义。
- 了解健康教育的内涵。
- 理解学前儿童健康教育的影响因素。

第一课 健康教育

健康是人类生存和生活的基本前提。健康是宝贵的财富，是人类的基本需求。正如古希腊大哲学家赫拉克里特的名言：“如果没有健康，智慧就不能表现出来，知识无法利用，才能无从施展，力量不能战斗，财富变成废物。”可见，健康是人类的第一财富，健康是一切价值的源泉，健康对于我们每一个人来说是多么重要！拥有健康、共享健康是人类共同追求的美好愿望。

一、健康的含义

《辞海》对健康的定义是：人体各器官系统发育良好，功能正常，体质健壮，精力充沛，并具有良好的劳动效能的状态。事实上，健康是一个综合的概念，对健康的认知是随着社会经济的发展、科学技术的进步、文化水平的提升以及人们生产和生活方式的转变而加深的。

（一）唯心神灵主义健康观

在人类社会早期，由于生产力低下，物质生活十分落后，人们一旦失去健康，就等同于死亡，几乎无法继续生存。因此，当时人们理解的健康与生命等同，认为健康、疾病都是由那些超越自然的神灵所赐，是不以人的意志为转移的。在对待生命、健康、疾病的问题上，人类是完全被动的，想要健康长寿，唯有通过多做好事少做坏事来“积德”，来感化神灵，乞求神灵的保佑。“生病”被认为是来自神灵的惩罚、妖魔鬼怪在作祟。这就是人类早期的神灵主义的健康观。

（二）生物医学健康观

随着社会的进步、生产力的不断发展，人类认识自然、改造自然的能力在不断提高。人类在同疾病、死亡的抗争中积累了宝贵的实践经验，逐步摆脱了唯心主义、神灵主义健康观的束缚，探索出了一些常见疾病的治疗手段和方法，形成了一种职业——医生，开创了一门学科——医学，形成了唯物主义的生物医学的健康观。生物医学的健康观认为：疾病不是神灵的惩罚、妖魔鬼怪在作祟，疾病的根源是由于在自然环境中，存在大量的生物性致病因素，但疾病是可以通过人的力量来战胜的。由于人类逐渐习惯了主动去治疗疾病，也就把健康理解为“不虚弱、不生病”，即“无病就是健康”。在“健康”时忽视自我保健，在“生病”时则过分依赖医生和药物，忽视社会因素和

心理因素的作用,把自己的生命权、健康权统统交给了医生和医疗机构,似乎没有自己什么事情。这种建立在人体生理功能基础上的“生物医学模式”的健康观忽视了人的社会性和心理性。

(三)多维整体健康观

医学研究不断证实,不仅生物因素会导致疾病,而且许多心理因素、社会因素也会作用于机体,引起疾病,影响人的健康。例如,现代社会中的三大疾病,即心血管疾病、脑血管疾病和恶性肿瘤在许多发达国家中已成为导致死亡的前三位疾病,因而也被称为“现代文明病”。研究发现,引起这三大疾病的原因主要与人的精神紧张、情绪压抑以及不良的生活方式等心理、社会因素有着密切的关系。而精神病、性病、艾滋病等更主要产生于人的心理、神经状态和社会因素。因此,对于健康的理解,不能仅仅从生物学的角度去考虑,而应从更加宽广的视角去分析。只有这样,才能探寻出人类健康的真正内涵。

1948年,世界卫生组织(WHO)在《宪章》中指出:“健康不仅仅是指没有疾病或虚弱现象,而是身体、心理和社会适应三方面都良好的总称。”这一概念改变了以往认为健康仅仅是指无生理功能异常、免于疾病的单一概念,明确、概括地指出人在生命活动过程中生物、心理、社会活动等多方面的要求。

1989年,世界卫生组织又将道德健康寓于健康概念中,认为一个人只有在身体、心理、社会适应和道德四个方面都健全,才算是完全健康的人。道德健康的内容包括:不损害他人的利益来满足自己的需要,具有辨别真与伪、善与恶、美与丑等是非观念,能按照社会行为的规范、准则来约束自己及支配自己的思想和行为。

