



园本课程理论与实践探索丛书

# 幼儿自我保护教育的实践探索



北京市教育委员会 总主编  
学前教育杂志社 承编

申桂红 主编



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



园本课程理论与实践探索丛书

YOUER ZIWO BAOHU JIAOYU DE SHIJIAN TANSUO

# 幼儿自我保护教育的实践探索

北京市教育委员会 总主编  
学前教育杂志社 承编

申桂红 主编



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**

幼儿自我保护教育的实践探索 / 申桂红主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2009.4

(园本课程理论与实践探索丛书)

ISBN 978-7-303-10193-1

I. 幼… II. 申… III. 安全教育—教学研究—学前教育 IV. G613.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 042642 号

---

出版发行: 北京师范大学出版社 [www.bnup.com.cn](http://www.bnup.com.cn)

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京联兴盛业印刷有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 148 mm × 210 mm

印张: 6

字数: 156 千字

印数: 1~3 000 册

版次: 2009 年 6 月第 1 版

印次: 2009 年 6 月第 1 次印刷

定价: 12.00 元

---

责任编辑: 张丽娟      美术编辑: 孙琳

责任校对: 张春燕      责任印制: 马鸿麟

装帧设计: 诺梵广告      封面插图: 魏虹

**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 委 会

主 编：申桂红  
编 委：任树娴 李 奕 张 静  
刘 婷 孙 洁

# 序

近年来，随着人们对幼儿园课程及其影响的日益重视与关注，幼儿园课程的理论与实践研究在不断深入。尤其是《幼儿园教育指导纲要(试行)》(以下简称《纲要》)颁布以来，以幼儿园为基地进行园本课程的开发与研究成为当前幼儿园课程改革的重要途径。

北京作为全国首善之区，拥有一批办园条件优良、文化积淀深厚的名园。多年来，他们以“尊重幼儿个性特点、促进幼儿终身发展”为己任，努力践行《纲要》精神，并结合园所自身的组织文化、历史积淀、办园理念、办园特色，努力开展园本课程的实践研究，取得了令人瞩目的成果：有些园所自“八五”“九五”起，就承担着国家级、市级课题研究的任务，长期以来，他们在健康、语言、社会、科学、艺术领域开展了广泛深入的研究，积淀起非常丰富的经验；有些园所立足园所自身特点，在行政教研、家园合作、幼小衔接、0~3岁早教方面进行深入探究，取得了长足的进展；有的区域依托深厚的教研底蕴，以学习共同体的形式促进教师的专业成长，从而提高教育质量和办园质量；等等。为了充分挖掘和系统整理这些研究成果，推动区域内园际间的交流与互动，并率先垂范，将全国各地不同地域的园本课程研究引向深入，充分发挥首都幼教的龙头、示范作用，北京市教育委员会学前处特别组织编写了本套园本课程理论与实践探索丛书，与全国广大的幼教工作者共享。

本套丛书共 22 本，真实记录了北京市关于园本课程开发与研



究、园本教研制度建设的现阶段进展。每本书稿都凝结了各园所多年来付出的劳动和心血，是他们长期研究、探索、实践的生动展现和经验总结。各书稿的主编大多是各幼儿园的园长，我们也能由此领略到新时期幼儿园园长的风采：他们在引领园所践行园本课程的过程中已成长为业务型、专家型的幼教管理者。正是他们，秉承着“一切为了孩子”的理念，和自己的教师团队一起，研究幼儿、研究教师、研究教学、研究课程，为我们的幼儿园课程更适合幼儿的发展贡献着自己的智慧和力量。

为了做好丛书的编辑、整理工作，我们特别责成学前教育杂志社承担这项任务。一直以来，他们肩负着报道教育部基础教育课程中心重点项目的工作，自“九五”“十五”期间即对北京园所进行追踪报道，从“《纲要》行动计划在行动”到“‘以园为本教研制度建设’在行动”，与广大幼儿园建立了良好的互动关系，丛书的终成离不开他们的辛勤劳动。同时，北京师范大学出版社的编辑们也为丛书的出版做了大量工作，使丛书得以在2009年的六一儿童节前顺利出版。

