



教育学类学前教育专业系列教材

王 雁 编 著

幼儿卫生与保健



中国 社会 出版 社

教育学类学前教育专业系列教材

幼儿卫生与保健

王 雁 编著

中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

幼儿卫生与保健/王雁编著. -北京:中国出版社,
1999. 8

ISBN 7-80146-260-2

I. 幼… I. 王… III. ①婴幼儿-妇幼卫生②婴幼儿-妇
幼保健 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 33267 号

幼儿卫生与保健

著 者: 王 雁

责任编辑: 张 佳

出版发行: 中国出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦 6 层

经销: 各地新华书店

印刷: 北京市巨山印刷厂

开本: 850×1168 1/32

字数: 266 千字

印张: 10.25

印数: 1—15000 册

版次: 1999 年 8 月第一版 北京第一次印刷

ISBN 7-80146-260-2/Z·84

定价: 15.50 元

社会版图书, 版权所有, 盗版必究。

教育学类学前教育专业系列教材

编委会顾问

孙 岩

中国学前教育研究会名誉理事长

顾明远

中国教育学会副会长

北京师范大学教授 博士生导师

陈帼眉

北京师范大学教育系教授 博士生导师

总主编

刘 焱

北京师范大学教育系学前教育教研室主任 教授(博士)

策划编辑

北京科发文化交流有限公司 张 辉

教育学类学前教育专业系列教材

幼儿教育概论

幼儿卫生与保健

幼儿心理学

幼儿园课程与教育活动设计

幼儿健康教育

幼儿语言教育

幼儿音乐教育

幼儿美术教育

幼儿数学教育

幼儿科学教育

幼儿社会教育

幼儿园管理

总 序

“研究当代幼儿教育，建设有中国特色的幼儿教育理论体系”，是由北京师范大学教育系陈帼眉教授、刘焱副教授主持的原国家教委“九五”重点课题。

党的十五大提出，要把建设有中国特色的社会主义现代化事业全面推向 21 世纪。在幼儿教育领域，建设具有中国特色的幼儿教育理论体系，是中国幼儿教育工作者面临的重大任务与挑战。为了迎接这种挑战，我们在研究这一“九五”重点课题的过程中，也在不断地思考如何把科研工作与幼儿教育的实践结合起来，将新的教育理论和研究成果更快、更好地应用到幼教工作与幼儿园教师培训工作中去，积极推动和促进我国幼儿园教育改革与质量的提高。

提高幼儿教育质量的关键，在于幼教师资专业素质的提高。随着我国社会主义现代化建设事业的发展，幼儿教育正在受到全社会的广泛重视，幼儿教育事业正在蓬勃地发展，幼教从业人员队伍也在不断地壮大。与此同时，随着《幼儿园工作规程》的全面贯彻，我国幼儿园教育改革正在深入发展，对幼儿教师的专业素质也提出了更严、更高的要求。但是原有幼教教材内容大多陈旧老化，远远不能适应当前幼儿园教育改革的需要。为了适应和推动我国幼儿教育改革的需要和发展，为我国幼教工作提供更多、更适用的教材，我们邀请北京师

范大学、中华女子学院、北京市教育科学院、北京市东城区教育局等一批年富力强、理论功底扎实、实践经验丰富的幼教工作者,组织编写了这套面向 21 世纪的教育学类学前教育专业系列教材(共 12 种)。经审定,本套教材可以用作大、中专层次的幼儿教育、学前教育专业教材,亦可供幼儿园教师职前培训或在职进修、业务培训和高等教育自学考试学员使用。

本套教材编写力求全面系统地反映我国幼儿教育理论研究与实践的最新成果,力求体现时代性、科学性和实践性的特点,力求面向幼儿教育实践,密切联系幼儿教育实际,以提高学生的专业素养为目的,帮助学生尽快形成正确的儿童观与教育观,尽快掌握幼儿教育的基本理论和从事幼儿教育工作的基本技能。

与同类教材相比,本套教材具有以下三个方面的特点:

(一)适应当前幼儿园教育改革的需要,内容新,时代性强

过去已经出版的幼教教材主要是沿袭我国传统的“三学六法”结构,其中六门教学法(包括语言、科学、数学、音乐、美术、体育)主要对应于幼儿园过去开设的六门课程。自 20 世纪 80 年代末、90 年代初以来,我国幼儿园的课程内容与结构已经发生了很大的变化,传统的六门教学法已不能适应当前我国幼儿园课程改革的需要。因此本套教材除增加了与当前我国幼儿园课程改革要求相适应的新的教学门类,如《幼儿健康教育》和《幼儿社会教育》之外,还增加了专门培养、训练幼儿园教师组织和设计幼儿园课程与教育活动能力的教材——《幼儿园课程与教育活动设计》。在其他一些教材中,不仅增加了适应当前幼儿园教育改革需要,反映幼儿教育时代精神的内容,而且

对原有教材陈旧过时的内容进行了删简,力求反映幼儿教育研究与实践的最新成果。因此,本套教材的特色是内容新,及时反映幼儿教育时代发展的要求与趋势,适应了当前我国幼儿园教育和课程改革的需要,具有较强的时代性。

(二)适用面宽,可操作性强

本套教材的编写努力避免从理论到理论、从概念到概念的说教,真正做到面向幼儿教育实践,理论联系实际,突出实用性、操作性的要求,使学生通过本套教材的学习,能够掌握从事幼儿教育工作的基本技能。

(三)文字简明易懂,深入浅出,编排形式生动活泼

教材的编写应适合读者群体的特点,符合教学规律。以往教材的通病是语言呆板,内容枯燥,成为使人头痛厌烦的说教式的“条条学”。本套教材从内容表述到编排形式,力求突出简明易懂、深入浅出、生动活泼等特点。在每一章的开头都说明了本章的教学目的与要求,以及本章的主要概念,以帮助学生明确本章学习的主要任务与内容,达到提纲挈领、突出重点的目的。此外,在每一章的末尾都对该章教学内容进行总结,以帮助学生概括本章主要内容。同时还安排了复习思考题和实践活动等,以帮助学生复习巩固,进一步加深对所学内容的理解与掌握。

本套教材在编写、出版、发行过程中,自始至终得到北京师范大学、中央广播电视中等专业学校、中华女子学院及出版社领导的热情关心和大力支持,书中参考、引用、借鉴了许多国内外同行的最新研究成果,同时参考、借鉴了人民教育出版社、高等教育出版社等出版

社的同类教材,在此一并致以衷心的感谢!

对于本套教材中的疏漏、错误之处,敬请广大读者不吝批评指正,以便不断修订完善。

教育学类学前教育专业系列教材编委会

1999 年 7 月

前 言

人类的发展,社会的进步,要求 21 世纪的国民必须具备较高的素质,只有高素质的国民才能应付和赢得未来经济和科技的竞争。而高素质国民的培养则要从婴幼儿时期抓起。

婴幼儿正处于生长发育的重要阶段,他们不仅在身体上生机勃勃,发育迅速,而且在心理上也开始了社会化的发展及个性的奠基,具有很大的发展潜力。良好的环境条件,科学的教育、训练措施等是决定能否把他们培养成健康新一代的关键,这就要求幼儿教育工作者要全面系统地掌握幼儿卫生与保健的基本理论和基本技能,以便指导其在实际工作中确实能够维护和增进儿童的健康,同时也为学习学前教育学、儿童心理学等学科打下基础。

本书以促进幼儿健康为基点,全面、系统地阐述了幼儿的解剖生理特点、生长发育规律、心理、营养、环境、疾病预防等基本保健知识和技能。

本书除可作为大、中专层次的教育学类学前教育专业教材之外,也可供广大幼教工作者和家长阅读参考。

由于本书涉及到的知识范围较广,加之编写时间仓促、编者水平有限,书中难免存在缺点和不足之处,恳请广大读者不吝批评指正。

编 者

1999 年 7 月

目 录

总 序	1
前 言	V
绪 论	1
第一章 幼儿的解剖生理及卫生	4
第一节 奇妙的人体	4
第二节 运动系统	15
第三节 神经系统	28
第四节 感觉器官	42
第五节 循环系统	56
第六节 呼吸系统	63
第七节 消化系统	69
第八节 泌尿系统	78
第九节 内分泌系统	83
第十节 生殖系统	88
第二章 幼儿的生长发育及其评价	91
第一节 生长发育	92
第二节 生长发育的评价	102
第三章 幼儿的心理卫生	122
第一节 幼儿心理卫生的一般问题	122
第二节 幼儿心理保健	125
第三节 幼儿常见心理问题的表现及其矫治	137
第四章 幼儿的营养卫生	150
第一节 幼儿对营养的需要	150
第二节 幼儿的膳食卫生	171