总之,健康的概念是由不同的科学、发展阶段所决定的。随着物质生产的发展、医学的进步、科学技术的不断更新、分化、交叉、渗透、综合,新兴的边缘学科的出现,特别是人类对客观世界认识的不断深化,对健康的认识必将日趋确切和更符合健康本身的规律。

二、健康的标志

世界卫生组织提出健康的十条标准是:

第一,精力充沛,能从容不迫地应付日常生活和工作的压力。

第二,处事乐观,态度积极,乐于承担责任。

第三,善于休息,睡眠良好。

第四,应变能力强,能适应环境的各种变化。



第五,能够抵抗一般性感冒和传染病。

第六,体重得当,身材匀称,站立时头、肩、臂位置协调。

第七,眼睛明亮,反应敏锐,眼睑不发炎。

第八,牙齿清洁,无空洞,无痛感;牙龈颜色正常,不出血。

第九,头发有光泽,无头屑。

第十,肌肉、皮肤富有弹性,走路轻松有力。

1999年世界卫生组织归纳和总结了人类实践的经验标准,提出了身心健康的新标准,即“五快三良好”。

(一)“五快”(躯体的健康标准)

吃得快:进食时有良好的胃口,不挑剔食物,能快速吃完一餐饭,但不是狼吞虎咽。

走得快:行步自如,步伐轻捷。

说得快:思维敏捷,说话流利,口齿清楚,表达正确。

睡得快:入睡快,睡眠质量高,醒后精神饱满。

便得快:大小便通畅,便时无痛苦,便后感轻松。

(二)“三良好”(心理的健康标准)

良好的个性:是指心地善良,乐观处世,为人谦和,正直无私,情绪稳定。

良好的处世能力:是指观察事物客观现实,有良好的自控能力,能较好地适应复杂的环境变化。

良好的人际关系:是指助人为乐,与人为善,心情舒畅,人缘好。

三、健康教育的含义

健康教育是一门尚在迅速发展中的学科,需要不断地赋予其新的含义。

近年来,随着现代科学技术的发展和人们认识的提高,人们越来越清楚地认识到,人不仅有生理活动,还有心理活动;人不仅是生物的人,还是社会的人,不能脱离社会活动,而这些活动紧密关系着人们的健康生活。当今的医学模式已不再是单纯的“生物医学模式”,正在转变为“生物—心理—社会医学模式”,即把人体的健康与生物的、心理的和社会的关系紧密联系在一起。这样就把健康从生物领域推向了社会领域,使人不但要避免疾病的侵害,而且要增进健康,获得完满的健康生活。

根据1988年第13届世界健康大会提出的新概念:健康教育是一门研究以传播保健知识和技术,影响个体和群体行为,消除危险因素,预防疾病,促进健康的科学。

由此可见,健康教育是一门研究保健知识传播技术及针对不健康行为的教育和干预方法,以期通过改变不健康行为和建立健康行为来达到促进健康目的的一门科学。它的核心是教育人们树立健康意识,养成良好的行为和生活方式。它向大众传播健康信息,并进行健康观、价值观的认知教育以及保健技能的培训,针对特定行为进行干预。通过这些策略可以有效地帮助人们掌握健康知识,树立正确的健康价值观,改变不健康行为,预防疾病,主动追求健康,提高健康水平。

第二课 学前儿童健康教育

学前儿童健康教育是对学前儿童进行有目的、有计划、有组织的健康教育活动。它是通过开展健康服务,创设健康环境,预防学前儿童身心疾病的发生,提高其身心健康水平的有关理论和方法的综合学科。《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。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。”