伴随着新中国的成长，北京市幼教也历经了60年的风风雨雨，坚持“普及与提高”“规模与质量”相统一，是我们永恒的主旋律。我们希望这套丛书能为我市的幼儿园课程改革注入新的活力，并能带动更多的幼儿园开展园本课程的实践研究，从而推动首都的幼儿园课程改革迈上新的台阶！

谨以此丛书作为北京市幼教向祖国成立60周年奉上的一份特别献礼。也祝愿全国的广大幼教工作者在园本课程实践与研究的道路上描绘出更多、更美的新篇章！

罗洁

2009年3月

## 前言

《纲要》的颁布，标志着我国幼儿教育进入了一个新的历史时期，它所倡导的教育理念正引领幼儿园的教育改革和教育研究迈上一个新的台阶。在“十五”期间我们遵循《纲要》中倡导的健康教育新理念，进行了北京市规划课题“培养幼儿自我保护意识与能力”的实践研究，在全体四幼人的不懈努力下，此课题在全市乃至全国课题研究成果推广中受到了专家的一致好评，还获得了北京市第五届教育科学研究基础教育专项奖。

课题研究之初，我们认真分析了当前我国独生子女的现状，如家长过分保护和关爱，幼儿自我保护意识和能力欠缺，幼儿园自我保护教育随意性较强，可借鉴的经验不多，教材少，方法单一，没有较为系统的适合3~6岁幼儿自我保护教育的内容等，确定了“培养幼儿自我保护意识与能力”的课题，旨在通过研究形成一套幼儿自我保护教育方案，并通过方案的实施促进幼儿自我保护意识与能力的提高。该课题的确立既体现出社会对幼儿教育的要求，又符合幼儿自身发展的特点，具有一定时代特征和现实意义。

通过几年的行动研究，我们重点研究了幼儿自我保护教育中目标的确定、内容的选择、方法的运用、途径的实施以及对幼儿的评价等问题，初步形成了一套较为完整的幼儿自我保护教育方案，使幼儿自我保护教育更加系统化、规范化，避免了随意性和滞后性。通过教育和培养使幼儿掌握了一定的自救、自护常识与技巧，学会

了保护自己、快乐生活的好方法，真正使幼儿从被动的保护中解放出来，变被动保护为主动保护，提高自我保护意识与能力，减少了意外事故的发生；同时提高了教师对幼儿进行自我保护教育的意识和能力，也使家长了解了幼儿自我保护教育的内容，学会了在家庭生活中对幼儿进行自我保护教育的方法。

研究过程中我们结合幼儿自我保护教育的特点，以案例研究为载体，积累了丰富的自我保护教育案例并应用于教育实践。我们先后出版了《幼儿自我保护新童谣》《幼儿良好习惯新童谣》《幼儿卫生健康小常识》等教材，以及《遇到危险我会做》《安全标志我记牢》《保护自己我知道》等用以检验幼儿自我保护意识与能力水平的幼儿操作评价手册，在社会上产生了很大的反响，并多次再版。

目前，在北京市教委的统一组织下，能有机会将我们在行动研究中积累总结的自我保护教育经验再次集结成册并与同行共享，实属幸事，更是对幼儿教育的贡献。

本册书分为课题研究报告、幼儿自我保护教育指导要点、教学活动案例、经验文集、教师自编童谣五部分，每一部分的内容均凝聚了四幼人的集体智慧与心血，展现了四幼人勇于探索和创新的研究态度，见证了四幼人务本求实，一步一个脚印的研究过程，呈现了丰富鲜活的、具有实践意义和推广价值的研究成果。相信它一定会成为广大一线教师教育教学的好帮手。真诚期待与大家共同关注幼儿的健康教育。

此书的出版给予我们莫大的鼓舞，它必将成为我们继续开展教育研究的动力和源泉，我们将在幼儿园课程改革中不断开拓创新，在实现幼儿园“十一五”发展规划中再展风采，再创辉煌。

