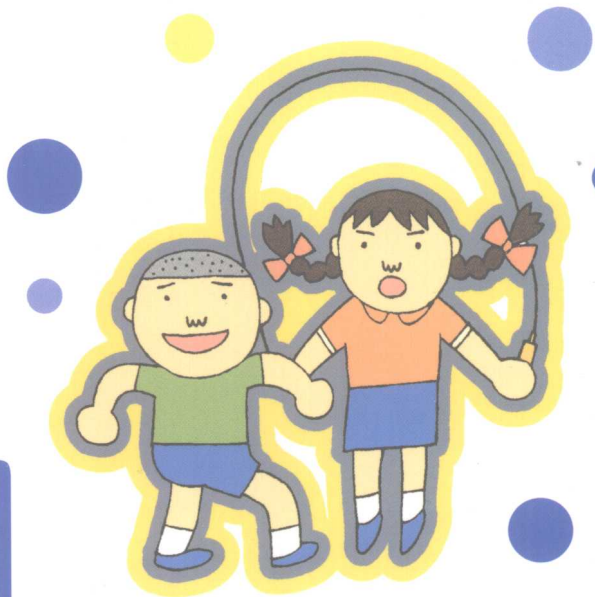




高等院校学前教育专业规划教材



幼儿园

健康教育与活动设计

主编 郑晓边



高等教育出版社

高等院校学前教育专业规划教材

幼儿园健康教育与活动设计

主 编 郑晓边

副主编 吴 航

编写者 赵国英 吴云洲 李明灯 张 娜

徐新华 杨淑丽 李艳萍



高等教育出版社

内容提要

本书以现代幼儿园课程设计原理、学前教育专业大专以上学生学习目标以及幼儿园教师职后培训目标为依据,运用生物—心理—社会医学模式的观念,对现代幼儿园健康教育与活动设计进行了系统、翔实的论述。主要内容包括幼儿及幼儿园健康教育、幼儿园健康教育设计活动及原理、幼儿园健康教育与其他教育活动的整合、幼儿园健康教育活动的实施等。全书共分六章,从宏观到微观,从理论到实践,内容丰富、层次分明、结构合理。

本书适合高等院校学前教育专业本、专科学生使用,也可作为学前教育研究者及幼儿园教师的学习、参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

幼儿园健康教育与活动设计/郑晓边主编. —北京:高等教育出版社, 2009.7

ISBN 978-7-04-026691-7

I. 幼… II. 郑… III. 学前儿童—健康教育—师范大学—教材 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第101949号

策划编辑	刘晓静	责任编辑	王清云	封面设计	张志奇
版式设计	范晓红	责任校对	金辉	责任印制	韩刚

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-58581118
社 址	北京市西城区德外大街4号	免费咨询	400-810-0598
邮政编码	100120	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-58581000		http://www.hep.com.cn
经 销	蓝色畅想图书发行有限公司	网上订购	http://www.landaco.com
印 刷	廊坊中科通印业有限公司		http://www.landaco.com.cn
		畅想教育	http://www.widedu.com
开 本	787×960 1/16	版 次	2009年7月第1版
印 张	16	印 次	2009年7月第1次印刷
字 数	280 000	定 价	20.80元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 26691-00

郑 重 声 明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任，构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人给予严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话：(010) 58581897/58581896/58581879

传 真：(010) 82086060

E - mail：dd@hep.com.cn

通信地址：北京市西城区德外大街4号

高等教育出版社打击盗版办公室

邮 编：100120

购书请拨打电话：(010) 58581118

序 言

应高等教育出版社约稿，我撰写了《幼儿园教育活动设计与实施》一书，该书于2008年出版。当时，高等教育出版社正拟出版“学前教育专业教育活动”系列教材，期望能以《幼儿园教育活动设计与实施》一书的构架编写和出版该系列的教材，使读者在学习“幼儿园教育活动设计与实施”的基本原理后，能比较容易地把握“幼儿园各领域（学科）教育活动的设计与实施”。我认为，这一思路是很有道理的。