一、学前儿童健康教育的意义

(一)学前儿童健康教育是保证学前儿童全面发展的基本条件

学前儿童健康教育的目标是促进和保证学前儿童在体、智、德、美等几方面的全面发展。而学前儿童的全面发展必须有健康教育和卫生保健措施的保证,才能得以实现。我们平时可以看到,体弱多病的幼儿表现出精神萎靡、情绪低落、少言寡语、注意力不集中、学习困难又易疲劳,而健康的孩子则精力充沛、活泼敏捷、理解力强、学习轻松、注意力集中而持久。这说明身心健康是全面发展的基础条件。因此,必须重视学前儿童的健康教育,促进学前儿童身心健康,方能保证其全面发展。

(二)学前儿童健康教育是保护学前儿童健康成长的特殊需要

学前儿童时期,身体和心理处于不断生长发育阶段,机体的免疫功能还不健全,容易感染多种传染病;各组织器官生长发育不成熟,比较娇嫩,易受损伤;心理发展迅速,易受多种因素影响,发生多种行为问题和心理异常。例如,骨骼尚处于骨化过程中,如不注意坐、立、走的姿势,就容易发生脊柱弯曲变形。世界卫生组织的资料显示:在发达国家3~15岁儿童中,发生持久且影响社会适应等心理问题的比率达5%~15%。因此,根据学前

儿童的生理、心理特点,积极开展健康教育,可以消除危险因素,纠正不良的生活、卫生、行为习惯,减少发病率,对促进学前儿童正常生长发育具有特殊的意义。

(三)加强学前儿童健康教育有利于人口素质的提高

儿童的身心健康直接关系到国民的素质和国家的前途。保证学前儿童健康是发展社会生产力的一种投资。人类的发展,社会的进步,需要一代又一代人的不断努力和创造。而科学技术的进步,国家经济的发展,乃至整个社会文明的进步,在根本上都取决于人口素质的提高。学前儿童健康教育让学前儿童懂得一定的健康知识,对其养成良好的生活、卫生、行为习惯,促进学前儿童正常生长发育,防止身心疾病,提高其身心健康水平有着非常积极的意义。学前儿童健康教育效果的好坏,明显影响到个人素质和民族素质的高低。因此,进行学前儿童健康教育是提高人口素质的关键之一。

二、学前儿童健康的标志

学前儿童健康是一个动态的过程,只有及时了解、准确评价学前儿童的健康状态,才能更积极地改进和完善健康教育工作。根据对健康概念的认识,我们主要从健康的三个方面对学前儿童的健康标志进行探讨。

(一)身体健康

学前儿童的身体健康是指生长发育良好,体形正常,各个组织与器官结构完整、功能正常,没有生理缺陷,对内外部环境具有一定的适应能力,体能不断增强。

1. 生长发育良好

生长发育良好表现为体形正常,身高、体重、胸围、头围等项目的指标符合联合国卫生组织推荐的《0~6岁幼儿体格发育标准》。生理机能指标和生化指标符合健康标准。

2. 适应能力增强

适应能力增强主要表现在学前儿童对于环境因素的变化(如对气温变化)具有一定的适应能力,对疾病的抵抗能力增强。

3. 身体素质逐步提高

学前儿童的活动能力发展正常,各种基本的动作,如爬、坐、站、走等出现适时,动作的准确性和协调性逐步提高,活动的耐力不断增强。

(二)心理健康

我国的学前儿童健康教育理论研究中,普遍认为学前儿童的心理健康主要表现在动作、认知、情绪、意志、行为及人际关系等方面。一般来

说,学前儿童的心理健康指心理发展达到相应年龄组的正常水平,情绪积极、性格开朗、无心理障碍,对环境具有较好的适应能力。主要表现在以下几方面。

1. 动作发展正常

人的动作与脑的形态及其发育状况关系密切,特别是儿童躯体大动作和手指精细动作的发展水平处于正常范围,这是心理健康的基本条件。

2. 认知发展正常

良好的认知能力是儿童学习和生活的基本条件,学前儿童认知能力的发展如果明显滞后或发展不良,则会导致儿童的心理发展异常。学前阶段是儿童认知发展的重要时期,各种生理的和教育的因素均有可能造成认知能力发展的滞后,最终导致不健康的心理状态。

