

全国学前教育专业（新课程标准）“十三五”规划教材

幼儿园教育活动 设计与课例

| 彭 云 主编 |



配套2张光盘

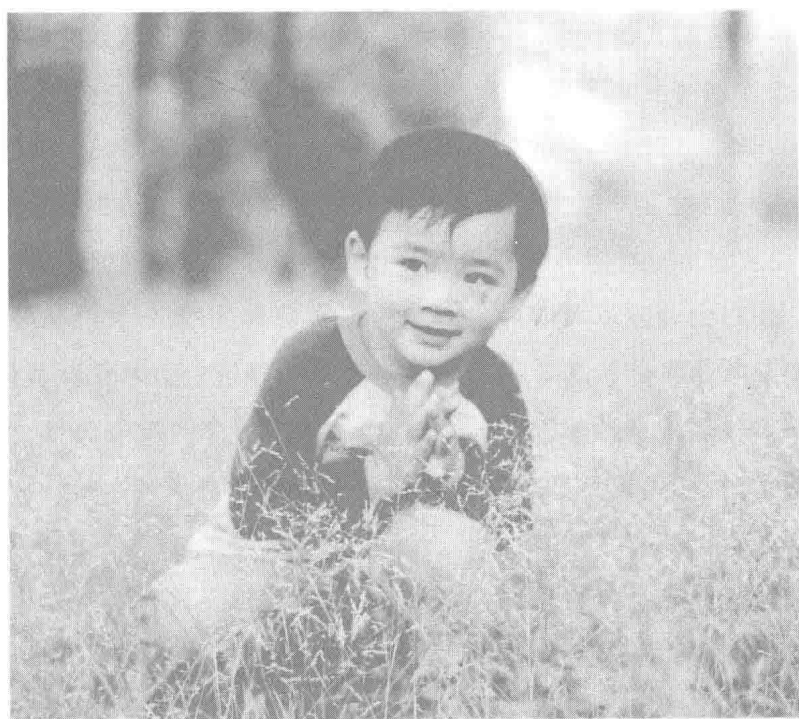


 复旦大学出版社

全国学前教育专业（新课程标准）“十三五”规划教材

幼儿园教育活动 设计与课例

彭云 主编



复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

幼儿园教育活动设计与课例/彭云主编. —上海: 复旦大学出版社, 2017. 8
全国学前教育专业(新课程标准)“十三五”规划教材
ISBN 978-7-309-13060-7

I. 幼… II. 彭… III. 幼儿园-教学活动-教学设计-幼儿师范学校-教材 IV. G612

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 158302 号

幼儿园教育活动设计与课例

彭 云 主编

责任编辑/赵连光

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编: 200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售: 86-21-65642857 团体订购: 86-21-65118853

外埠邮购: 86-21-65109143 出版部电话: 86-21-65642845

江苏省句容市排印厂

开本 890 × 1240 1/16 印张 14.5 字数 426 千

2017 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数 1—5 100

ISBN 978-7-309-13060-7/G · 1737

定价: 42.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司出版部调换。

版权所有 侵权必究

内 容 提 要

本书以《幼儿园教育指导纲要（试行）》和《3~6岁儿童学习与发展指南》为依据，分健康、语言、社会、科学（科学探究）、数学（数学认知）、音乐、美术七章内容，各章均梳理了幼儿园教育活动的教学目标、主要内容、设计与组织策略，并配备了具有代表性和典型性的幼儿园活动课例，是幼儿园各领域教学法知识的浓缩和精华。

由学前教育专业教学法教师、幼儿园特级教师或骨干教师共同编写，既可作为师范大学、高职院校等学前教育专业的教学法教材，也可作为幼儿园教师在职学习和集中研修的参考用书。

书中配有2张精彩的示范课视频光盘，可供读者学习、参考。



前言

从广义的角度看,教育活动是教育者依据教育目标,对受教育者实施有目的、有计划、有组织的影响,并使其发生预期变化的活动。从幼儿园的实际情况来看,教育活动包括教学活动、游戏活动和生活活动三大类。其中,教学活动经常是以班级集体上课或小组活动为主要形式,是促进幼儿全面发展的重要手段;游戏活动是幼儿最喜爱、最主动的活动,也是幼儿的基本活动,可以帮助幼儿认识客观世界,获取知识经验;生活活动包括用餐、就寝、如厕等很多日常的生活环节,能够帮助幼儿养成良好的生活与卫生习惯,形成基本的生活自理能力。