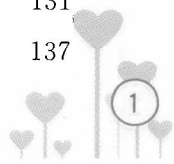
申桂红

2009年3月



# 目录

第一章	培养幼儿自我保护意识与能力的研究	1
一、	幼儿自我保护教育的目标及指导要点	3
二、	幼儿自我保护教育的内容	4
三、	幼儿自我保护教育的途径	6
四、	幼儿自我保护教育的方法	8
五、	幼儿自我保护教育方案实施效果及评价	11
第二章	幼儿自我保护教育指导要点	14
一、	生活活动中的自我保护教育指导要点	14
二、	活动区中的自我保护教育指导要点	19
三、	户外体育活动中的自我保护教育指导要点	20
四、	家庭中的自我保护教育指导要点	22
第三章	幼儿自我保护教育活动案例	24
一、	小班幼儿自我保护教育活动案例	24
二、	中班幼儿自我保护教育活动案例	64
三、	大班幼儿自我保护教育活动案例	94
第四章	幼儿自我保护教育研究经验	131
	小班初期幼儿自我保护教育内容和方法初探	131
	在创设情境中对小班幼儿进行有效的自我保护教育	137



小实验是引导小班幼儿主动洗手的有效方法	142
引导幼儿学习调控不良情绪的方法	146
提高大班幼儿在户外活动中自我保护能力的有效方法	151
<b>第五章 幼儿自我保护教育新童谣</b>	155
一、 幼儿自我保护新童谣	155
二、 幼儿良好习惯新童谣	169



# 第一章 培养幼儿自我保护意识与能力的研究

申桂红 任树娴 李奕

**内容摘要：**如今，独生子女家庭相当普遍，在家庭中处于中心地位的幼儿受到了过分的保护和关爱，缺乏足够的独立活动的机会，同时也缺乏相应的自我保护意识和能力，意外伤害事故频频发生并呈逐年上升趋势，给幼儿身心及家庭造成了极大的伤害，也给我们幼教工作者敲醒了警钟——引导幼儿树立自我保护意识，培养幼儿自我保护能力，应成为幼儿园教育内容的重要组成部分。然而从目前我国幼儿园自我保护教育现状看，幼儿园的自我保护教育随意性较强，可借鉴的经验不多，教材少、方法单一，没有较为系统的适合3~6岁幼儿自我保护教育的内容。为此，我们进行了“培养幼儿自我保护意识与能力”的课题研究，旨在通过研究建立一套培养幼儿自我保护方案。

通过研究我们逐步确立了幼儿自我保护教育的目标、内容、方法和途径，培养了幼儿自我保护的意识，使他们掌握了一定的自救常识、自护技巧，学会了保护自己、快乐生活的好方法。

**关键词：**幼儿自我保护、内容、途径、方法

从幼儿自身的发展来看，活泼、好动，有强烈的好奇心，什么都想看一看、摸一摸、试一试是孩子的年龄特点。同时，幼儿的能

力和体力都十分有限，动作的灵敏度和协调性也较差，又缺乏生活经验，因此，幼儿常常不能清楚地预见自己行为的后果，往往会诱发危险因素，对突发事件不能做出准确的判断，当处于危险之中时，也缺乏保护自己的能力和能力。

有关方面调查，100%的幼儿在活动中不能够自己调节活动量；95%的幼儿遇到危险时不知道如何面对；87%的幼儿在感到不舒服时不是哭闹就是什么也不说；83%的幼儿不知道运动前应做好准备活动，运动后不会做身体的调整，缺乏运动的安全知识；73%的幼儿走楼梯时喜欢顺着扶手往下滑或是还剩两个台阶就往下跳跃；70%的幼儿不认识最常见的安全标志等。