3. 情绪健康

情绪健康是心理健康的重要组成部分,积极的情绪状态可以提高儿童活动的效率,有利于心理的健康;消极的情绪则常常引发儿童心理健康问题。学前儿童的情绪一般具有冲动易变的特点,且表现出一定的情境性,随着年龄的增长,其情绪的稳定性逐渐增强,对情绪的自我控制能力逐步提高,开始学会合理调控自身的情绪状态。

4. 性格特征良好

性格是人对现实稳定的态度以及与之相适应的习惯化的行为方式,是个性中最核心、最本质的部分。健康的学前儿童,一般表现出这样一些鲜明的特点:热情、勇敢、自信、主动、合作等,心理不健康者往往表现出冷漠、胆怯、被动、孤僻等特征。

5. 无严重的心理卫生问题

学前儿童由于处于特殊的年龄阶段,极易产生心理卫生问题。儿童的心理卫生问题常通过特定的行为表现出来,如多动、口吃、遗尿等行为。必须充分重视这些心理卫生问题,否则极易在后续发展中引发严重的心理障碍。

(三)社会性发展良好

学前儿童社会性是指儿童在生物特性的基础上,在与环境相互作用的过程中形成社会规范,掌握社会技能,学习社会角色,获得社会性需要、态度、价值观,发展社会性行为,并以独特的个性与人相互交往、相互影响,适应周围社会环境,由自然人发展为社会人的社会化过程中所形成的心理特性。良好的社会适应性是学前儿童智力发展的基础,是儿童终身发展的需要。对学前儿童来说,良好的社会性发展表现为:

第一,社会适应能力较强,能尽快地融入集体生活。

第二，人际关系良好，乐于与他人交往，掌握一定的人际交往技能，具有较好的人际交往能力。学前儿童在与他人交往的过程中，学习共享、互助、平等与友爱，能够满足自身的心理需要，使得心理健康得以维持和发展。

第三，自我意识发展良好，具有一定的自我调控能力，能主动地应对各种压力，调节自身与环境的平衡。

三、影响学前儿童健康的因素

健康是诸多相互交叉、渗透、影响和制约的因素交互作用的结果。学前儿童的身体、心理和社会适应的健全状态有赖于他们所处的良好的自然环境和社会环境，也有赖于其自身状况，还与其作用于环境的方式以及环境对其的反作用有关联。

(一)环境因素

1. 自然环境因素

自然环境因素包括化学因素、物理因素和生物因素等，有些是自然界固有的，有些是人为的，但都以自然因素的形态对学前儿童的健康产生影响。有一些社会环境因素，也可以以自然因素为中介，间接地影响学前儿童的健康。

自然界中的空气、阳光、水、动植物等各种无机物和有机物都是人类赖以生存的条件。良好的自然环境能为学前儿童提供各类物质条件，维持和促进其正常的生命活动和健康的发展，也会为他们提供各种精神条件，使他们情绪愉悦、积极向上。但是，自然环境中也随时存在着危害因素，直接和间接地危害着学前儿童的健康。

化学因素是影响学前儿童健康的自然因素的主要方面。在学前儿童所处的外部自然环境中，他们从自然环境中摄入体内的化学物质过量或者不足，均可致使他们遭受伤害。例如，学前儿童对蛋白质、维生素、无机盐等营养素摄入过量或不足，都可引起相应的病症。又如，学前儿童生活环境中超过卫生标准的铅、砷、汞、铜、铬、锰等元素皆可导致病症产生。

物理因素是影响学前儿童健康的自然因素的另一个方面。气候的酷暑严寒，空气湿度、气压或气流的突变，电离辐射，噪声等物理变化都会影响到学前儿童的健康。例如，长期高强度的噪声刺激会使学前儿童大脑皮层及植物神经系统出现功能紊乱，产生头晕、嗜睡或乏力等一系列症状。外伤，包括生活和交通事故等方面的外伤也属物理因素，因外伤致死的儿童在儿童死亡总数中占相当大的比例。