《幼儿园教师专业标准(试行)》明确规定,“教育活动的计划与实施”是合格幼儿园教师专业素质的基本内容,所以幼儿园教师必须具备有关教育活动的设计能力。在幼儿园的全部教育活动中,教学活动的结构化程度相对较高,是教师按照一定的目的和计划组织的,以幼儿为主体、教师为主导的双边活动,对教师的教学设计和组织都有较高的要求,而新手教师教学活动的设计能力是其专业发展的主要瓶颈。我们在实施江苏省卓越教师培养计划“卓越幼儿园教师”项目的过程中,从有关幼儿园特级教师领衔的名师工作室征集了精彩课例和教学视频,供我校学前教育师范生观摩学习,取得了良好的效果。

幼儿园教育是基础教育的重要组成部分,是我国学校教育和终身教育的奠基阶段。幼儿园的教育内容具有广泛性、综合性和启蒙性等特点,教育部 2001 年 7 月颁布的《幼儿园教育指导纲要(试行)》(以下简称《纲要》)和 2012 年 9 月颁布的《3~6 岁儿童学习与发展指南》(以下简称《指南》)是确定幼儿园教育目标的主要依据。为了充分发挥精彩课例在教师教育方面的功能,我们按照《纲要》和《指南》对幼儿园教育活动领域的划分方法,将精彩课例分成了健康、语言、社会、科学(科学探究)、数学(数学认知)、音乐、美术 7 个方向,并组织师范院校学前教育专业教学法教师以及幼儿园一线有经验的特级或骨干教师撰写了相应方向的教学设计策略,最终编写成了《幼儿园教育活动设计与课例》一书。本书既可作为师范大学、高职院校等学前教育专业的教学法教材,也可作为幼儿园教师在职学习和集中研修的素材。



本书在南通师范高等专科学校“江苏省卓越教师培养计划‘卓越幼儿园教师’项目”专家的指导下编写,是此项目的研究成果。本书编写过程中还引用了一些专家学者的研究成果,复旦大学出版社的领导和编辑老师也给予了大力支持,在此一并表示衷心感谢。

南通师范高等专科学校学前教育系副主任彭云教授担任了本书的主编和统稿等工作,由于编者水平所限,书中观点、课例和文字难免存在疏漏与失当之处,恳请广大读者不吝赐教,以便再版时的修订。

彭 云

2017年6月



目 录

第一章 幼儿园健康教育

1

第一节 幼儿园健康教育的目标	1
第二节 幼儿园健康教育的主要内容	6
第三节 幼儿园健康教育活动的设计与组织	7
课例 1 小班：我会漱口(卫生习惯)	16
课例 2 中班：我会倾诉(心理健康)	20
课例 3 中班：我会玩吊杆玩具(安全教育)	23
课例 4 中班：小羊跨陷阱(体育运动)	27
课例 5 大班：好玩的轮胎(体育运动)	30
课例 6 大班：健康饮水(饮食健康)	33

第二章 幼儿园语言教育

36

第一节 幼儿园语言教育的目标	36
第二节 幼儿园语言教育的主要内容	38
第三节 幼儿园语言教育活动的设计与组织	41
课例 1 小班：谁来了(讲述)	48
课例 2 小班：小雨点(诗歌)	51
课例 3 中班：有趣的标志图(谈话)	54
课例 4 大班：瓜和花(绕口令)	57
课例 5 大班：我想要飞(早期阅读)	60

第三章 幼儿园社会教育

63

第一节 幼儿园社会教育的目标	63
第二节 幼儿园社会教育的主要内容	65
第三节 幼儿园社会教育活动的设计与组织	67
课例 1 小班：排好队，一个接一个(遵守规则)	76
课例 2 中班：有朋友真好(交往)	79



课例 3	大班：能干的厨师(社会认知)·····	81
课例 4	大班：爱心树(情感)·····	84
课例 5	大班：消防队之旅(社会认知)·····	87
课例 6	大班：滑滑梯(挑战规则)·····	91
课例 7	大班：小小值日生(责任)·····	93

第四章 幼儿园科学教育

97

第一节	幼儿园科学教育的目标·····	97
第二节	幼儿园科学教育的主要内容·····	99
第三节	幼儿园科学教育活动的设计与组织·····	102
课例 1	小班：认识草莓朋友(生命科学之植物)·····	111
课例 2	中班：泥鳅真好玩(生命科学之动物)·····	114
课例 3	中班：好玩的声音(物质科学之声音)·····	116
课例 4	大班：圆柱力量大(物质科学之力)·····	119
课例 5	大班：糕点师(地球与空间之沙)·····	121
课例 6	大班：看天气早准备(地球与空气之气象)·····	124

