

# 浅谈学前教育儿童保健

何雪兰

(广西南宁市经开区新启航幼儿园 广西 南宁 530225)

**[摘要]**所谓的儿童保健是指保证儿童健康安全的教学活动。在儿科临床当中,儿童保健包括了幼儿的生长发育,心理发育以及组织器官发育等等。为此教师应当从这几方面入手,在日常的学前教育中。关注儿童的身心健康发展,给予儿童一个良好的发展平台,让儿童能够在班级的教学中充分发挥自己的思想。进而能够使得儿童养成健康的体格,以及善良的性格。基于此,本文就从以下几点浅略探讨学前教育中儿童保健的具体策略。

**[关键词]**学前教育; 儿童保健; 策略探析

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.247

在学前教育阶段,开展儿童保健的主要目的是预防儿童疾病的发生。而疾病并不只是讲述身体上没有病症,还包括儿童的心理是否得到了正确的引导与发展。儿童保健,涉及儿童的生长规律以及各种认知学习因素。教师要通过有效地预防以及筛查的方式,在课堂的教学中注重儿童的身心健康发展提升儿童的学习体验,不断激发儿童的学习能力。

## 一、开展户外活动,预防儿童视力疾病

幼儿时期是儿童成长发育的黄金阶段,在这一过程中,儿童的视网膜较为稚嫩。教师应当重视儿童视力的保护,积极地开展户外游戏活动。避免儿童久坐而产生过度用眼或用眼疲劳的问题。并且在日常的生活当中,要注重矫正儿童的不良用眼习惯。做好切实且有效地预防工作,保护儿童的视力健康。<sup>[1]</sup>

学前教育,本意上是观察儿童的学习情况。以及教会儿童如何健康的学习。为此,教师应当以儿童的健康为首,在实际传授知识的过程中。定期地开展户外活动,让儿童主动地融入课外的探究当中。多接触自然亲近绿色,在活动的过程中放松心情。培养儿童乐观的性格。然而,教师要明确,当儿童出现斜视闭眼或者惧怕阳光的情况,要及时地引导儿童正确用眼方式。教会儿童使用眼保健操,以及眼睛锻炼的方法。在发现问题之后,若引导毫无作用。要让儿童及早进行治疗。最后,要每隔一段时间将儿童的座位进行调换,让每个儿童能够在不同的角度上看黑板上的东西。并且也要注意将班级的灯光换成暖色,从而能够最大程度上减轻儿童的用眼负担。

## 二、注意营养均衡,确保儿童健康发展

在当前的教育环境下,幼儿园的伙食水平较以往有了很大的提高。尤其是对于蛋奶肉质的摄入,幼儿园当前所奉行的标准为只多不少。然而,只靠幼儿园学校的努力,往往是不够的。还需要幼儿园协同儿童家长,注重儿童的营养均衡。避免儿童因为摄入过多的营养产生肥胖等不良的症状。确保儿童的健康生长发育。

在我国的健康营养设施标准中明确指出了,儿童需要摄入一定合适量的谷物蛋白质以及肉类。然而在实际的生活当中,不少家长会因为过度溺爱儿童,而给儿童摄入过多高脂肪 高热量的食物。这种现象十分不利于儿童的健康发育。幼儿园应当联系儿童家庭,向儿童家庭汇报,每天给儿童摄入的肉蛋奶以及营养物质。和家长进行配合,保证儿童的营养均衡。在此基础上,幼儿园教师也应当采用计算机等科学的评价标准,来制定出儿童一天所需要摄入的具体营养值。并

根据这一营养值,有计划有目标地进行缺失性的补充。或者过剩性的减少。通过这种方法,能够使儿童的膳食更加的合理。避免了儿童因为摄入不合理饮食而产生的各种健康的问题。

## 三、定时身心体检,保证儿童身心健康

幼儿园教师应当明确,治不如防的概念。一切疾病都需要以预防为前提,尤其是在幼儿园时期。儿童的身心正处于快速生长的阶段。教师应当定期地开展身心体验,观察儿童的身体发育情况,以及性格的养成情况。从而能够帮助教师及时地发现问题,早发现,早治疗,早引导。保证儿童的身心健康。<sup>[2]</sup>

体检的本意是预防疾病发现疾病和治理疾病,并且这一疾病不仅是儿童身体上的问题。还要注重儿童思想上以及认知上的问题。幼儿园应当每隔一段时间联系检查医生,保健师以及其他教师。将儿童的生长情况以及身体发育情况进行记录。并采取有效的标准,去观察和发现儿童是否存在问题。比如说,以传染病控制中心的数据为依据,观察儿童之间是否有传染病发生。又比如说,以当前儿童群体中龋齿平均个数为依据,患有过多龋齿的同学,要及时配合医生进行治疗。另外,以儿童保健理论中的具体标准去计算儿童的平均肥胖程度。观察儿童的平均体重以及发育状况。计算出整体儿童的肥胖率。其次就是,以儿童视力表为依据,在标准对数视力表中观察儿童群体中的近视的概率。在得知这些身体上的数据之后,教师要多去融入儿童。观察儿童的思想发育情况,及时地和儿童进行沟通,引导儿童积极健康的发展。

在学前教育阶段,儿童保健是一个不容忽视的课题。每一位教育工作者都要认清儿童保健的重要作用。它不仅能够直观地观察儿童是否健康的发展,还能够反映教师对儿童的教学方式是否合理,儿童的思想以及认知是否正确等因素。为此,在实际进行儿童保健的过程中,需要教师具有标准的评价机制。妥善且合理地联系儿童家长共同为儿童的健康做努力,最后,要注重为儿童渗透积极健康的思维。通过多种方式进行努力,保证儿童的健康生长发育。

## 参考文献

[1]郑柳丹. 幼儿园儿童保健工作的重要性及系统管理措施分析[J]. 今日健康, 2014: 373-373.

[2]郝爱霞. 幼儿园儿童卫生保健教育模式的研究[J]. 魅力中国, 2019: 288.