从家庭教育现状来看，一方面由于我国实行计划生育政策，如今在园幼儿大多已经是我国第二代独生子女了，一家人围着一个小孩儿团团转，面对社会各种不安全因素，家长往往过度紧张，一旦遇到突发性问题又不知所措，缺少基本的常识和经验，因此家庭中成人对幼儿的过度保护现象较为普遍。为了不出现意外，许多家长减少了幼儿户外活动的机会，幼儿身体的协调性、灵活性得不到应有的发展，丧失了本能的自我保护意识与能力；另一方面由于社会的压力，家长们工作也很忙，业余时间还要参加学习、进修，往往没有时间和精力带幼儿进行活动，也变相地剥夺了幼儿发展的权利和机会。

据一项新的权威性调查显示：20世纪90年代我国中小学生在每年因突发意外事件死亡的有三万余人，占中小学生各种死因的31.3%，意外事故已成为14岁以下儿童的第一杀手，这不仅给幼儿造成身心伤害，同时也给家庭、幼儿园教师带来沉重的负担。

从幼儿园教育现状来看，面对各种不安全因素以及来自家长、社会的压力，幼儿园越来越重视安全工作，在做好各种安全防范工作的同时，为了不出现意外事故，教师在开展一些活动特别是户外体育活动时顾虑重重，对于一些活动量大的体育活动教师放不开，这直接影响了幼儿身体的健康发展。在怕出事故的思想影响下，幼儿园虽然考虑了环境创设、制度管理中的安全因素，但对幼儿却过于

管头管脚，把幼儿置于被动的地位，忽略了幼儿的主动自我保护教育。

从幼儿园幼儿自我保护教育的现状分析，幼儿园的自我保护教育往往处于一种被动的状态，随意性大，可借鉴的经验少，教材少，方法单一。《纲要》指出：“幼儿园必须把保护幼儿生命和促进幼儿健康放在首位。”有专家提出：一个孩子哪怕只受过两小时的安全教育和逃生训练，也可能终身受益。因此，我们进行了“培养幼儿自我保护意识与能力”的课题研究，旨在建立一套培养幼儿自我保护的方案，包括培养幼儿自我保护教育的目标、内容、途径及评价。

经过三年的行动研究，我们取得了课题研究的初步成果，重点解决了幼儿自我保护教育的目标、内容、方法、途径、评价问题，初步形成了一套较为系统的幼儿自我保护教育方案。

### 一、幼儿自我保护教育的目标及指导要点

我们根据幼儿生活需要和社会化对人的素质的要求，以《纲要》中健康领域的目标为依据，从幼儿自我保护教育入手，确定了幼儿自我保护教育的目标，主要包括习惯、知识、意识、能力四个方面。

习惯：养成良好的生活、卫生、行为习惯，避免身体受到伤害。

知识：了解生活中的一些安全常识和安全知识。

意识：遇到问题及事件，能够首先想到要维护自身的安全。

能力：提高幼儿遇到危险时能迅速做出反应，主动进行自救和自护的能力。

我们注意将上述总目标分解为若干子目标，并转化为一日生活各类型活动中的自我保护教育指导要点，强化教师对幼儿进行自我保护教育的意识，帮助教师理清幼儿一日生活中自我保护教育的指导要点，使教育真正落到实处。

生活活动中的自我保护教育指导要点包括9个环节113个要点，如进餐、睡眠、离园等环节的安全教育。

活动区中的自我保护教育指导要点包括积木区、图书区、操作区、表演区、建构区等主要活动场所的安全教育，共有23个要点。

例如，在游戏中如何安全玩积木，怎样安全使用剪刀、牙签、曲别针等游戏材料，看书时怎样保护好好自己的眼睛等。

户外体育活动中的自我保护教育指导要点包括走、跑、跳、钻、爬、平衡等基本动作及大型器械、综合体育活动中的安全教育，共37个要点。例如，会选择适合自己的活动项目、运动器械，不逞强等。

家庭中的自我保护教育指导要点包括家庭中和家庭外出活动时的安全教育，共76个要点。例如，我们将幼儿园自我保护及良好习惯的新童谣推荐给家长，在《家长园地》的“爱心提示”栏目中，以“致家长的一封信”等方式向家长提供幼儿安全教育的具体指导。