第五章 幼儿园数学教育

127

第一节	幼儿园数学教育的目标·····	127
第二节	幼儿园数学教育的主要内容·····	128
第三节	幼儿园数学教育活动的设计与组织·····	131
课例 1	小班：蔬菜超市(集合与分类)·····	142
课例 2	小班：甜甜的糖果(模式)·····	145
课例 3	中班：认识梯形(图形)·····	148
课例 4	中班：我和朋友比高矮(量的比较)·····	151
课例 5	大班：凑数歌(数运算)·····	154
课例 6	大班：一眼就看出来地“数”(计数)·····	157

第六章 幼儿园音乐教育

160

第一节	幼儿园音乐教育的目标·····	160
第二节	幼儿园音乐教育的主要内容·····	161
第三节	幼儿园音乐教育活动的设计与组织·····	164
课例 1	小班：宝宝不怕冷(歌唱活动)·····	177
课例 2	大班：青蛙找老婆(歌唱活动)·····	180
课例 3	大班：郭氏风筝(韵律活动)·····	183
课例 4	大班：落叶舞会(韵律活动)·····	186
课例 5	大班：森林音乐会(打击乐)·····	189
课例 6	大班：花花小姐的 PARTY(音乐欣赏)·····	192

第七章 幼儿园美术教育

195

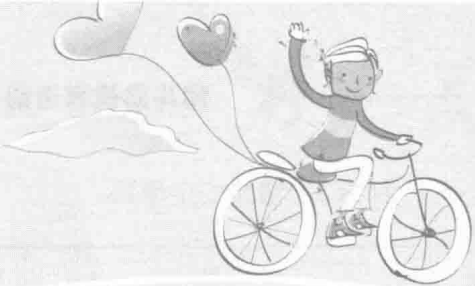
第一节	幼儿园美术教育的目标·····	195
第二节	幼儿园美术教育的主要内容·····	197
第三节	幼儿园美术教育活动的设计与组织·····	201



课例 1	小班：梅花朵朵开(绘画活动)	207
课例 2	中班：可爱的雪人(绘画活动)	210
课例 3	中班：金色的树林(手工活动)	213
课例 4	大班：脸儿变变变(手工活动)	216
课例 5	大班：星空(美术欣赏)	218

第一章

幼儿园健康教育



健康是指人在身体、心理和社会适应等方面的良好状态。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生活能力是幼儿身心健康的重要标志,也是幼儿其他领域学习与发展的基础。

第一节 幼儿园健康教育的目标

幼儿健康教育目标是使幼儿的身心发展达到预期的健康水平的教育结果。它包括幼儿健康教育的终极目标(即总目标)、幼儿健康教育的分类目标、幼儿健康教育的阶段目标以及各个教育活动设计的具体目标,幼儿教师应明确把握幼儿健康教育总目标以及各个层次目标的内涵以及相互之间的关系,并根据目标来创设教育环境、确定教育内容、选择教育方法与组织形式,从而促进幼儿身体、心理和社会适应的健康发展。

一、《纲要》中幼儿健康领域的教育目标

- 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. 知道必要的安全保障常识,学习保护自己;
- 4. 喜欢参加体育活动,动作协调、灵活。

二、《指南》中幼儿健康教育的目标

(一) 身心状况

目标 1 具有健康的体态

3~4 岁	4~5 岁	5~6 岁
1. 身高和体重适宜 参考标准: 男孩身高 94.9~111.7 厘米,体重 12.7~21.2 公斤;女孩身高 94.1~111.3 厘米,体重 12.3~21.5 公斤 2. 在提醒下,能自然坐直、站直	1. 身高和体重适宜 参考标准: 男孩身高 100.7~119.2 厘米,体重 14.1~24.2 公斤;女孩身高 99.9~118.9 厘米,体重 13.7~24.9 公斤 2. 在提醒下,能保持正确的站、坐和行走姿势	1. 身高和体重适宜 参考标准: 男孩身高 106.1~125.8 厘米,体重 15.9~27.1 公斤;女孩身高 104.9~125.4 厘米,体重 15.3~27.8 公斤 2. 经常保持正确的站、坐和行走姿势



目标2 情绪安定愉快

3~4岁	4~5岁	5~6岁
1. 情绪比较稳定,很少因一点小事哭闹不止 2. 不高兴时能听从成人的哄劝,较快地平静下来	1. 经常保持愉快的情绪,不高兴时能较快缓解 2. 需要不能满足时能够接受解释,不乱发脾气 3. 愿意把自己的情绪告诉亲近的人,一起分享快乐或求得安慰	1. 经常保持愉快的情绪。知道引起自己某种消极情绪的原因,能努力化解 2. 表达情绪的方式比较适度,不乱发脾气 3. 能随着活动的需要较快地转换情绪和注意