在我国，曾经出版过许多种类的“幼儿园各领域（学科）教育与活动设计”的教材，往往是撰稿者独立编写、自成系统。这种编写方式的长处是编著者有较大的自主权，可以发挥自己的长处，不必拘泥于与其他同类教材之间的关系。这种编写方式的短处是编著者各自为阵，与各相关教材之间缺乏有机联系，读者很难从学习中把握幼儿园各领域（学科）教育与活动设计的共同规律，也较难理解如何将各领域（学科）教育活动整合成一体。

幼儿园各领域（学科）教育与活动设计之间，既不完全相同，又不无紧密联系。在充分权衡利弊得失之后，高等教育出版社决定组织编写和出版一套有别于以往同类教材的教材，可谓是别具匠心。

笔者从事《幼儿园课程》这门课程的教学和研究已达20余年，在这段经历中获取了诸多的经验和体会，在此基础上撰写的《幼儿园教育活动设计与实施》一书，是有点心得的。这次应高等教育出版社的邀请，编写和出版“学前教育专业教育活动”系列教材，期望能给编者和读者带来较大的利处。

我期望各册教材的编者能以基本一致的构架编写不同领域（学科）教育与活动设计的教科书；同时也能保持每个领域（学科）教育与活动设计自身的特点，以及每个编者自身的写作风格。

我期望这套系列教材的读者，能在学习了教育活动设计与实施的基本原理的前提下，有效地把握各领域（学科）教育与活动设计的特点，并在此基础上更好地、整体地把握幼儿及幼儿园教育活动的设计与实施。

朱家雄

2009年2月于上海

前言

受高等教育出版社和朱家雄教授的邀请，我诚惶诚恐地接受了编写《幼儿园健康教育与活动设计》一书的任务。由于它的依据是现代幼儿园课程设计原理和学前教育专业大专以上学生学习以及幼儿园教师职后培训的目标，且健康教育研究领域又受到现代生物—心理—社会医学模式和教育、卫生、体育学科的相互渗透的影响，该书的编写具有一定难度。

综观以往的相关书目和教材，有的偏重幼儿卫生常识，有的偏重幼儿体育活动。这些分割的“学科”内容怎样组合才合理？未来的幼儿教师应该掌握哪些基本的健康教育理论与技能？笔者二十多年来在高校教学过程中就这一系列问题进行了探索，并与全国的专业同行进行过切磋和交流，深深感到：教材必须面向世界，面向现代化与未来，面向中国国情。编写一本现代的、实用的《幼儿园健康教育与活动设计》教材已刻不容缓。

为了使该部教材具有“雅俗共赏”的品质，既有幼儿园健康教育与活动设计的理论，又有可操作性的活动案例，我特别邀请了华中师范大学教育学院学前教育系的学术新秀吴航博士和几位有才华的学前教育专业的硕士研究生张娜、徐新华、杨淑丽、李艳萍以及武汉市委机关幼儿园的三位有经验的园长赵国英、李明灯、吴云洲参加本书的编写工作。

本书根生于作者们数十年的大学教学科研积累和幼儿园教育实践，还参阅了国内外大量的专业研究资料，许多案例是从华中师范大学教育学院学前教育专业本科生的实习教育活动设计作业中取材改编的。由于社会发展的进程和幼儿健康的需求总在变化，书中难免存在不足与缺憾，敬请读者不吝赐教。

再次感谢朱家雄教授审阅书稿并提出了中肯的建议和重要的理论支撑；感谢本书引用文献的各位作者和案例中署名的幼儿园教师们；感谢武汉市直属机关幼儿园管理处万双霞处长和同济医学院附属幼儿园保教主任刘敏的支持；感谢那些已经工作在全国各地学前教育一线的原华中师范大学学前教育专业的学生；感谢高等教育出版社的首席策划禹明秋和刘晓静编辑，感谢我的研究生牟优优等参与资料的收集工作。