第三节	食物中毒及预防	185
第五章	幼儿常见疾病及预防	189
第一节	疾病的基本知识与护理技能	189
第二节	常见传染病的预防和护理	197
第三节	非传染性常见病的预防和护理	215
第六章	幼儿意外事故的预防和急救	225
第一节	安全及安全教育	226
第二节	意外事故的预防和急救处理	230
第七章	幼儿园的卫生保健制度	250
第一节	健康检查制度	250
第二节	生活作息制度卫生	264
第三节	预防接种制度	270
第四节	消毒制度	274
第五节	隔离制度	277
第八章	幼儿园环境卫生	280
第一节	幼儿园园舍卫生	281
第二节	房舍卫生	287
第三节	幼儿园设备的卫生要求	291
附 录		299
主要参考文献		314

绪 论

幼儿卫生保健学是研究如何保护、增强幼儿健康的学科。它以研究幼儿的解剖生理特点、生长发育规律及心理发展特点为基础,探讨它们与教育、生活环境之间的相互关系,并提出相应的卫生要求和保健措施,以达到保护、增强幼儿健康的目的,为幼儿进一步发展打下良好的基础。

孩子一出生就已经具有人体的基本结构和生理功能,正如俗语所说“麻雀虽小,五脏俱全”。但小孩子并不是“成人”的缩影。一方面,他们的各个器官尚未发育完全,正如中医儿科学所指出的:“小儿脏腑娇嫩,形气未充,是稚阳稚阴之体。”需要经过一个较长的生长发育过程,才能达到结构上的完善和机能上的成熟。在这个漫长的发育过程中,各个器官发育成熟有早有迟,不同器官在不同时期的发育速度也有快有慢,这就形成了幼儿不同年龄阶段的解剖生理特点和生长发育规律及与之相应的心理特点。成长中的幼儿,由于身体各部分的结构和机能都不够成熟、完善,特别是神经系统对整个机体的控制、调节机能较差,因此抵抗疾病的能力较弱,适应外界的能力也较弱。另一方面,整个幼儿期是人一生中身心各方面急剧发展的时期,是身体上“生机蓬勃、发育迅速”的时期,是个体社会化的初始期,是个性实际形成的奠基时期。在这个迅速变化的时期,他们的生理、心理变化都很容易受外界环境的影响。这个阶段的发展,对幼儿今后乃至一生的发展至关重要,此时造成的任何发展上的落后和偏差,都会给今后的发展和教育带来很大的困难。因此,维护和增进幼儿健康,促进幼儿身心全面和谐的发展,是一项不容忽视的重要任务,也是提高全民素质工作中很重要的一环。

人们对健康含义的认识,是随着社会生产力的发展而不断发展变化的。现代科学技术的进步和社会的发展,已使沿袭已久的关于生理机能正常,没有缺陷和疾病就是健康的观念发生了变化。联合国世界卫生组织(WHO)1948年在宪章中提出的健康概念是:“不仅是没有疾病和虚弱,而且是一种个体在身体上、精神上、社会上完全安宁状态。”1989年WHO又提出:“除了躯体健康、心理健康和社会适应良好外,还要加上道德健康,只有这四个方面的健康才算是完全的健康。”这一定义指导人们把健康放在一个更广阔的背景上,从更高的认识水平上对它进行考察,即从生物、心理和社会因素的结合上去全面考查健康问题,使卫生保健更趋合理和完善,并取得综合、整体的健康效益。这一观念的改变也指导着幼儿卫生保健的实践。