目标3 具有一定的适应能力

3~4岁	4~5岁	5~6岁
1. 能在较热或较冷的户外环境中活动 2. 换新环境时情绪能较快稳定,睡眠、饮食基本正常 3. 在帮助下能较快适应集体生活	1. 能在较热或较冷的户外环境中连续活动半小时左右 2. 换新环境时较少出现身体不适 3. 能较快适应人际环境中发生的变化。如换了新老师能较快适应	1. 能在较热或较冷的户外环境中连续活动不少于半小时 2. 天气变化时较少感冒,能适应车、船等交通工具造成的轻微颠簸 3. 能较快融入新的人际关系环境。如换了新的幼儿园或班能较快适应

(二) 动作发展

目标1 具有一定的平衡能力,动作协调、灵敏

3~4岁	4~5岁	5~6岁
1. 能沿地面直线或在较窄的低矮物体上走一段距离 2. 能双脚灵活交替上下楼梯 3. 能身体平稳地双脚连续向前跳 4. 四散跑时能躲避他人的碰撞 5. 能双手向上抛球	1. 能在较窄的低矮物体上平稳地走一段距离 2. 能以匍匐、膝盖悬空等多种方式钻爬 3. 能助跑跨跳过一定距离,或助跑跨跳过一定高度的物体 4. 能与他人玩追逐、躲闪跑的游戏 5. 能连续自抛自接球	1. 能在斜坡、荡桥和有一定间隔的物体上较平稳地行走 2. 能以手脚并用的方式安全地爬攀登架、网等 3. 能连续跳绳 4. 能躲避他人滚过来的球或扔过来的沙包 5. 能连续拍球

目标2 具有一定的力量和耐力

3~4岁	4~5岁	5~6岁
1. 能双手抓杠悬空吊起10秒左右 2. 能单手将沙包向前投掷2米左右 3. 能单脚连续向前跳2米左右 4. 能快跑15米左右 5. 能行走1公里左右(途中可适当歇、停)	1. 能双手抓杠悬空吊起15秒左右 2. 能单手将沙包向前投掷4米左右 3. 能单脚连续向前跳5米左右 4. 能快跑20米左右 5. 能连续行走1.5公里左右(途中可适当停歇)	1. 能双手抓杠悬空吊起20秒左右 2. 能单手将沙包向前投掷5米左右 3. 能单脚连续向前跳8米左右 4. 能快跑25米左右 5. 能连续行走1.5公里以上(途中可适当停歇)



目标 3 手的动作灵活协调

3~4 岁	4~5 岁	5~6 岁
1. 能用笔涂涂画画 2. 能熟练地用勺子吃饭 3. 能用剪刀沿直线剪,边线基本吻合	1. 能边线较直地画出简单图形,或能边线基本对齐地折纸 2. 能用筷子吃饭 3. 能沿轮廓线剪出由直线构成的简单图形,边线吻合	1. 能根据需要画出图形,线条基本平滑 2. 能熟练使用筷子 3. 能沿轮廓线剪出由曲线构成的简单图形,边线吻合且平滑 4. 能使用简单的劳动工具或用具

(三) 生活习惯与生活能力

目标 1 具有良好的生活与卫生习惯

3~4 岁	4~5 岁	5~6 岁
1. 在提醒下,按时睡觉和起床,并能坚持午睡 2. 喜欢参加体育活动 3. 在引导下不偏食、挑食。喜欢吃瓜果、蔬菜等新鲜食品 4. 愿意饮用白开水,不贪喝饮料 5. 不用脏手揉眼睛,连续看电视不超过 15 分钟 6. 在提醒下,每天早晚刷牙	1. 每天按时睡觉和起床,并能坚持午睡 2. 喜欢参加体育活动 3. 不偏食、挑食,不暴饮暴食。喜欢吃瓜果、蔬菜等新鲜食品 4. 常喝白开水,不贪喝饮料 5. 知道保护眼睛,不在过强或过暗的地方看书,连续看电视不超过 20 分钟 6. 每天早晚刷牙且方法基本正确	1. 养成每天按时睡觉和起床的习惯 2. 能主动参加体育活动 3. 吃东西时细嚼慢咽 4. 主动饮用白开水,不贪喝饮料 5. 主动保护眼睛。不在过强或过暗的地方看书,连续看电视不超过 30 分钟 6. 每天早晚主动刷牙,方法正确

