

## <<幼儿健康教育的探索与实践>>

### 图书基本信息

书名：<<幼儿健康教育的探索与实践>>

13位ISBN编号：9787303116393

10位ISBN编号：7303116397

出版时间：2010-11

出版时间：学前教育杂志社、颜磊、北京市教育委员会北京师范大学出版集团，北京师范大学出版社（2010-11出版）

作者：颜磊 编

页数：133

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<幼儿健康教育的探索与实践>>

### 内容概要

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的健康的行为。

本套丛书系北京市第二批“园本课程理论与实践探索丛书”，共25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，是长期研究、探索、实践的生动展现和经验总结。

《幼儿健康教育的探索与实践》为该丛书中的一本，主要介绍了幼儿园健康教育的内涵，幼儿园健康教育的基本要素，体育活动中的健康教育，生活活动中的健康教育，主题活动中的健康教育等方面的知识。

## &lt;&lt;幼儿健康教育的探索与实践&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 幼儿园健康教育概述第一节 幼儿园健康教育的内涵一、什么是健康二、什么是健康教育第二节 幼儿园健康教育的基本要素一、幼儿园健康教育的特点(一)广延性(二)游戏性(三)渐进性二、幼儿园健康教育的原则(一)科学性原则(二)面向全体幼儿与重视个体差异的原则(三)兴趣性原则(四)协调性原则(五)适宜性原则三、幼儿园健康教育的目标四、幼儿园健康教育的内容(一)小班(二)中班(三)大班五、幼儿园健康教育的组织形式(一)体育活动中的健康教育(二)生活活动中的健康教育(三)主题活动中的健康教育第二章 体育活动中的健康教育第一节 常规性体育活动中的健康教育一、体育教学(一)体育教学的特点(二)体育教学的基本结构(三)体育教学的组织与实施(四)体育教学的指导案例：熊和石头人二、户外体育活动(一)户外体育活动的特点(二)户外体育活动的内容与形式(三)户外体育活动的组织与实施案例：小兔拔萝卜三、体操活动(一)体操活动的特点(二)体操活动的种类与结构(三)体操活动的组织与实施(四)幼儿体操活动的指导案例：与孩子一起创编模仿操四、体育活动区(一)体育活动区的特点(二)体育活动区的内容与形式(三)体育活动区的组织与实施(四)体育活动区的指导案例：老师，我不害怕了第二节 特色体育活动中的健康教育一、幼儿运动会(一)幼儿运动会的特点(二)幼儿运动会的基本内容(三)幼儿运动会的基本形式(四)幼儿运动会的组织与实施(五)幼儿运动会的指导案例：孩子是运动会的小主人二、冬季锻炼(一)冬季锻炼的特点(二)冬季锻炼的内容与形式(三)冬季锻炼的组织与实施(四)冬季锻炼的指导案例：爸爸妈妈和我们一起来冬锻三、远足活动(一)远足活动的特点(二)幼儿远足的内容与形式(三)幼儿远足的组织与实施(四)幼儿远足活动的指导案例：游戏性远足活动“夺宝奇兵”四、其他活动(一)轮滑运动(二)健美操运动(三)跆拳道运动(四)网球运动(五)游泳运动第三章 生活活动中的健康教育第一节 培养幼儿良好的生活与卫生习惯一、进餐习惯的培养(一)小班案例：看谁最像小白兔(二)中班案例：筷子夹物比赛(三)大班案例：胡萝卜有营养二、盥洗习惯的培养(一)小班案例：洗手儿歌(二)中班案例：争做“健康小卫士”(三)大班案例：吃完东西要漱口三、睡眠习惯的培养(一)小班案例：让小宠物自己睡(二)中班案例：梦梦睡觉了(三)大班案例：上床不磨蹭四、饮水习惯的培养(一)小班案例：“卖水”游戏(二)中班案例：人离不开水(三)大班案例：一天要喝六杯水五、如厕习惯的培养(一)小班案例：抱娃娃上厕所(二)中班案例：好朋友碰碰头(三)大班案例：卫生间有了手纸桶第二节 培养幼儿自我保护的意识与能力一、五官保健的教育(一)小班案例：耳朵生病了(二)中班案例：眼睛真重要(三)大班案例：换牙的启示二、疾病预防的教育(一)小班案例：不怕打预防针(二)中班案例：预防传染病(三)大班第四章 主题活动中的健康教育参考文献

## <<幼儿健康教育的探索与实践>>

### 章节摘录

版权页：插图：（二）健美操运动在音乐伴奏下进行，能培养幼儿的韵律感、节奏感和美感，同时可以增加学习的兴趣，经过一段时间的形体训练，可使幼儿的身体形态具备和谐、优美的特征，具有“健、力、美”的形体美，能从小初步感受、了解一种健身方法，形成终身锻炼的意识。

另外，在增强体质、获得优美姿态和动作的同时，使幼儿在生理、心理、社会性、艺术性等方面获得综合、全面的发展。

幼儿健美操训练包含着高度的艺术性因素，它的协调、流畅、有弹性，使练习者不仅锻炼了身体、增强了体质，而且从中得到了“美”的享受，集音乐与舞蹈为一体，塑造出和谐健康的人格，提高了艺术修养。

健美操训练动作比较单一枯燥，对幼儿来说也是很好的抗挫折教育，能培养幼儿不怕苦、不怕累的坚强意志品质。

（三）跆拳道运动跆拳道的健体作用不言而喻。

其动作的各种踢腿、手臂的上格、下截、拉伸等运动，可使幼儿的肌肉和力量得到增强，肌腱、韧带、肌肉的弹性得以提高，从而增强幼儿的体力和柔韧性。

跆拳道可给大脑许多良好刺激。

练习过程不单是骨骼肌肉的收缩，而是空间感知、经验、类型识别等右脑功能的综合发挥，因此非常有利于发展幼儿的空间转换、形体感知等右脑功能，提高幼儿形象思维和创造力。

此外，幼儿还要主动想办法克服困难，既锻炼意志，又培养了勇敢精神，身心也得到启迪。

跆拳道推崇“以礼始，以礼终”的尚武精神，讲究未曾学艺先学礼，未曾习武先习德。

通过师幼间的互敬、活动时的敬礼仪式、幼儿之间的相互礼让等，让幼儿理解“礼”的含义，知道怎样做才是“礼”的表现。

（四）网球运动幼儿短式网球有网球运动的全部内涵，它可以充分挖掘幼儿的柔韧性、协调性、感受性、模仿性强的潜力，在玩中健身和掌握简单网球技术，训练协调性、爆发力和耐力，增强体质。

网球本身有很多的礼仪规则，如不许跨网、不许用脚踢球等。

比赛前先猜“石头、剪刀、布”选场地或发球权；比赛中要等对方准备好后才发球；比赛结束时，不管是赢是输，都要与对方握手。

教练在训练过程中会将规则一点点渗透给幼儿，使幼儿形成良好的规则意识。

幼儿短式网球注重以“玩”为主，在健身的同时还可愉悦孩子的身心，使孩子在娱乐中得到网球活动的训练，培养孩子们正确的网球意识，为与正规网球“接轨”打下基础。

<<幼儿健康教育的探索与实践>>

编辑推荐

《幼儿健康教育的探索与实践》：园本课程理论与实践探索丛书(第2辑)

<<幼儿健康教育的探索与实践>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>