## 二、幼儿自我保护教育的内容

在课题研究初期，由于幼儿自我保护教育的教材少，可借鉴的经验不多，自我保护教育的内容仅局限于如何自救方面。为了扩展自我保护的内容，我们组织全体保教人员通过参与式讨论总结出了幼儿一日生活、衣食住行、情感、态度等各方面有关幼儿自我保护的内容。当我们把一日生活从早到晚各环节中所包含的自我保护教育因素一一挑选、列举出来时发现，其实，一日生活中各个环节的真实情境是培养幼儿自我保护能力的最佳时机，教师只有善于发现并挖掘一日生活中可渗透教育的因素，及时引导，才能将自我保护的教育落在实处。

### （一）培养幼儿良好的生活、卫生行为习惯

1. 良好的生活、卫生习惯保证了幼儿身体的健康成长，为幼儿免受疾病的侵袭建起第一道防线。

良好的生活、卫生习惯与自我保护教育是紧密结合、相辅相成的。从幼儿自我保护教育的角度去培养幼儿一日生活常规，成为幼儿最基本的自我保护教育的内容，也成为课题研究中的一个特点。例如，教育幼儿：在入园环节中，不能随意离开老师和小朋友；进餐时不挑食，均衡营养，保证身体健康；洗手后，先将手甩一甩，不让水流到地上，防止滑倒摔伤等，正是幼儿自我保护意识与能力

的体现。

2. 在幼儿园的集体生活中，幼儿只有养成了良好的行为习惯，学会与小朋友友好相处，掌握一定的交往技能，形成良好的生活秩序，才能避免意外伤害的发生。

我们根据幼儿的年龄特点，从培养幼儿良好行为习惯入手安排幼儿自我保护的内容，例如，刚刚入园的小班幼儿，由于家长的过度保护，在集体生活中不知道躲闪别人，经常发生小朋友互相碰撞的现象。据此，教师对幼儿进行“会躲闪，不碰撞”的自我保护教育活动，设置障碍让幼儿练习走和跑，用桌椅为幼儿设置一条窄路，让幼儿体验侧身通过的方法，使幼儿知道如何避让、躲闪同伴。我们还开展了“躲开小树枝儿”“不玩尖利的东西”“一起玩真快乐”“安全玩积木”“跑步的安全”等活动，使孩子养成良好的行为习惯，达到了自我保护的目的。

### （二）进行自救自护安全知识的教育

生活中不安全的因素很多，由于幼儿年龄小，生活经验欠缺，可能会引发一些不该发生的事情，那么如何避免危险事件的发生，尤其是当危险事件来临时，我们的孩子应该怎样去面对，从而提高自身防御危险的能力。我们注重引导幼儿学习掌握自护自救的安全常识和基本方法。例如，在公园、超市、剧场里走失了怎么办？独自在家时陌生人敲门怎么办？遇到坏人怎么办？着火了怎么办？地震了怎么办？等等。在上述教育活动中，我们一方面引导幼儿分析事件发生时会给自己带来的危害，更重要的是引导幼儿学习掌握上述事件的应急处理方法，以及自护自救常识，并引发幼儿举一反三，学会在类似事件中进行自我保护。

### （三）加强体能锻炼，提高幼儿的运动水平

幼儿自控能力及动作的灵敏性、协调性差是易发生危险事件的又一大因素，为了从根本上杜绝危险事件的发生，必须通过加强体能锻炼，增强幼儿的体质，提高幼儿身体的协调性、灵活性及快速反应能力，来提高幼儿自我保护的能力。为此我们有目的地开展了

大型综合性的体能锻炼活动。

首先，我们为幼儿创设具有挑战性的体育环境。在体育环境的创设中，我们力求使环境具有挑战性。例如，在园中为幼儿提供高跷、平衡器、独木桥等，幼儿在运用这些游戏材料时不是一下子就能掌握，游戏材料本身具有一定的难度和技巧，需要幼儿努力摸索和尝试。我们在不同高度的轮胎上架梯子，幼儿在上面行走，并从较高处向下跳。在此过程中，幼儿不仅要克服胆怯心理，还要挑战自我。在体能锻炼活动中，我们注重发挥综合锻炼的功能，将各种功能的运动器械打乱摆放，幼儿可以在各种运动器械之间交替变换走、跑、跳、钻、爬等动作，大大增强了幼儿体能锻炼的活动量和活动密度。进行综合体能锻炼，不仅提高了幼儿动作的协调能力和运动水平，增强了身体素质，同时幼儿在这些具有挑战性的游戏环境中培养了坚强、勇敢、自信、不怕困难的意志品质和主动、乐观、合作的态度，促进了健康心理品质的形成。