郑晓边

2009年3月于武汉市东湖之滨

目 录

第一章 幼儿健康概论	1
第一节 幼儿健康与保教任务	2
一、现代健康观是幼儿保教工作的指南	2
二、现代幼儿保教必须顺应医学模式的变化	3
三、现代幼儿保教工作者的任务	5
四、幼儿保教的研究方法	7
第二节 影响幼儿健康的因素	10
一、生物因素	10
二、心理因素	11
三、社会因素	12
第三节 幼儿身心健康问题与预防	13
一、幼儿心理健康标志	14
二、心理正常与异常的判断标准	16
三、幼儿行为问题	18
四、身心问题的预防	19
第四节 幼儿健康评估	20
一、幼儿身体健康评估	21
二、幼儿心理健康评估	27
三、幼儿生活环境质量评估	31
第二章 幼儿园健康教育	35
第一节 幼儿健康教育的理论模式及发展趋势	36
一、幼儿园健康教育的理论模式	36
二、幼儿园健康教育的发展趋势	43
第二节 幼儿健康教育的定位和意义	44
一、幼儿园健康教育的概念	44
二、幼儿园健康教育与相关学科的关系	46
三、幼儿园健康教育的意义	48

三、主题教学中的健康教育案例与分析·····	102
四、主题教学中的健康教育活动的优势与局限·····	113
第四节 方案教学中的健康教育活动设计和示例·····	114
一、方案教学中健康教育活动的特征·····	114
二、方案教学中健康教育活动的活动设计·····	114
三、方案教学中健康教育案例与分析·····	115
四、方案教学中健康教育活动的优势与局限·····	123
第五节 活动区角健康教育活动设计与示例·····	123
一、活动区角健康教育活动的特征·····	123
二、活动区角健康教育活动的活动设计·····	124
三、教师在活动区角健康教育活动中的作用·····	125
四、活动区角健康教育案例与分析·····	126
五、活动区角健康教育活动的优势与局限·····	131
第五章 幼儿园健康教育与其他教育活动的整合·····	133
第一节 幼儿园健康教育中的体育活动·····	134
一、幼儿体育概述·····	134
二、幼儿体育的价值·····	135
三、幼儿体育活动的基本内容·····	137
四、幼儿体育活动的活动设计·····	145
第二节 幼儿园健康教育与日常生活活动整合·····	169
一、幼儿园健康教育与日常生活活动整合的可能性与必要性·····	169
二、幼儿园健康教育与日常生活活动整合的方式与示例·····	170
三、幼儿园健康教育与日常生活活动整合时应注意的事项·····	173
第三节 幼儿园健康教育与其他教育活动的整合·····	174
一、幼儿园健康教育与其他教育活动之间的关系·····	174
二、幼儿园健康教育与其他教育活动整合的方式及示例·····	174
三、幼儿园健康教育与其他教育活动整合时应注意的事项·····	192
第六章 幼儿园健康教育活动的实施·····	194
第一节 幼儿园健康教育活动实施的取向·····	195
一、幼儿园健康教育活动实施的忠实取向·····	195
二、幼儿园健康教育活动实施的相互适应取向·····	196
三、幼儿园健康教育活动实施的创生取向·····	197
四、对幼儿园健康教育活动实施取向的权衡·····	198
第二节 幼儿园健康教育活动实施原则·····	199

一、幼儿园健康教育活动实施的日常性原则·····	199
二、幼儿园健康教育活动实施的适用性原则·····	199
三、幼儿园健康教育活动实施的全面性原则·····	202
四、幼儿园健康教育活动实施的创造性原则·····	203
五、幼儿园健康教育活动实施的安全性原则·····	204
第三节 幼儿园健康教育活动实施步骤和要点·····	204
一、幼儿园健康教育活动组织实施的一般步骤·····	205
二、不同结构化程度健康教育活动组织实施的要点·····	218
附录 国外幼儿健康教育简介·····	231
参考文献·····	243

第一章

幼儿健康概论

内容摘要

正确的幼儿健康观念是实施幼儿健康教育的基础。本章是全书的总论部分，依次阐述了健康的含义、现代医学模式的变化、保教工作者任务和研究方法；分析了影响幼儿健康的生物、心理和社会因素；重点描述了幼儿身心问题的分类、表现、预防；提出了一系列幼儿身心健康评估的具体方法。期待学习者通过学习，能够从宏观上把握现代健康观念的发展变化，从微观上分析当代社会中影响幼儿健康的多种因素，掌握其应对方法，以明确现代幼儿保教工作者的主要工作任务。

