

儿童与健康[®]

身体—心理—社会适应
全方位健康成长

ERTONGYUJIANKANG

2021

04

主管 中华人民共和国教育部 主办 西安交通大学 邮发代号 52-123 订阅价10.00元 零售价12.00元

总第291期



《幼儿园里的欢乐生活》(局部)
西北工业大学幼儿园 邵宇涵

本期导读

学龄前儿童家庭眼保健的指导策略

近年来,儿童近视率越来越高,儿童眼保健成为了家庭和幼儿园都非常重视的一项工作。我国从幼儿电子产品的使用、饮食、学习、生活习惯等多方面总结出“一限、二解、三增强”的儿童眼保健有效策略,以此培养儿童良好的用眼习惯,为孩子一生的成长打下良好的身体健康基础。

用思维导图提高5~6岁幼儿自我情绪的调适能力

愉快的情绪是幼儿身心健康的重要标志之一。通过设计与运用情绪思维导图引导幼儿正确看待产生负面情绪的事件,并将过程分解为“事件”“想法”“结果”三个部分,利用思维导图让幼儿梳理自己负面情绪产生和演化的过程,从而生成良好的情绪和行为,最终达到提升调适情绪适应能力的目的。

开心小司机——在探索中让幼儿体验游戏的快乐

由大桥到开车、由开车到赛车——宽松的心理氛围让幼儿集中精力一次次地进行尝试和摸索,体验自我成功的喜悦。孩子们通过选择不同形状的积木尝试在桥面玩“开车”的游戏,在玩的过程中相互模仿、学习、挑战,发展各自的社会交往能力,提升竞争意识,由此引发游戏活动不断升级并向深度学习发展。

国际标准连续出版物号
9 771 004 969 211
ISSN 1004-969X
04

邮发代号 52-123



本刊微信公众号



家园共育小讲堂



本刊知网二维码

3月10日—5月15日
第十一届“育儿杯”
儿童书画大赛即将开赛



扫描二维码
获取详细信息



比
赛
主
题

- 健康小卫士
- 抗疫故事
- 绿色家园
- 植物世界
- 可爱的小动物
- 太空遨游
- 欢聚时刻

咨询电话 029-82655427
15029058040
(微信同号)

学术总顾问



马以念

西北师范大学教授
世界学前教育组织荣誉会员

朱家雄

华东师范大学教授
中国学前教育研究会副理事长

孔美琪 (香港)

世界学前教育组织主席
维多利亚教育机构总校长《儿童与健康》杂志理事会
理事单位及代表
(排名不分先后)

- 西北工业大学幼儿园 王 莉
杨凌高新幼儿园 梁 杰
四川天府新区华阳幼儿园 徐途琼
兰州军区幼儿园 王 敏
安康市旬阳县第三幼儿园 闫丽馨
神木市和谐家园幼儿园 黄 青
延安市新区第四幼儿园 强建梅
成都市双流区黄龙溪东岳幼儿园 徐图艳
宁波市第二幼儿园 王晓璐
苏州市闾西实验幼儿园 何 暄
成都市郫都区红光示范幼儿园 吴晓霞
宁波市鄞州区中河街道华泰剑桥幼儿园 谢 莹
苏州市新康实验小学附属幼儿园 龚燕红



