# 浅谈幼儿园健康教育渗透日常活动中

【摘要】：

　　幼儿园健康教育是幼儿园对幼儿实施素质教育的一个十分重要的组成部分，随着新的课程标准的颁布，幼儿园健康教育作为课程领域之一已提升到很高的地位。在新的教育理念中，“健康”包括两个方面的内容----身体健康和心理健康。生理的健康发育和心理的健康发展是有机结合的。更渗透幼儿园的日常教学活动中。

【关键词】：健康教育、日常活动、生理健康、

陈鹤琴先生认为：“儿童离不开生活，生活离不开健康教育；儿童的生活是丰富多彩的，健康教育也应把握时机。”，正如《新纲要》中所说：幼儿健康教育是生活教育，应当在盥洗、进餐、清洁、睡眠、锻炼、游戏等日常生活的每一环节渗透健康教育理念，实施健康教育策略；要积极探寻日常生活中的幼儿健康教育的特点和规律。而幼儿的健康认知有别与成人，譬如，我们班有许多幼儿认为只要一接近感冒的人就会被传染，自己也会感冒；更多的幼儿无法理解、体会和想象现在坚持喝牛奶将会对今后骨骼、牙齿的发育产生怎样的有利影响；甚至不知道多喝开水有什么好处。这时候作为教师应常常契机教育。感冒是通过怎样的传播途径才会被传染的；牛奶含有丰富的钙物质等，能促进人的健康发育；多喝开水能补充一日所需水分等等。就是说教师在讲的过程要尽量贴近幼儿的实际生活，这样幼儿才能易懂。

　　另外幼儿每天生活的环境也是促进身心发展的有利武器。比如说良好的艺术环境。悦耳的音乐、漂亮的图画、好听的故事都能吸引幼儿的注意。但是幼儿注意的时间短，容易受各种环境因素的干扰，自我表达的能力较弱更应该引起重视。幼儿一日生活中的游戏是幼儿的基本活动，在游戏中，幼儿可以自然地流露出内在的心理冲突以及用语言所不能表达的情绪情感；在游戏中，幼儿能自由而愉悦地感受和学习健康的态度、行为和习惯，体验身心放松带来的快乐。因此，在幼儿健康教育中，我们要充分发挥音乐、美术、舞蹈、语言艺术的作用，把艺术和游戏紧密结合起来，为儿童创设游戏的情境。再譬如，园内设置警示标志、大型活动玩具活动时的保护提示、玩具架上的归类标识、自来水龙头旁的洗手图示，都是从日常活动中促进幼儿身心健康的发展。

　　此外教师一天的言行举止都深深影响着幼儿。教师应“以关怀、接纳、尊重的态度与幼儿交往。”为此，教师还应当积极构建健康的心理生活环境，创设和谐的班级氛围、平等鼓励的师幼关系。使幼儿情绪安定、心情愉快，要充分认识到心理环境对幼儿的影响有时比物质环境的影响更为深刻，要根据幼儿的情绪和行为表现反思、调整和改进心理环境。做到幼儿每天都能开开心心上幼儿园，喜欢与老师接近。

　　日常生活中健康教学活动是幼儿健康教育必不可少的形式。《新纲要》中指出“幼儿园的教育活动，是教师以多种形式有目的、有计划地引导幼儿生动，活泼、主动活动的教育过程。”健康教学即传统意义的“上健康课”，有别于生活中的健康教育，对于某些健康教育内容，譬如，幼儿不太容易理解的健康常识、不太容易掌握或需要系统训练的健康行为技能等，只有通过教师有计划。有目的、精心地教学设计，才能更好地引导、启发幼儿探索、理解和掌握。因此，幼儿健康教育的形式离不开健康教学。健康教学的内容可以是预先设定的，也可以是临时生成的。

　　《幼儿园教育指导纲要（试行）》明确要求：“教育活动内容的组织应充分考虑幼儿的学习特点和认识规律，各领域的内容要有机联系，相互渗透，注重综合性、趣味性、活动性，寓教育于生活、游戏之中。”幼儿健康的价值和幼儿成长的特点决定了幼儿园在进行任何领域的教育时都必须将维护和促进幼儿的健康放在首位，故健康领域与其他领域的融合是最必要的：如果幼儿教师真正持有健康第一的教育观念，那么健康领域与其他领域的融合也是最本质的，比如，在画画、看图书时提醒孩子坐姿端正、握笔正确、手眼保持一定距离等；由于“幼儿园的教育是为所有在园幼儿的健康成长服务的”，那么各领域的目标实质上是协调统一的，差异仪仅是侧重点的不同，因此健康领域与其他领域的融合是最可行的。一方面，各领域教育可以帮助实现幼儿健康教育的某些目标。比如，通过语言活动，发展幼儿的人际交往能力；通过社会学习活动，培养融洽的人际关系，使其乐意与人交往、增强自尊心和自信心；通过艺术活动，抒发内心的情感，促进健全人格的形成；通过科学活动，满足幼儿的好奇心，培养初步的环保意识；通过数学活动，了解身体形态的变化，等等；另一方面，幼儿健康知识的学习过程、健康态度的转变过程以及健康行为的形成过程都离不开各领域特有的教育形式的密切配合，如，以琅琅上口的儿歌、形象有趣的谜语、声情并茂的故事、栩栩如生的画面、引人人胜的探究等，唤起幼儿对自己身体的了解欲望、对健康食品的兴趣、对健康行为的向往。

由此可见幼儿园健康教育不容忽视，幼儿身心健康教育作为幼儿素质教育这个系统工程中的一个有机组成部分，可以操作的方式还很多。而要根本解决这个教育的问题，一方面有赖于幼儿园心理健康教育模式的建立与完善，另一方面，则需要幼儿园、家庭、社会诸方面的共同努力。我们更要把健康教育放在重重之重，将健康教育渗透日常生活中。