学习目标

1. 掌握健康的含义和现代医学模式对于幼儿保教的意义。
2. 熟悉影响幼儿健康的各种因素。
3. 了解幼儿身心问题的分类和预防。
4. 能够对一所幼儿园的群体幼儿实施健康评估。

第一节 幼儿健康与保教任务

幼儿是人类的未来和希望，幼儿健康状态受制于社会的健康观念，幼儿的健康及其教育已成为全社会广泛关注的重要课题。当代的健康观有哪些变化？幼儿面临哪些健康问题？有哪些因素制约着幼儿的健康水平？为了明确回答这一系列问题，本节将从宏观上探讨现代健康观念的发展变化，从微观上分析当代社会中影响幼儿健康的多种因素和研究方法，以使幼儿保教工作者明确自己的任务。

一、现代健康观是幼儿保教工作的指南

人们对健康的观念影响着保健的目标。1947年，世界卫生组织提出了健康的定义：“健康是人的生理、心理和社会适应的完善状态，而不仅仅是没有疾病和虚弱现象。”^① 现代人又提出了整体健康观，在世界卫生组织的三分法基础上，又增加了智力和精神两方面。

格林伯格（Greenberg）等认为，健康应该关注五个根本方面，任何一个方面的欠缺都不是完整的健康。（1）生理健康：指自己的生理特点以及自己身体的机能状态。没有疾病是生理健康的重要组成部分，同时生理健康的重要意义还在于在日常生活中自己有精力完成作业或其他工作任务。（2）社会健康：在社会生活中自己有朋友，有可以讨论问题的人，自己可以和他人有正常的相互交往，可以和周围环境有和谐关系，包括自己的同事、上级、长辈、下属、晚辈等。（3）心理健康：指自己能够用开放的方式获得新的知识和经验，有一种自我价值感，能容忍事物之间的区别，能够对待危机和紧张。（4）情绪健康：能够合理地表达、控制和调节自己的情绪，虽然生活中经常有一些消极情绪，但是这些情绪是人们心理生活的重要组成部分。（5）精神健康：自己可以充分发挥自己的精神潜能，能够发现生活的意义。

哈恩认为，青少年要形成的健康行为有五个方面：（1）最初的成人统一性：人在发展过程中，要逐渐形成成人统一性，用成年人的视角去对待他人和自己。（2）形成独立性：中学以后，特别在进行大学教育的时候，人们应该获得一种最初的职业入门，即相信自己可以胜任某种职业，不仅有这个方面的技能，同时也具有这个方面的信心。（3）拥有责任感：对他人和社会的义务感，是自己扮演一定角色的行为，这种行为是以后适应社会环境的条件。形成

^① WHO. Constitution of the World Health Organization. Chronicle of WHO. 1947, 1: 1.

父母技能是责任感的重要内容。(4) 形成社会技能: 如交往技能、合作技能以及在不同的人际环境中扮演不同角色的技能等。(5) 发展亲密关系。

汤纳特尔等人还提出了健康教育的心理学模式, 认为人们的健康行为是由三个因素决定的: 自我效能、控制焦点、健康控制焦点。自我效能是指一个人对自己完成任务的能力评价, 认为自己完成任务的能力越高, 其自我效能就越好; 控制焦点是人的一种基本观念, 即是什么在控制自己的命运; 健康控制焦点是指人们在健康归因方面的观念, 即什么在控制自己的健康。健康教育的主要任务就是使人们形成正确的信念, 通过认识的改变来改良人们的行为方式, 形成健康行为。