本刊微信公众号



家园共育小讲堂



本刊知网二维码

中国邮政报刊发行
China Post Newspapers & Periodicals Distribution随心订阅
“邮”享生活

扫码订阅《儿童与健康·幼儿教师参考》

· 报刊在线订阅网址 BK. 11185. cn
· 客户订阅电话 11185
· 全国邮政营业网点
· 合作服务电话 010-68859119

目录

保健保育课堂

- 学龄前儿童家庭眼保健的指导策略.....万 涛 王琬榆 04
游戏化体能运动融入幼儿早操的实践与思考.....朱国平 06

心理健康

- 用思维导图提高5~6岁幼儿自我情绪的调适能力.....胡 艳 08

经验交流

- 编织蛋网：学会STEM思维方法.....姜月玲 12
捕光捉影：一次班本微课程构建的探索.....徐亚萍 14
小班科学课程：调皮的海洋球.....许 婧 17
幼儿园大班经典名著渗透式教育教学活动的实践
——以《西游记》为例.....韩慧娟 20
游戏观察：孩子的学习很自然.....凌 燕 22
班本课程叙事：成长在“线”.....张敦梅 24
大班社会课程：当“垃圾”遇上“分类”.....薛丽云 魏培培 26
课程游戏化背景下班本主题活动
——以大班“桥之旅”活动为例.....彭 莹 29
幼儿美术活动中生活化模式的运用.....贾舒雅 32
新教师科学区指导策略的有效提升.....李 剑 34
巧妙运用游戏化教学激发幼儿美术学习的兴趣.....王 帅 36
幼儿园小广播活动的有效实施.....葛静娜 38
角色游戏中幼儿社会性发展的培养研究.....杨 帆 40
运用“游戏问题导图”解决幼儿游戏问题.....朱小薇 42
幼儿园图书角创设现状与问题分析.....崔 强 44
大班生活课程“厨余大作战”的实践与反思.....赵小利 47
培育“真人”——从一块饼干开始.....任琴芳 50
谈4~5岁幼儿益智区活动材料的投放策略.....彭 靖 52

亲自然玩与学

系列讲座：且谈幼儿在亲自然中的玩与学

第十五讲 亲自然活动中家长的认同与参与

-王 莉 陈知君 54
追随孩子，快乐种植
——中班幼儿在种植园的那些事.....丛马琴 56

案例面面观

开心小司机

- 在探索中让幼儿体验游戏的快乐.....刘丙奎 58
进退之间：谈区域游戏中教师的介入策略.....彭 燕 60

“儿童视角”下的园所环境优化策略.....	陈丽芳 62
幼儿自理能力培养的观察分析.....	李瑞芳 64
案例背景下拓展性材料对幼儿创作的影响.....	顾 晔 66
基于核心经验的中班个别化学习活动的行与思.....	臧增芳 68

家园共育园地

给孩子一个热爱阅读的家.....	戴仕梅 71
小确幸：启发幼儿对幸福生活的认知.....	钱晓伟 72

游戏化活动

语言活动：《天哪，错了！》.....	左 娟 75
语言活动：春姑娘的美.....	周 婷 张 敏 78
科学活动：小动物长大了.....	刘玉枝 80
艺术活动：漂亮的纸巾花.....	郁红梅 81
艺术活动：捕鱼来了.....	傅郁磊 83
健康活动：小乌龟爬呀爬.....	周 云 85
健康活动：我是小模特.....	余新风 88

成长风景线

童话剧诞生记.....	何子韵 彩二
内外兼修提品质 质量立园助品牌.....	陕西省旬阳县第三幼儿园 彩四

教育札记

爱，妙不可言.....	扈国华 11
-------------	--------

资讯

幼儿咳嗽老不好如何护理.....	10
资讯.....	70, 79, 88
第二十二届“育儿杯”儿童书画大赛即将开赛.....	封二
第二十一届“育儿杯”儿童书画大赛优秀作品展示.....	彩一
广告 向您推荐《婴幼儿家庭照护指导》.....	封三
公益广告.....	封底

新闻记者证年度核验人员名单公示

依据《新闻记者证管理办法》和《国家新闻出版署关于开展2019年新闻采编人员岗位培训考试的通知》有关规定，我单位对持有新闻记者证人员的资格进行严格核验，现将人员名单公示如下：