幼儿园是对幼儿进行集体教养的机构。因此,幼儿园必须根据幼儿的身体、心理特点,采取科学的保健措施,防止和消除不利于幼儿发展的各种因素,为幼儿创造良好的生活环境,使幼儿在体、智、德、美诸方面得到全面发展。完成上述任务的前提是:幼儿教育工作者必须具备开展幼儿卫生保健工作的基础知识和基本技能。具体地说,幼儿教育工作者必须以幼儿的解剖生理特点、生长发育规律和心理年龄特征为依据,科学地制定和执行幼儿的生活制度;合理调配幼儿的膳食,预防身心疾病,提高幼儿自理日常生活的能力等。此外,还应向幼儿的家长进行幼儿卫生保健知识的宣传工作,使家庭和幼儿园紧密结合,形成教育的合力,共同做好幼儿保健工作。

“幼儿卫生与保健”和“幼儿教育学”、“幼儿心理学”、“幼儿健康教育”等有着密切联系。学习这门课程,对于幼儿教育专业学生进一步学习有关的专业知识,将来在幼教岗位上做好幼儿的教育工作,都具有十分重要的意义。

学习本学科必须遵循理论联系实际的原则,在掌握基本知识的

基础上,重视技能技巧的培养和训练,通过到幼儿园的见习、实习,进一步丰富感性知识,加强对理论知识的理解,以提高善于应用所学知识去解决实际问题的能力。同时要求学生在未来的幼教工作中模范地遵守各项规章制度,自觉地养成良好的个人卫生习惯,为幼儿树立良好的榜样。

第一章 幼儿的解剖生理及卫生

【教学目的】

通过本章的学习,使学生能够:

1. 了解人体各系统的主要构造和机能。
2. 掌握幼儿各系统的特点以及相应的卫生保健措施。

【中心概念】

脊柱生理性弯曲、脊柱侧弯、六龄齿、胃结肠反射、上行性泌尿系统感染、条件反射、非条件反射、生理性远视、激素、斜视、弱视、动力定型、优势兴奋灶、侏儒症、新陈代谢、兴奋、抑制

. ————— .

第一节 奇妙的人体

人是万物之灵,人体又非常的奇妙,他的动作轻盈,他的结构美妙绝伦,他是大自然美的化身。

一、人体的基本形态

纵观人体,不外乎头、颈、躯干及四肢四部分。

头颅位于身体的最上端,由脑颅和面颅组成。脑颅比面颅发达,颅腔内容纳脑,脑与椎管中的脊髓相连接。面颅有眼、耳、鼻、口等器官。

颈部连接着头与躯干,虽然短小,但运动灵活。

躯干如同一个既扁又宽的大“仓库”,里面容纳了许许多多脏器。

躯干的前面可分为胸、腹两部分；后面可分为背、腰、骶几部分。“仓库”内部以膈肌为界分为胸腔和腹腔，胸腔内容纳心、肺等器官，腹腔内容纳胃、大肠、肝、胰、脾等器官(图1-1)。

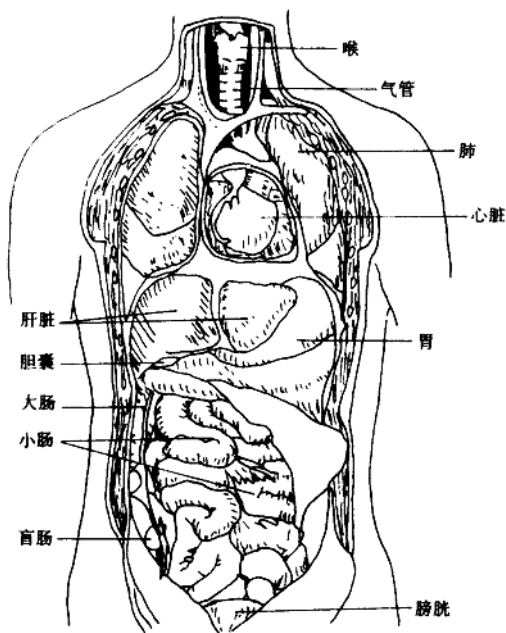


图1-1 胸腹腔内的一些器官

运动灵活的四肢包括上肢和下肢各一对。上肢由上臂、前臂和手三部分组成，借肩部与躯干相连，肩下为腋。上臂和前臂合称为臂，其连接处的后部叫肘，前臂和手相连处叫腕。下肢由大腿、小腿和足三部分组成，借腹股沟与躯干相连。大腿与小腿相连处的前面叫膝，后