我国发展时期的卫生工作方针是: “以农村为重点, 预防为主, 中西医并重, 依靠科技与教育, 动员全社会参与, 为人们健康服务, 为社会主义现代化建设服务。”^① 卫生工作方针中的“预防为主”思想, 将贯穿在幼儿卫生保健工作的方方面面。“防”重于“治”, 投资少, 收益好, 使群体幼儿防患于未然; “依靠科技与教育”, 就是要利用现代科技与教育手段, 为幼儿保健提供优质服务; “动员全社会参与”, 这就要求卫生保健不仅仅局限在医院, 而且要深入家庭、幼儿园和社区, 使幼儿保健工作更见成效, 使群体幼儿的健康水平大大提高。^②

幼儿是祖国的花朵、民族的希望, 他们能否健康成长关系到国家的兴衰。新的卫生工作方针将使幼儿保健上一个新台阶, 必将培养出一代身心协调、茁壮成长的接班人。

新的健康观已成为现代幼儿保教工作的指南。

二、现代幼儿保教必须顺应医学模式的变化

医学模式是指人们观察医学问题的思想与行为方式。它左右着幼儿的保教方向。医学模式受社会生产力、生产关系、科技水平以及哲学思想的影响。它的发展大致经历了以下几个阶段:

1. 迷信唯心模式

17 世纪以前, 由于生产力发展水平低以及封建专制与宗教统治的影响, 人们认为疾病是鬼神作怪, 是天谴神罚。健康是上帝或鬼神赐予、主宰的, 只有用祈祷来实行保健。这是一种唯心主义的、迷信的医学模式。这种模式虽然

① 郑晓边. 心灵成长——校园生活中的健康心理与辅导. 合肥: 安徽人民出版社, 2006: 13-16.

② 郑晓边. 幼儿卫生学. 郑州: 大象出版社, 1998: 5-7.

陈旧，但在现代社会中仍有不少市场。尤其在—些农村和边远地区，用烧香拜佛来防治疾病，因从事迷信活动而延误病情、死于非命的例子屡屡发生。这种模式应该舍弃。

2. 机械唯物模式

18 世纪中叶以后，随着工业革命的进展，机械唯物主义的思想出现，人们认为机体好似一部机器，疾病是某部分“零件”发生故障，且人和动物的区别只是多几个弹簧与齿轮，保健就如同维护机器，治病就是要换掉失灵的部件。这个模式虽看到了疾病的“物质”性，比迷信唯心模式有所进步，但它忽视了人的生物特性和社会特性，防治疾病收效甚微。

3. 生物医学模式

19 世纪后，由于社会生产力和科技水平的进步，全世界先后发现了二三十种细菌，进入了“细菌学时代”。人们开始认识到疾病是生物因素引起的，健康是人体、自然环境、生物病因三者之间的平衡，防治疾病就是要通过预防接种、杀菌灭虫和抗菌药物来消灭生物性病原体。在此模式的影响下，全世界传染病和寄生虫病的发病率大大下降，防治疾病的收效甚为明显。但此模式也有不足之处，它只重视自然环境和生物病因，未能看到社会环境和心理因素对人类健康的影响。

4. 生物—心理—社会医学模式

20 世纪 50 年代以来，随着疾病谱的变化，传染病减少、慢性病增加以及医学的社会化，国家、社会、公众参与保健事业，人们逐步认识到，人类的疾病与健康受到多种因素的影响，仅用生物医学模式来指导现代保健则收效甚微，必须倡导新的医学模式。1977 年，美国学者 G. L. Engel 在《科学》杂志上发表了论文《需要新的医学模式——对生物医学的挑战》^①，正式提出“生物—心理—社会医学模式”这个概念，认为应该从人的生物、心理、社会的整体因素中去研究健康与环境的关系，更全面、深刻地认识疾病与健康的本质。保健，就是要求人与生物、心理、社会环境之间的平衡。在此模式影响下，数十年来世界各国卫生保健取得了丰硕成果。在幼儿卫生保健方面，异常行为矫正中心、家教咨询门诊、早教与培智学前机构纷纷建立，人们从个体、家庭、幼儿园和社区等多种水平对幼儿实施身、心、社会方面的综合保健，极大促进了幼儿的健康水平。

医学模式的演变影响着幼儿保教模式的发展。保教模式是指整合化的保育

^① Engel G L. The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine [J]. Science, 977 (8): 129-135.