吴小桃 傅丽娟

如有异议，请书面、当面或电话向陕西新闻出版广电局举报

举报电话：029-85225382 029-85223101 029-33371518

本刊编辑部

投稿邮箱：youjiaocankao@foxmail.com

本刊官方 QQ

一群：75658056 二群：516686039
三群：144486355 四群：735537542

主管 中华人民共和国教育部
主办 西安交通大学
出版 《儿童与健康》编辑部

主编 吴小桃

本期执行编辑 伍 韵

本期编辑 傅丽娟 李鹏龙 马云云

设计制作 景 晨

电话传真 029-82655427
13572187070

主编助理 王 青

电话传真 029-82655427
13572187070

地址 西安市雁塔西路76号007信箱

邮编 710061

E-mail youjiaocankao@foxmail.com

收录 《中国学术期刊(光盘版)》
全文收录期刊(知网CNKI)
中国期刊全文数据库(CJFD)
国家图书馆馆藏

印刷 西安创维印务有限公司

邮编 710068

地址 西安市太白南路光华路中段2号

电话 029-88231355

国内统一刊号 CN61-1258/R

国际标准刊号 ISSN1004-969X

广告经营许可证 6100004000060

营销广告代理 陕西黑骏马广告传播有限公司

发行 中国邮政集团公司陕西省报刊发行局

订阅 全国各地邮政局

国内订阅代号 52-123

订阅价 10.00元

零售价 12.00元

国际订阅代号 M6419

港澳台地区 \$5.00

国外 \$10.00

出版日期 2021年04月01日

2021《儿童与健康》杂志声明

1.凡向我刊投稿或应编辑特约撰稿的作者,均应向本刊签署“作品版权转让确认书”,自作者签字之日起生效。

2.来稿均需原创,文责自负。

3.投寄本刊稿件(文、图、照片等)恕不退还,敬请作者自留底稿,切忌一稿多投。

4.从投寄之日起30个工作日,录用与否我刊均邮件通知作者,未录用稿的作者方可另行处理,避免因一稿多投可能导致的法律纠纷。

5.查询稿件时请注明稿件编号。

6.为适应我国信息化建设,扩大本刊及作者知识信息交流渠道,本刊已被CNKI(知网)系列数据库、移动端APP学习通收录,其作者文章著作权使用费与本刊稿酬一次性给付。如作者不同意文章被以上数据库收录,请在来稿时向本刊声明,本刊将做适当处理。

本刊若有印刷、装订质量问题请寄本社调换
本刊对所发作品拥有版权,欢迎联系转载并寄刊和稿酬

E-mail:youjiaocankao@foxmail.com

“儿童视角”下的 园所环境优化策略

江苏省苏州市沧浪实验小学附属幼儿园 陈丽芳

幼儿园环境是孩子自我表现的舞台，也是孩子信息与经验交流的窗口，更是幼儿尽情想象与创造的天地。作为一所老城区的老公办园，我园的班级活动空间小、走廊狭窄、户外空间有限，面对现状，我园老师们不断地探索、规划、调整，让小环境发挥大空间功能，将环境交还给孩子，为孩子们成长加推助力。

于是，基于以幼儿为本的理念，我们请老师停下忙碌的身影“站稳十分钟”，捕捉幼儿行为背后真正的需求，从一个个鲜活的案例中全面、积极、客观地分析幼儿、发现问题。

⌘ 追随儿童，了解需求，改变环境

(一)格局——由室内向室外延伸，“流动”与“固定”按需切换。

案例1:

月亮班（中班）的建构区设置在相对有独立空间的午睡室里。建筑队长乐乐带领着小朋友开始建构区的游戏，他们决定搭一个高架桥。经过半个多小时的游戏时间，高架桥搭好了，大家都很开心。第二天、第三天，意犹未尽的孩子们又选择了建构区，可是高架桥看上去怎么和昨天的没什么区别呢？（分析：在老师的思考与教研组的介入讨论后，大家发现了原因：建构区设置在午睡室，每次搭建好后在幼儿午睡前都要全部拆掉。第二天，所有的工程都要重头开始，摆弄同样的一套流程而孩子们想进一步丰富内容的机会就被“来不及”抹杀了。）

于是我们将改变的权利还给幼儿，与全班小朋友一起讨论：“你觉得建构区放在哪里最合适？”小朋友选择了楼梯处的下沉空间，将原先“流动”的建构区搬到了室外变为“固定”的建构区，让桌面建构与地面建构整合在一起。现在，孩子们每天都能在原来建构的基础上增加新的内容，建构技能也得到了相应提升。

但是我们发现区域的“流动”与“固定”，还要根据班级需要和区域性质决定。于是我们重新和孩子们讨论班级的区域规划：“哪些可以固定？哪些可以流动？”孩子们组成一个个项目小组，共同规划班级的区域环境——给类似建构区、美术区、科学实验区等材料多、整理难、需要展示作品的提供一个相对稳定的区角；同时，也保留了一些流动的区域缓解班级

空间的压力，如角色游戏材料平时放在班级的某个角落，活动开展时幼儿先自主选择场地，然后把材料通过可移动架子运送过去，这样既便于幼儿操作又扩大了区域空间。又例如，我们尝试将娃娃家、生活区、语言区打通，根据孩子的需要创设温馨的空间，当孩子开展娃娃家游戏时，用一扇自制“门”或者一座屏风可以随时把娃娃家等区域搭建起来……

(二)空间——由平面变为立体，“局部”与“整体”和谐共存。

案例2:

在中班美术区里，孩子们用各种材料制作蝴蝶，有的用颜料涂色，有的用黏土黏贴，有的用撕纸装饰……突然卯卯跑来说：“老师，桌子太小，我想用毛根和毛线装饰，可是拿来后发现桌上放不下了。”新问题来了，孩子的桌面操作空间怎么才能变大？

在和孩子们讨论这个问题之后，他们根据自己的生活经验，想出了各种各样的方法，用简笔画的形式表现出来进行全班投票。孩子们还求助老师、家长一起制作，于是桌子上的工具材料被“架空”了，整个美术区变立体了：剪刀、双面胶、水彩笔等各种工具，部分纸张、废旧物等低结构材料都展示在孩子操作区上方，一目了然、取放方便，桌面操作区域随之变大了。