目标 2 具有基本的生活自理能力

3~4 岁	4~5 岁	5~6 岁
1. 在提醒下,饭前便能洗手 2. 在帮助下能穿脱衣服或鞋袜 3. 能将玩具和图书放回原处	1. 饭前便能主动洗手,方法正确 2. 能自己穿脱衣服、鞋袜、扣纽扣 3. 能整理自己的物品	1. 能根据冷热增减衣服 2. 会自己系鞋带 3. 能按类别整理好自己的物品

目标 3 具备基本的安全知识和自我保护能力

3~4 岁	4~5 岁	5~6 岁
1. 不跟陌生人走,不吃陌生人给的东西 2. 在提醒下能注意安全,不做危险的事 3. 在公共场所走失时,能向警察或有关人员说出自己的名字、家庭地址、家长的名字或电话号码	1. 在公共场合不远离成人的视线单独活动 2. 认识常见的安全标志,能遵守安全规则 3. 运动时能主动躲避危险 4. 知道简单的求助方式	1. 未经大人允许不给陌生人开门 2. 能自觉遵守基本的安全规则和交通规则 3. 运动时能避免给他人造成危险 4. 知道一些基本的防灾知识

三、幼儿健康教育的年龄段目标

(一) 小班

1. 了解盥洗的顺序,初步掌握洗手的基本方法;学习保持自身的清洁,会使用手帕;坐、站、行姿势正确。
2. 进餐时情绪愉快,进餐习惯良好;认识并且爱吃几种主要的食物,有时能主动饮水。
3. 初步认识身体的器官,并懂得简单的保护方法;能配合成人接受疾病预防与治疗。
4. 过马路、坐自行车、玩大型运动器械时能注意安全,不把异物放入耳、鼻、口内。
5. 能姿势正确、自然协调地走和跑,能向指定方向走和跑,能在指定范围内四散跑、追逐跑,能走、跑交替 100 米左右,能步行 1 千米或连续跑约半小时,能轻松地双脚交替跳着走,能一个跟着一个走,走成一个大圆。
6. 能轻松自然地双脚同时向前跳、向上跳,能从 25~30 厘米高处自然地跳下。
7. 能单手自然地将沙包等轻物投向前方,能双手用力将球向前、上、后方抛。
8. 能在窄道或宽 25 厘米、高(或斜高)20 厘米的平衡木(或斜坡)上走。
9. 能在 65~70 厘米高的障碍物(如绳子、皮筋、拱形门等)下钻来钻去,能手、膝着地(垫),自然协调地向前爬,能在攀登架(网)上爬上爬下或从架(网)的一侧爬至另一侧(必要时教师可以帮助)。
10. 能听懂基本的口令和信号并做出相应的动作,能边念儿歌或边听音乐较合拍地做模仿操或徒手操。
11. 会玩滑梯、攀登架、转椅、荡船或其他大型体育活动器械,会骑小三轮车,会推、拉独轮车,会滚球、近距离传接球和原地拍皮球,会用球、绳、棒、圈等多样小型的体育器械进行身体锻炼活动。
12. 愿意并能愉快地参加各种身体锻炼活动,体验身体活动的愉悦。
13. 初步掌握有关体育活动的粗浅知识,遵守体育活动的规则和要求,团结合作,爱护公物。
14. 能合作收拾某些小型体育器械。

(二) 中班

1. 学习穿脱和整理衣服,初步掌握刷牙的基本方法,学习整理玩具、保持玩具清洁,在成人的提醒下按时休息,有初步的生活自理能力。
2. 认识各类常见食物,包括奶类、谷类、蛋类、鱼肉类、蔬菜类、水果类、豆类及其制品,结合品尝经验,知道其名称及作用;了解少吃冷饮多喝水的好处。
3. 进一步认识身体的主要器官及其基本功能,并懂得初步的保护方法;懂得快乐有益于健康。
4. 学习避开危险和应付意外事故的最基本的方法,知道不跟陌生人走。
5. 能按节奏上、下肢协调地走和跑,能听信号变速走、变速跑,能快跑 20 米和在一定范围内四散追逐跑,能走、跑交替(或慢跑)200 米左右,能步行 1.5 千米或连续跑约 1 分钟,能变化身体姿势(如半蹲、前脚掌着地、倒退)或跨过低障碍物走,能绕过障碍物跑,能听信号变成分队走、一路纵队跑。
6. 能原地自然蹬地起触物(物体离幼儿举起手臂时的手指尖 20 厘米左右);能双脚熟练地向前跳或在直线两侧行进跳;能从 30~35 厘米高处自然地跳下,落地轻;能立定跳远,跳距不少于 30 厘米;能助跑跨跳平行线,跳距不少于 40 厘米;能双脚交替跳和短距离单足连续向前跳。
7. 能肩上挥臂投掷小沙包、纸镖等轻物,能自抛自接低(高)球或两人近距离互抛互接大球。
8. 能在宽 20 厘米、高 30 厘米的平衡木上走,能原地自转至少 3 圈不跌倒,能闭目向前行走不少于 10 步。