和教育的理论范式、目标与体系。保中有教，教中有保，保教结合，已成为当代幼儿保教工作者的共识。关于幼儿教育不是本书的重点，本书重在二者的整合，因此，在以后的叙述中为了方便，交叉使用了保教、保育和保健不同术语，可以将其看成是同义词。传统的幼儿保育模式重在幼儿生物病因的防治，它强调对幼儿实施计划免疫，使之“不患病，睡得安，吃得饱，长得高”。这种传统的保育模式受到了现代社会幼儿状况的挑战。当代幼儿绝大多数是独生子女，他们在生理保健方面均能得到及时、足够的照顾，但仍有不少幼儿“营养不良”、“体弱多病”。究其原因，多数是因为父母的“溺爱”、不正确的教养、“过高的期望”与孩子实际能力之间的差距等因素造成的，使孩子承受更多的心理社会压力，从而影响到身体的正常发育。现代幼儿除了生理上的需要外，还有心理上的多层次需要，他们需要“睡得香，吃得合理，长得美，玩得好”，他们需要更多的心理与社会方面的关心。因此，现代幼儿保教模式必须顺应这种变化，必须根据现代医学模式的理论框架建构新的幼儿保教目标与体系。

三、现代幼儿保教工作者的任务

幼儿健康发展是幼儿保教的根本目的。现代幼儿保教是运用现代的生物—心理—社会医学模式的观点，研究当代幼儿的健康问题，其主要任务在于：研究幼儿的身心特点和生长发育规律；研究幼儿健康水平与生活、教养环境之间的相互关系；探讨影响幼儿健康的生物、心理、社会因素；提出一系列卫生标准与要求；指导幼儿园、家庭乃至社区采取适当的卫生措施，促进幼儿健康发展。

传统的幼儿保教是以研究幼儿的体格发育和疾病防治为主的。这种在生物医学模式指导下形成的保教学科结构已不能适应当代幼儿保教的需求。当代幼儿正处在一个新的历史时期，他们的身心特征不仅与成人不同，也与五六十年代的幼儿不同，身高发育在加速，心理行为问题在增加，这就给现代幼儿保教增添了新的任务：要研究新时期幼儿的身心特征，研究当代社会、家庭环境对幼儿健康的影响，执行我国现行的教育方针和卫生工作方针，对幼儿园提出“保教结合”的措施，以促进幼儿的身心健康。

现代幼儿保教除了运用医学原理来研究幼儿的卫生问题外，尤其重视研究幼儿的异常心理与行为，研究幼儿园的教养和环境问题。此外，还需借助心理学、教育学、社会学的原理与方法来完善对幼儿的系统研究。现代幼儿保教是一个系统工程，它需要保教工作者、心理工作者以及社会各界人士的共同协作努力，也需要幼儿及家长的积极参与，更需要政府、各级行政部门的关怀与

支持。

现代幼儿保教工作者需要明确自己的任务，至少包括十个方面^①：

1. 建立新的医学模式下的现代健康观

对当代幼儿实施保教，必须建立一个宏观的健康观念，从纵向上了解幼儿保教的历史、现状与未来，从横向上探讨影响幼儿健康的生物、心理、社会因素，只有这样，才能深入研究幼儿保教领域的微观问题。因此，现代幼儿保教首先要研究医学模式的发展变化，解释生物—心理—社会医学模式与健康观对幼儿保教的意義，探讨影响幼儿健康的各类因素，阐明我国新时期的卫生工作方针，强调预防工作的重要性，使保教工作能面向当代幼儿，面向 21 世纪。

2. 了解幼儿的优生和提高遗传素质的方法

遗传与优生是幼儿健康发展的生物条件。学习遗传的基本规律，是为了更好地防治幼儿遗传病，更深入地开展幼儿优生保教工作。幼儿保教工作者要熟知遗传素质与教育的关系，了解多种遗传病的防治方法，了解优生与各类环境因素之间的相互关系，使当代幼儿通过优生保教为健康发展打下一个良好的生物基础。