另外，为了满足幼儿作品被展示被关注的需要，我们将墙面、地面、窗户等一切三维可利用空间进行了立体整合，从而满足了幼儿作品的多面呈现。同时美术作品也由局部呈现向整体呈现发展，作品从区域、主题墙拓展到了角色游戏；从室内拓展到了户

外，整个幼儿园被孩子充满童趣童真的童画装点着。

(三)材料库——由单一变共享，材料库利用最大化。

案例3:

贝贝班(小班)的孩子正在开展角色游戏。扮演小客人的小美想要去种植地里摘点油菜花送给娃娃家的孩子，可是她发现摘来的花没地方放。于是小美来到糖果屋，拿了一个没放糖果的空罐子，却听见贝贝大声说：“这是我们糖果屋的罐子，你不能用。”(分析：小美的行为是值得肯定和表扬的，但贝贝说：“糖果屋的罐子你不能用了”的背后是什么原因？我们也反思了材料库的利用——是不是因为材料库的位置、分布，造成各区域中材料的模式化运用。于是，老师与幼儿一起讨论“糖果店的空罐子，其他游戏能用吗？可以怎么用？”)

在老师的帮助下，幼儿将各个区域中的游戏材料进行调整、分类，材料库摆放到了离美术区、建构区这些需要辅助材料多的区域比较近的地方。同时，将材料库从区域自用变为班级合用，从班级合用变为年级共享。在没有材料取用的限制后，我们惊喜地发现孩子们产生了源源不断的游戏创意，展现出了一个不一样的“游戏世界”。

因此当老师学会了观察，尝试以儿童视角分析问题，顺应孩子的需求优化环境，我们惊喜地发现了这样的转变。

1. 我们尝试把“教育融入自然”

(1)教师发现自然角太高，不适合孩子的参与，于是在与孩子们商量后选址，把自然角搬到了户外。动植物在户外更加恣意生长，孩子们也在这种生长中与它们距离更近：可以蹲下来仔细看看小乌龟是怎样划水的；菊花的叶子上有什么美丽的花纹。

(2)教师发现孩子们更喜欢去户外开展角色游戏，所以游戏材料里就了帐篷、野餐垫、雨衣等支持孩子们的游戏需求，鼓励孩子大胆创设游戏情境。天气晴好的日子里，孩子们推着宝宝车，带着小吃，坐在帐篷里和好朋友野餐聊天。下雨的日子他们也不怕，也想出去走走，于是穿着小雨衣、雨靴，在户外开开车、踩踩水，好不惬意啊！

2. 我们还尝试把“生活寓于环境”

(1)孩子需要自我调适的地方——“私密屋”的出现满足了幼儿独处的需要和其他一些情绪情感的需求，当孩子有需要时就会在那里找到安慰，通过独自游戏、自省等得到排解和抒发。

(2)孩子喜欢自我管理的模式，“小小值日生”“我是小班长”等环境的呈现让孩子们自主安排为班级服务的时间和内容，有“我是班级小主人”的代入感。

(3)孩子喜欢创造自我的空间：教室活动空间小，所以我们给橱柜安装了万向轮，由固定变为半固定，幼儿可以根据活动需要自己推动橱柜，将教室变为他想要的样子。

(4)孩子喜欢有自我选择的权利，因此“户外场地的自主预约”就可以让孩子选择自己想去的、想玩的游戏……

守护“童趣”，权利转移，师幼共创。

在改变班级环境的基础上，我们开始对户外游戏环境进行适宜优化，努力营造有助于幼儿自主创设、自由选择、大胆尝试、乐于探究的户外环境。

首先，我们减少了走不进去、玩不起来的绿化场地，挖掘和利用全园边边角角的空间，满足幼儿各类户外活动的需要。

例如：一成不变的矮树丛通过改建变成了堆放孩子用于自主游戏的玩具天地；单调的草坪改建成了满足幼儿对生命体验的种植地。

其次，减少了只能看，不能玩的墙面，使其为幼儿的发展服务，满足幼儿活动的需要。

例如：原来只具观赏性的走廊墙面变成了孩子们任意涂鸦的一方小天地；原来被闲置的白墙成了孩子们自由建构又能及时被展示的乐高墙。

第三，顺应需求，让幼儿成为游戏的主人。

游戏对于幼儿之所以魅力无穷，原因之一就是幼儿可以在游戏中充分发挥自主性。他们自主自愿地从事自己喜欢的活动，支配控制自己的行为。因此我们倾听孩子的需求：你想玩什么？你想怎么安排场地？你需要什么材料？……然后鼓励孩子为自己的游戏策划、支招、找材料，孩子们热情地参与到游戏的设计、构建中，品尝自主游戏的快乐。