9. 能熟练协调地在 60 厘米高的障碍物(如圈、拱形门等)下钻来钻去;能手脚协调、熟练地在攀登架(网)上爬上爬下,或从架(网)的一侧爬越至另一侧;能在垫上团身滚。

10. 能较熟练地听各种口令和信号做出相应的动作;能听信号较快地集合、分散,排成 4 路纵队;能随音乐节奏做徒手操和轻器械操。

11. 会玩跷跷板、攀登架、秋千等大型体育活动器械;会较熟练地骑小三轮车或带辅助轮的小自行车;会左右手拍球,且一次连续拍球不少于 50 次;会用球、绳、棒、圈或其他废旧材料(如易拉罐、可乐瓶、报纸等)开展小型多样的身体锻炼活动。

12. 具有一定的对环境的适应能力和抵抗疾病的能力。

13. 喜欢并能积极参加各种身体锻炼活动,初步养成参加体育锻炼的习惯。

14. 掌握有关体育活动的基本知识,能自觉遵守体育活动的规则和要求,团结友爱,爱护公物;具有一定的集体意识。

15. 能及时收拾和整理小型体育器械。

(三) 大班

1. 保持个人卫生,并能注意周围环境的卫生,进一步养成良好的卫生习惯和生活自理能力。

2. 进一步养成良好的饮食习惯;初步理解不同的食物有不完全相同的营养素,身体需要各种营养素;知道有些食物儿童不宜吃,否则会影响身体健康。

3. 进一步认识身体的主要器官及其重要功能与保护方法,了解预防龋齿和换牙的有关知识。

4. 认识安全标志,学习主动遵守交通规则;乘汽车、乘船、过桥时能注意安全;不玩火,不接触煤气,不触摸电器开关,注意防止意外事故的发生;遇到危险时能尽快告诉成人,有初步的自我保护能力。

5. 能轻松自如地绕过障碍曲线走和跑,能快跑 30 米或接力跑,能走、跑交替(或慢跑)300 米左右,能步行 2 千米或连续跑约 1 分半钟,能听信号左右分队走。

6. 能原地蹬地起跳、连续纵跳触物(物体离幼儿举起手臂时的手指尖 25 厘米左右);能双脚熟练地改变方向(前、后、左、右、转身)跳;能从 35~40 厘米高处自然地跳下,落地轻稳;能立定跳远,跳距不少于 40 厘米;能助跑屈膝跳过高度约 40 厘米的垂直障碍,能连续向前跳过多个高 40 厘米、宽 15 厘米的障碍。

7. 能半侧面单手投掷小沙包等轻物约 4 米远;会肩上挥臂投掷轻物并投准目标(如直径不小于 60 厘米的标靶,投掷距离约 3 米);能抛接高球,或两人相距 2~4 米互抛互接大球。

8. 能在宽 15 厘米、高 40 厘米的平衡木上变换手臂动作(叉腰、平举、上举等)或持物走;能两臂侧平举,闭目起踵自转至少 5 圈不跌倒;能两臂侧平举,单足站立不少于 5 秒钟。

9. 能熟练协调地侧身、缩身钻进 50 厘米高的障碍物(如拱形门等),能手脚交替协调熟练地在攀登架或肋木上爬上爬下,能在单杠或其他器械上做短暂的悬垂动作,能在攀登绳(棒)上爬高约 1.5 米,能熟练地在垫上前滚翻、侧滚翻。

10. 能熟练地听各种口令和信号做出相应的动作;能听信号迅速地集合、分散、整齐列队、变化队形;能随音乐节奏有精神地做徒手操和轻器械操,动作有力、到位。

11. 会玩低单杠、秋千、脚踏车或其他大型体育活动器械,会踩高跷、跳绳(50 次以上)、跳皮筋,会运球、传接球、用脚踢(带)球,会用球、绳、棒、圈、积木、报纸、轮胎或其他废旧材料开展各种身体锻炼活动。

12. 具有一定的御寒、防暑、耐饥渴的能力和较强的抵抗疾病的能力。

13. 热爱并能积极参加各种身体锻炼活动,初步养成自觉参加体育锻炼的习惯。

14. 较全面地掌握有关体育活动的知识;能自觉遵守体育活动的规则和要求,合作、负责、宽容、谦让、爱护公物;有较强的集体观念;敢于克服困难,能体验克服困难、取得胜利后的愉悦。