#### （四）培养幼儿掌握表达情绪情感的技能

一个健康的人不仅要拥有健康的体魄，还应拥有健康的心理，这就要求我们在自我保护教育中不仅要重视身体保护，还要学会心理保护。例如，在“我住幼儿园了”“当别人误解我时”“碰到问题我敢说”“怎样使自己高兴起来”等活动中，教师引导幼儿学会摆脱不良情绪，形成良好的情绪情感，使自己的心理免受伤害。

### 三、幼儿自我保护教育的途径

#### （一）发现幼儿身边的安全问题，随时进行安全教育

幼儿的丰富多彩，每一项活动中都蕴涵着安全教育的因素，教师只要随时关注幼儿身边的安全问题，就可以引发安全教育活动。例如，亮亮在家使用剪刀时“手指划破了”，我们让幼儿讨论：“手指为什么会划破？小朋友应该使用什么样的剪刀？手受伤了会给我们的生活带来哪些不方便？手受伤后该怎么办？”然后让幼儿实践操作，学会正确使用剪刀的方法。开火车的游戏孩子们都喜欢，可是



游戏开始，孩子们你推我挤，好几名幼儿都趴在了地上。这时老师引导孩子们：“看，火车坏了，走不了了，连乘客都摔伤了。大家想想，怎样让火车安全行驶呢？”孩子们说：“要不快不慢。”“不能推，不能挤。”“一个一个跟着走。”果然，按着孩子们自己制订的规则游戏，火车开得平稳了，大家也安全了。在游戏中，涉及安全问题时，教师可以试着“把球抛还给孩子”，让他们通过自主性的实践探索，主动获得保护自己的方法。

### （二）在主题活动中，师幼共同发现、总结自我保护的相关内容

在课程改革过程中，我园逐渐形成了以主题活动为主，其他活动形式为辅的课程模式。我们注重挖掘在各个主题活动中，以及在与孩子互动中出现的自我保护的内容。例如，在“各式各样的瓶子”的主题活动中，我们不仅开展有关瓶子的科学活动、艺术活动、体育活动，还开展了自我保护教育活动。例如，小朋友在家有时会发生打破玻璃杯、饭碗等事情，玻璃杯被打碎后会出现不规则的玻璃碴儿，孩子打碎玻璃杯心中会害怕，往往会用手去捡，这样容易将手扎破。教师引导幼儿观察碎玻璃是什么样子的，如果用手捡会发生什么事情，我们应该怎样做。又如，在“我们去采摘”主题活动中，活动之前我们一起讨论：为什么要穿合适的衣服、合适的鞋，防紫外线照射要戴什么，外出时要准备什么吃的，乘车中感觉不舒服怎么办，采摘时我们应注意什么，怎样做才能不走丢等。采摘回来后，我们用白薯、胡萝卜、花生等开展了“农家自助餐”活动，目的是培养幼儿科学用餐，营养膳食，学会粗细粮搭配、主副食搭配，克服不良的进餐习惯。以上活动通过绘画、记录等方式在墙饰中展示出来，加深了幼儿的理解，强化了幼儿的记忆。自我保护教育内容极大地丰富了主题活动的内容，由于安全教育蕴涵在幼儿的生活中，教师们选择的主题活动内容贴近幼儿的的生活，更加满足了幼儿的生活需要，也使主题活动的开展更加生动。

### （三）利用家长、社区资源对幼儿进行自我保护教育

家长、社区资源是我们进行幼儿自我保护教育的重要资源，是

