

幼儿园健康领域活动的有效策略

阿斯姆古丽·约赛尹

(新疆喀什疏勒县洋大曼乡13村幼儿园 844200)

摘要：健康教育是幼儿发展的当务之急，也是儿童健康发展的前提，是幼儿园健康教育的重要内容。基于上述分析，本文提出了目前幼儿园健康教育发展的现状及应对措施，以期为相关从业人员提供参考。

关键词：幼儿园 健康领域 有效策略

Effective strategies for kindergarten health activities

Asmguri Yosaiyin

(Kindergarten 844200, Village 13, Yangdaman Township, Shule County, Kashi, Xinjiang)

Abstract: Health education is an urgent task for children's development, a prerequisite for children's healthy development, and an important part of health education in kindergartens. Based on the above analysis, this paper proposes the current situation and countermeasures of the development of health education in kindergartens, with a view to providing reference for relevant practitioners.

Key words: effective strategies in the field of kindergarten health

前言：

孩子的健康成长是家长和教师共同的期望，孩子从小就能培养出良好的身体素质，这对他们的一生都有很大的好处。为此，新时期的幼儿教师要重视“健康领域”的五个层面，并运用各种有效的教育手段，营造有利于幼儿身心全面发展的良好环境。

一、幼儿心理健康教育的必要性

《幼儿园教育指导纲要》明确指出：“幼儿园要把幼儿的健康作为首要任务，把幼儿的健康作为首要任务。”在我国传统的教育中，家长和教师都十分注重幼儿的健康教育，而忽视了幼儿的心理健康。孩子的身体和心理都是健康的。有研究发现，我国很多青少年都有心理问题，在没有教师、家长的指导下，形成了孤僻、胆怯、自卑等心理，在学习、生活中表现出任性、自私、偏执等不良情绪，严重地影响了他们的健康成长。因此，应加强幼儿的心理素质教育，培养其勇敢、自信、热情等积极向上的精神状态，为幼儿的健康发展扫除障碍。

二、幼儿园教师健康教育应注意问题

(一) 教师要以正确的教育行为影响幼儿人格的发展

幼儿园的小朋友，他们的学习能力很强，他们的一言一行，都会被他们模仿，所以，他们必须要注意自己的行为，不能因为一句话，而影响了他们的性格。幼儿园的儿童不会因为一些不好的原因而对上学产生反感。幼儿是一个活泼好动、调皮捣蛋的年龄，教师要对孩子进行正确的教育，使其认识到自己的错误，不要责怪、惩罚孩子。不愿意上学的小孩，在心理上就会有一种不愿意与其他小孩有过多的交往，这会影响他们的社交能力。

(三) 教师要善于与儿童建立良好的人际关系

在幼儿时期，培养良好的人际交往对幼儿的心理健康发展至关重要。教师和学生之间的关系是儿童健康教育的开始。儿童与同学之间的良好关系，可以帮助他们认识到别人的优点，并形成共同的合作，从而为他们的发展奠定一个坚实的基础。

三、幼儿园健康领域活动的有效策略

(一) 实施传统游戏开展健康领域活动

传统游戏源远流长，集千万人之智慧于一身，在幼稚园玩传统游戏，必能使儿童感受到乐趣，并在不知不觉中得到健康成长。所以，作为一名幼儿教师，我们应该懂得怎样把传统的游戏应用到儿童的健康生活中去。

比如，在课堂上，我会让小朋友们参加传统的“滚铁环”，“它能锻炼我们的身体平衡和控制力。”让儿童了解这项运动对身体的积极影响，同时也能使他们对传统的体育项目产生兴趣。接下来，我就给孩子们解释“滚铁环”的方法，用自己的手做示范，来提高孩子们的自觉性。然后，我将小朋友分成小组，组织“滚铁环”比赛，让他们体验到参与传统游戏的快乐。然后，作者对儿童的游戏行为进行了比较合理的评价，并将其与其他儿童进行了交流。在此基础上，采用传统的游戏形式开展健康教育，使幼儿得到积极的情感体验，有利于幼儿身心的发展。

（二）营造良好的学习氛围

1.创造良好的心理环境；在平时的教学中，要积极营造良好的心理环境，营造良好的课堂气氛，使学生在过程中体会到老师、同学们积极向上的学习态度。通过幼儿的入园、离园、家长会、开放日等途径，加强与幼儿父母的沟通，使幼儿的心理健康和和谐的精神环境，并根据不同的心理特征，给出相应的建议。

2.创造良好的社会生活条件。在教学过程中，教师要注意到儿童的身体和心理发展特征。小孩子的好奇心比较强，比如鲜艳的颜色，生动的模型，都会引起他们的好奇心，他们可以在这样的学习氛围中，自由地学习，自由的游戏，自由的生活。在教学过程中，作者会通过制作布偶、积木、拼图等来培养孩子们的情感，从而使他们的身体得到更好的发展。

（三）通过绘本进行健康教育

当前，我国的幼儿保健教育缺少系统的教学工具和教材，教师在实际操作中往往依靠自身的经验，从而使其教学效果不理想。很多教师都会在教室里使用图画书，通过图画与文字的内在联系来表达一个故事，表达一些情感或者主题，让孩子更容易了解。图画是一种精细的绘画和简单的文字互动的艺术，不是为了装饰品，而是作为一种重要的表达方式，与文字相互补充，使儿童逐步地进入主

题。由于儿童才刚刚接触到系统的知识，词汇量还不够丰富，不会读懂的东西，而如果有了丰富的图画，他们就会明白。比如《大卫，不可以》，里面的大卫就是一个淘气的孩子，他总是做些恶作剧，而他的老师则可以通过绘本来为他讲解他的错误。

《啡里啪啦》插图描述了儿童在洗澡、刷牙、吃零食、玩游戏时所遇到的各种问题，并以诙谐的形式回答。透过对绘本的深入了解，儿童能够从日常生活中找到问题的答案。由于插图的内容十分丰富，并且大部分的插图都会给学生讲一个有趣的故事，与一般的教科书不一样，这是一种综合的、全面的、符合儿童的心理特点的教材。

（四）加强健康教育方面的活动

儿童在幼儿园呆得愈久，愈能更好地适应新环境。许多有益于健康的运动都能促进孩子的成长。因此，作为一名幼儿教师，应积极开展与实际锻炼相结合的健康领域活动，以增强自身体质、增强自身管理能力、开展健康领域的各项活动。

比如，我在《健康歌》里播放了一曲《健康歌》，让孩子们听：「孩子们，我要给你们介绍一种众所周知的嗜睡动物：努尼？」其次，分析小猪努尼的身世，并结合现实生活中的问题，教会幼儿刷牙洗澡的良好卫生习惯，从而有效地改善儿童的体质。之后，我会教导学生如何养成正确的卫生习惯，同时也会对他们进行一次健康教育。加强和实践相结合，充分发挥了幼儿的健康意识，激发了幼儿学习的主动性，有效地推动了幼儿园的健康领域活动。

结语：

总之，健康教育是幼儿园五大领袖的一个重要内容，作为一个新时期的幼儿教师，要以创新的教学理念，结合幼儿发展的实际，开展丰富多彩的教学活动，培养幼儿良好的心理素质，促进幼儿的身心发展，从而达到在幼儿园中开展健康领域活动的目的。

参考文献：

- [1]王玲.有效开展幼儿园健康教育活动的现状分析[J].教育革新, 2019(12): 69.
- [2]王娟.家园共育视角下幼儿健康教育的有效实施[J].中国教育, 2019(10): 87-90.