15. 能独立或合作收拾各种小型体育器械。

第二节 幼儿园健康教育的主要内容

幼儿园健康教育的主要内容大致可以分为两大板块。第一板块是身体保健,包括:幼儿日常健康行为教育、幼儿饮食营养教育、幼儿身体生长教育、幼儿安全生活教育、幼儿心理健康教育。第二板块为身体锻炼,主要指幼儿体育锻炼。同样的健康教育内容对于不同年龄班的幼儿的具体要求常常是不一样的,教育者应注意幼儿的年龄特点和个体差异,选择适宜的教育内容。

一、日常健康行为

小班	中班	大班
1. 洗手、刷牙的基本方法 2. 穿脱、整理衣服的习惯 3. 手帕或纸巾的使用 4. 坐、站、行、睡姿势正确 5. 按时排便 6. 良好的作息习惯 7. 保持玩具清洁	1. 洗手、刷牙的正确方法 2. 穿脱、整理衣服的习惯 3. 手帕或纸巾的使用 4. 坐、站、行、睡姿势正确 5. 按时排便 6. 良好的作息习惯 7. 活动用具的整理,保持玩具清洁 8. 关心周围环境的卫生	1. 洗手、刷牙的正确方法及主动性 2. 穿、脱、整理衣服的良好习惯 3. 手帕或纸巾的正确使用 4. 坐、站、行、睡姿势正确 5. 按时排便 6. 良好的作息习惯 7. 活动用具的整理,保持玩具清洁 8. 关心周围环境的卫生

二、饮食营养

小班	中班	大班
1. 情绪愉快,愿意独立进餐 2. 常见食物的辨识,主动饮水 3. 按时进餐,保持清洁,进餐习惯良好	1. 情绪愉快,愿意独立进餐 2. 常见食物的辨识,主动饮水,少吃零食 3. 按时进餐,保持清洁,进餐习惯良好 4. 中外饮食文化的初步感受	1. 情绪愉快,愿意独立进餐 2. 常见食物的辨识,主动饮水,少吃零食,平衡膳食 3. 按时进餐,保持清洁,进餐习惯良好 4. 中外饮食文化的初步感受

三、身体生长

小班	中班	大班
1. 身体外形的了解,五官的认识与保护 2. 疾病预防与治疗中的积极配合 3. 探索生命现象的兴趣	1. 身体外形的进一步了解,五官的认识及主动保护 2. 护牙、换牙知识的初步掌握 3. 用眼卫生 4. 疾病预防与治疗中的积极配合 5. 探索生命现象的兴趣	1. 五官的保护及功能了解 2. 换牙、护牙知识的基本掌握 3. 用眼卫生 4. 疾病预防与治疗中的积极配合 5. 探索生命现象的兴趣



四、安全生活

小班	中班	大班
1. 日常生活中安全常识与规则的了解及遵守,过马路、乘坐交通工具、玩大型运动器械时能注意安全 2. 常见安全标志的认识,交通规则的遵守,自我保护意识的初步形成	1. 日常生活中安全常识与规则的了解及遵守,过马路、乘坐交通工具、玩大型运动器械时能注意安全 2. 有关安全标志的认识,交通规则的遵守,自我保护意识的初步形成	1. 日常生活中安全常识与规则的了解及遵守,过马路、乘坐交通工具、玩大型运动器械时能注意安全 2. 有关安全标志的认识,交通规则的遵守,自我保护意识的初步形成 3. 了解应付意外事故(如火灾、雷击、地震、台风等)的常识,具有基本的求生技能

五、心理健康

小班	中班	大班
1. 愿意在托儿所或幼儿园与同伴共同生活、友好相处 2. 情绪愉快,知道快乐有益于健康 3. 没有明显的心理卫生问题 4. 不怕困难	1. 愿意在托儿所或幼儿园与同伴共同生活、友好相处 2. 情绪愉快,知道快乐有益于健康 3. 没有明显的心理卫生问题 4. 不怕困难,愿意克服困难	1. 能够在托儿所或幼儿园与同伴共同生活、友好相处 2. 情绪愉快,知道快乐有益于健康 3. 没有明显的心理卫生问题 4. 不怕困难,愿意克服困难