3. 掌握幼儿生长发育规律

幼儿正处在迅速生长发育时期，他们有着与成人不同的解剖生理特征，而且不同年龄阶段的幼儿特点也不尽一致，其保教的重点也各异。幼儿保教工作者要熟知不同年龄阶段幼儿的解剖生理特点和发育标志，掌握幼儿生长发育的基本规律以及针对性的卫生保教措施，以促进幼儿躯体的健康发育。

4. 做好幼儿疾病防治工作

疾病防治工作做得越好，幼儿的健康水平越高。幼儿保教工作者要掌握幼儿园传染病预防的原则、措施与护理方法，明了预防接种的意义，熟知幼儿数种非传染性常见病的病因、表现和防治措施，以及预防幼儿意外伤害和急救的办法。

5. 关注幼儿心理卫生

随着医学模式的发展变化，心理卫生已成为幼儿健康的重要组成部分。现代幼儿保教者要掌握幼儿心理健康的标准与判断方法，探讨影响幼儿心理健康的内外因素，解释幼儿常见的心理行为表现，熟知幼儿心理防治的具体内容和技术。

6. 注重幼儿教育过程卫生

幼儿的许多卫生问题是在教育过程中产生的，尤其是入园的幼儿，一天绝大部分时间在幼儿园度过，教育过程是否卫生，对他们影响最大。现代幼儿保

^① 郑晓边. 现代幼儿心理保育与教育. 武汉: 武汉大学出版社, 1999: 25 - 29.

教工作者要研究学习时的大脑皮质活动规律和卫生意义，科学制定幼儿园的生活制度，提出幼儿园各种活动的卫生要求，尤其要掌握幼儿体育锻炼的原则与方法，探讨家园同步教育过程中的卫生问题。

7. 搞好幼儿营养与膳食卫生

如何喂养孩子？怎样为幼儿提供合理的营养与膳食？一直是家长和幼儿园教师关注的问题。幼儿保教工作者要熟知幼儿营养的基础知识，掌握幼儿合理营养与膳食平衡的保教措施，了解幼儿膳食调配的要求与办法。

8. 创设良好的幼儿生活环境

幼儿生活环境包括幼儿园、家庭和社区环境。幼儿园环境不是指狭义的园地面积、采光照明等物理环境，而是包括幼儿园的美化、人际交往、园风与园貌等心理环境以及幼儿园、家庭和社区相互联系的社会环境。现代幼儿保教工作者要掌握幼儿园、家庭和社区健康环境创设的原则和内容，熟知幼儿园的规划、布局和采光照明等设备卫生要求，以使未来幼儿园的建设能按良性轨道发展，成为幼儿喜爱和适应的学习生活乐园。

9. 加强幼儿健康教育

对幼儿实施卫生保教的一个重要方面，就是要培养孩子形成健康的行为与习惯，培养主要靠教育。幼儿保教工作者要掌握健康教育的目的、理论模式和原则，熟知适合幼儿的健康教育的内容与方法，使健康教育能真正渗透到幼儿园的各种教育活动之中，让幼儿从小懂得一些基本的健康知识，具备良好的健康态度，形成健康的行为与习惯，从小逐步学习把健康掌握在自己手中。

10. 做好幼儿健康评估工作

幼儿健康评估包括身体健康评估、心理健康评估和环境评估。在身体健康评估方面，要掌握生长发育的调查与评价方法，熟知幼儿生理健康评价的具体指标和操作步骤；在心理健康评估方面，要掌握幼儿心理行为问题的筛查技术和评定量表，熟知适合教师与家长使用的简便、易行的幼儿心理健康评价方法；在环境评估方面，主要是了解幼儿园的环境质量评价技术。

四、幼儿保教的研究方法

幼儿保教的研究涉及多个学科领域，所采用的研究方法与其他学科方法相关，但也有自己的特点。由于研究对象是人，是幼儿，必须强调方法的科学性和可行性，建立一定的信度和效度。只有这样，才能有效地验证假设，为幼儿卫生保教的研究提供最有价值的信息。以下有选择地介绍一些常用研究方法。

1. 病例描述法

此法的主要特点是通过询问患儿和家长及监护人，对患儿的身心症状表现