

新课标下幼儿健康教育的探究

孙彤

(河北省张家口市怀来县幼儿园府前部 河北 张家口 075400)

[摘要] 学前儿童身体发育尚未完善,自我保护意识、对疾病的抵抗能力、对环境的适应能力较弱,容易受到伤害。幼儿心理发展迅速,易受多种因素影响,他们的行为方式具有极大的可塑性。因此,他们要接受适当的健康教育,参与力所能及的健康活动,以学到更多的健康知识,改善自己的健康态度,形成有利于自身和他人健康的健康行为。

[关键词] 幼儿教育;健康;探讨

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.05.1963

“幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿的健康放在工作的首位,我们必须高度重视幼儿的健康教育。”针对这一理念我们幼教工作者该如何将健康活动内容融入到一日生活的每一个环节中呢?

一、日常健康行为教育

幼儿健康教育重视健康习惯的培养,幼儿期的健康行为习惯不仅奠定了未来健康的基础,而且有益于今后生活、学习、工作的条理性与逻辑性的提高。1、自理能力培养:《纲要》中指出“根据幼儿的需要,建立科学的生活常规,培养幼儿良好的饮食、睡眠、盥洗、排泄等生活习惯和生活自理能力。”由此,我们根据幼儿的不同年龄特点设计了不同的教育活动。例:冬天到了,孩子们的衣服都穿的很多,午睡起来时孩子穿衣服、裤子比较慢,有的还需要老师帮忙,于是我想用到我们中班所学的儿歌来激发幼儿自己穿衣、裤的兴趣:“抓住袖口,找到洞口,轰隆轰隆,开到到袖口,到了袖口,松开小手。两个裤腿像山洞,两个脚丫钻山洞,左脚钻进左山洞,右脚钻进又山洞,呜呜呜呜,两列火车出山洞。”孩子们边说儿歌边完成了穿衣、裤的动作,这样把游戏运用到生活中,孩子们又高兴学得又快。2、卫生习惯培养:殃及全国的“非典”留给人们的启示之一就是提高国民的公共卫生意识。所以,在生活中笔者和孩子们一起争当“环保小卫士”,培养幼儿养成良好的卫生习惯,不乱扔果皮、纸屑,保持环境卫生,并设计了主题活动,争做健康的孩子”,提高孩子们的环保意识。

二、安全常识教育

根据《纲要》提出的密切结合健康教育,提高幼儿自我保护意识和能力的要求,我园开展了形式多样的安全教育活动,如:教师在美术活动中提供剪子、小刀等工具时,知道幼儿怎样正确使用,并告诉幼儿工具的可伤害性。组织幼儿认识生活中常见的安全标志:安全出口、禁止吸烟、行人止步、危险等。我们还组织幼儿进行“安全疏散演习”活动,让幼儿了解最近的求生路线。带领幼儿体验交通警察的工作,认识斑马线,了解常见的交通标志等许多生动、直观的活动。将幼儿的安全教育渗透到幼儿的一日生活的每一个环节之中。

三、心理健康教育

幼儿健康教育的主要目的是使孩子身心健康和谐发展,而健康教育包括心理健康和生理健康两方面。幼儿的心理健康是指心理发展达到相应年龄组幼儿的正常水平,情绪积极、性格开朗、无心理障碍,对环境有较快的适应能力。在对个体的观察中笔者发现儿童个体也经常出现的问题并不是智力问题,也不是道德品质问题,更多的是其自身在成长过程中碰到的一些心理问题。人的个性、性格、思想道德和行为习惯都是在一定的教育影响下逐渐形成和发展起来的。在幼儿时期受到的教育和影响,常常会在一生中留下印记。不少有心理、行为问题的成人,究其原因常常可以追溯到童年时代。如在冷漠、甚至虐待中长大的儿童,往往有着强烈的自卑感。性格孤僻或暴躁,

富于攻击性,被溺爱的儿童往往以自我为中心,自私不爱劳动等。而在幼儿期如果受到良好的教育,就能够形成许多好的行为习惯和符合社会要求的行为规范,如:爱清洁、懂礼貌、爱学习、爱劳动等。现在,幼儿健康教育被视为整个社会精神文明建设的重要组成部分,针对许多家庭过分溺爱,造成部分幼儿冷酷、缺乏同情心,习惯接受别人的帮助,而不知道应该关心帮助他人,于是我制定了几个爱心教育活动:1、通过关心爱护动植物培养爱心:我班级的植物角养了小乌龟和许多花草,孩子们在给小动物按时喂食和为花浇水、施肥并做观察日记等操作活动,萌发了爱心和责任感。2、每周进行一次周小聚活动,通过游戏活动中班孩子能亲身体验到帮助小弟弟、小妹妹的乐趣,而小班的幼儿也在大哥哥、大姐姐身上学到许多生活经验,他们之间建立了良好的同伴关系,在集体生活中感到温暖,心情愉快。3、开展每天做一件好事评比活动,让幼儿从身边的每一件小事做起。4、与家长密切配合,共同帮助幼儿克服心理障碍。我班有对双胞胎,刚来园时性格特别孤僻,不合群,都是他们两个人在一起,又不喜欢参加体育活动,体质弱爱生病。他的家长告诉我,孩子在家和家人也很少交流,生活圈比较窄,很少与外界接触,所以造成他们性格自闭,对别人不信任,胆小、不喜欢与别人交流等一系列心理问题。针对他们的这种现象,我先从亲近他们开始,把他们一个一个地拉到身边问他:你的衣服很漂亮,是妈妈买的吗?你和哥哥(弟弟)谁最听话?从一些简单的生活话题开始,他们开始和我聊天,并产生信赖感,每次和他们聊天我都会鼓励他们,比如:“谢岩今天帮老师收玩具了,谢胜帮老师发笔了,表现真好,谢谢你们!下次还帮老师好吗?”孩子们在表扬和鼓励下特别高兴,慢慢地开始主动说话,告诉我们看到和听到的事情,性格也变的开朗了。由于他们都喜欢看书,知道许多兵器方面的知识,因此,我经常让他们给小朋友介绍他了解的兵器,小朋友特别爱听,对他闷都崇拜,从他们的眼神中我看到了自信和骄傲。他们渐渐地与小朋友的交流也越来越多了。为了扩大他们的活动范围,我经常让他们去其他班级取教具和教学用品,这样锻炼了他的语言表达能力和与陌生人说话的勇气。几个月过去了,孩子的进步特别快,时常能听到他们开心的笑声,体育活动中看到了他们矫健的身影,家长对教师的辛勤工作给予了很高的评价。

总之,我认为只有从理念到行为真正把保护幼儿的生命和促进幼儿健康放在工作的首位,高度重视幼儿的健康教育,全面培养幼儿的健康行为才能真正的促进幼儿身心的健康发展。

参考文献

- [1]沈晓燕.幼儿心理健康教育家园合作有效性策略探讨[J].新课程(综合版),2019,(8).221.
- [2]彭叶妮.幼儿心理健康教育家园合作有效性策略探究[J].当代家庭教育,2019,(34).28.