六、身体锻炼

小班	中班	大班
1. 积极参加身体锻炼活动的兴趣 2. 身体锻炼活动的知识和技能,包括走、跑、跳、平衡、钻爬、攀登等基本动作及有关知识 3. 身体素质练习,包括平衡、协调等身体机能练习的有关知识和技能 4. 基本体操练习	1. 积极参加体育活动的兴趣 2. 身体活动的知识和技能,包括走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、攀登等基本动作及有关知识 3. 身体素质练习,包括平衡、协调、灵敏、柔韧等身体机能练习的有关知识和技能 4. 基本体操和队列队形练习	1. 积极参加体育活动的兴趣 2. 身体活动的知识和技能,包括走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、攀登等基本动作及有关知识,体育运动的有关知识与技能 3. 身体素质练习,包括平衡、协调、灵敏、柔韧、力量、速度等身体机能练习的有关知识和技能 4. 基本体操和队列队形练习,包括徒手体操、轻器械操,口令、信号与动作,列队;变化队形练习

第三节 幼儿园健康教育活动的设计与组织

一、幼儿园健康教育活动设计与组织的基本理念

幼儿健康教育的组织应该集体健康行为指导与个别健康行为指导相结合,健康教育应与其他各科教育相结合、与家庭和社会健康教育相结合,幼儿健康教育还要与幼儿年龄相适宜。



身体保健板块的组织形式有健康集体教学和幼儿健康日常教育。身体锻炼板块的教育组织形式包括幼儿体育教学活动、幼儿早操活动、幼儿户外体育活动等,除此而外还可以组织幼儿体育活动区活动、幼儿室内体育活动、幼儿运动会、远足或短途游览等。

幼儿园健康集体教育活动的设计一般应考虑以下方面。(顾荣芳,《学前儿童健康教育论》)

1. 活动目标表述应简明清晰、准确具体,内涵不要过大,条目不要过多,一般2~3条;目标应注意年龄阶段的特点和幼儿的个别差异。
2. 活动准备应注意到开展的季节、现有物质条件和环境创设、幼儿的知识和心理准备等。
3. 活动过程应明确希望幼儿的发展方向,希望解决的问题,如何通过教师的语言尤其是提问启发幼儿思考,什么时候提什么问题,哪些内容还可以且值得扩展,通过什么方法增强效果,是否注意了活动中间的小结和最后的总结,是否注意到不是简单的重复而应有助于幼儿归纳要点、提升经验。

二、幼儿园健康教育活动的常用组织方法

(一) 幼儿身体保健教育的常用组织方法

1. 动作与行为练习法

让幼儿对已经学过的基本动作与基本技能、健康行为与生活技能等进行反复练习,从而加深理解,形成稳定的动作、行为习惯。如:盥洗的基本顺序、衣服的穿脱与整理、持筷的方法等等,都必须在教师和家长的具体指导下反复练习,才能真正掌握。

2. 讲解演示法

具体而形象地向幼儿讲解粗浅的健康知识,并结合身体动作或实物或模型加以演示,从而帮助幼儿尽快掌握有关技能技巧,并提高幼儿对健康的认识水平,这是幼儿健康教育的另一种方法。例如,在了解各种食物的营养价值、认识人体的内外器官和介绍如何使用体育器械时,也必须结合实物或模型进行生动有趣的讲解演示。

3. 情境表演法

教师或幼儿就特定的生活情景加以表演,然后让幼儿思考分析情境中所涉及的健康教育问题。由于情境表演的主题来源于幼儿的现实生活,能激发幼儿的兴趣,故这种方法能较好地帮助幼儿认识生活中可能遇到的问题和冲突,了解应该做出的合乎健康要求的行为。比如就“有些食品幼儿不宜吃得太多”这一实际问题进行情境表演,让幼儿分析判断,懂得日常生活中能控制饮食才有利于健康这个道理。

4. 讨论评议法

让幼儿参与健康教育过程,为他们提出问题、发表意见、自己得出结论提供机会。这种方法能有效地帮助幼儿表达自己的真实想法,能鼓励幼儿对他人的言行加以评价,从而提高幼儿辨别是非的能力。例如:教师就多吃冷饮的害处让幼儿进行讨论,提高幼儿的认识,指导幼儿的行为。

5. 感知体验法

幼儿通过感觉器官认识、辨别事物的特性。这种方法能加深幼儿对事物的印象,同时由于加入了身体动作,反而能激发幼儿的兴趣,引起幼儿的注意。例如:在介绍各种有营养的食物时,如果让幼儿亲眼看一看,亲手摸一摸,亲口尝一尝,幼儿往往十分乐意。

(二) 幼儿身体锻炼活动的常用组织方法

1. 讲解示范法

讲解示范法是教师用语言组织幼儿的活动,指导幼儿掌握活动的名称和练习的内容、理解动作的要领和做法的一种方法。示范是指教师以个体的动作为范例,使幼儿看到所要练习和掌握的动作技能的具体形象、结构和完成的先后顺序等。