综上所述，“追随、共创、成长”的环境改造思路是我们探索课程游戏化建设的一个切入点，更是推动点，同时也是幼儿游戏的助推器。在适宜的环境下，我们再探索适合幼儿发展的适宜性游戏，引导幼儿向更高水平发展才是我们最终的目的——我们将伴随孩子们在游戏中欢笑，在游戏中成长！

向您推荐：

《婴幼儿家庭照护指导》

3岁以下婴幼儿照护服务事关婴幼儿健康成长，事关千家万户。对0~3岁的婴幼儿来说，父母的关爱比什么都重要，但怎么爱，是一门学问。宝宝除了需要父母精心的照顾，帮助其身体机能良好的发育，还需要精神上的营养滋润，促进其身心和谐健康成长。在长期的一线育儿工作实践发现：越来越多的家长渴求优质的家庭婴幼儿照护指导，也愿意为孩子付出时间和精力来解决育儿道路上困惑与疑问。

鉴于上述背景，本书用全彩印刷、图文并茂的形式分年龄段解读0~1岁、1~2岁、2~3岁宝宝的年龄特点、发展指标、养育及教育策略。

★ 每章篇首，率先推介的是该年龄段婴幼儿的生长发育指标。

★ 在不同年龄段的宝宝养育、教育策略中，用通俗易懂的文字给父母提出教养建议，并辅以亲子游戏和“温馨提示”，突出重点，彰显指导性和实用性。

★ 根据家庭育儿中遇到的方方面面问题，采用或简问简答，或“成因分析+对策处理”的方式给家长提供专业的指导意见和建议。

★ 用专门的篇幅介绍婴幼儿常见症状的家庭护理步骤和方法。

全书力求使婴幼儿父母树立正确的育儿观念，掌握科学的育儿知识，学会正确的育儿方法，进而提升科学育儿的综合能力，促进家庭婴幼儿早期发展教育和健康指导的纵向发展，为孩子们的健康成长奠定坚实的基础。



主编：王莉 柳铭
出版：西北工业大学出版社

生理学家发现，儿童的智力和性格在0~3岁就完成了60%，这三年是大脑发展的黄金期；美国诺贝尔经济奖得主詹姆斯·J·赫克曼在《因人而异的教育回报估计》一书中指出：对0~3岁儿童教育投入的回报率为1:18，3~6岁为1:7，小学为1:3，大学为1:1……所以，我们有理由认为：投资孩子越小越早越好，这才是事半功倍的明智之举！



目录

- 第一章 0~1岁婴幼儿家庭照护指导
- 第二章 1~2岁幼儿家庭照护指导
- 第三章 2~3岁幼儿家庭照护指导
- 第四章 婴幼儿常见症状与意外伤害的家庭处理

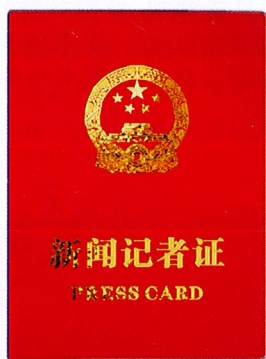


(微店九折包邮)



支持记者采访 保护公众权利

如何辨别新闻记者证真伪？



2019版新闻记者证



方式一 二维码扫描

用智能手机扫描照片下方二维码，核验新闻记者证信息，如显示被查询人的样证信息和照片，说明是真记者证；如不显示，说明不是真记者证。



方式二 短信查询

移动手机用户发送“CXXM记者姓名#单位名称”到10660840查询，如收到被查询人的证件信息，说明是真记者证；如收到“您查询的记者信息未找到……”等字样，说明不是真记者证。



方式三 网站查询

登录中国记者网 (<http://press.gapp.gov.cn>) 首页新闻记者证查询栏，输入新闻记者证相关信息，如显示被查询人的样证信息和照片，说明是真记者证；如显示“没有找到您想要查询的内容……”等字样，说明不是真记者证。

本刊地址：陕西省西安市雁塔区雁塔西路76号007信箱

邮政编码：710061

联系电话：029-82655427 13572187070（商务通）

国内统一连续出版物号：CN61-1258/R ISSN1004-969X



本刊微信公众号



家园共育小讲堂



本刊知网二维码

订阅价：10.00元 零售价：12.00元