

也谈学前儿童家庭教育

高庆春

(齐齐哈尔高等师范专科学校, 黑龙江 齐齐哈尔 161005)

摘要:有相当一部分家长对学前儿童健康教育认识不足。树立正确的学前儿童健康教育观应采取加强学前儿童的身体健康发展、心理健康发展和安全卫生教育等策略。

关键词:学前儿童家庭教育;健康教育观;实施策略

中图分类号: G616

文献标志码: A

文章编号: 1002-0845(2011)01-0018-02

学前儿童家庭教育作为学前儿童教育的重要组成部分,有其自身的特殊性和针对性,幼教工作者及广大家长朋友对其应给予足够的重视。

一、树立正确的学前儿童健康教育观

1. 部分家长对学前儿童健康教育认识不足

健康是个体实现生命价值的基本潜能。我国著名的学前教育专家陈鹤琴先生曾经说过:“身心健康是一个人最大的资本。”1989年,世界卫生组织将健康的概念定义为:“健康应包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。”由于学前儿童道德发展水平十分有限,所以身体与心理的健康便成为判断其健康状况的主要标志,并且两者密切相关。学前儿童的健康是指:学前儿童各器官、组织的正常生长发育,没有生理缺陷,能较好地抵抗各种疾病,体质不断增强;心理发展达到相应年龄组儿童的正常水平,性格开朗,情绪乐观,无心理障碍,对环境有较快的适应能力。

学前儿童健康的获得需要成人的关心和教育。毋庸讳言,不少人对学前儿童健康的认识还存有偏颇,认为这种教育应在幼儿园的特定环境中进行,对家庭教育在儿童健康教育中的不可替代性认识不清。实践证明,正确指导家长科学地开展家庭教育,能最大限度地缓解外界给予孩子的压力和紧张感,同时也有利于父母更好地了解自己的孩子,以提高教育的针对性。

我们在对学前儿童家庭健康教育的实施情况的调查、访谈中发现,一些家长只关注学前儿童对知识、技能掌握的情况,而对良好生活习惯的养成、各种兴趣的培养、生活能力的获得等却漠不关心。他们只关注孩子认识了多少汉字、演算了多少习题、背诵了多少诗文等有形的知识性内容,往往把这些作为衡量孩子发展的唯一标准。而对于学

前儿童表现出的自理能力差、身体素质不佳、挑食、偏食等现象却重视不够。一些家长对学前儿童健康的认识和理解仍停留在没有疾病就是健康的层面上,较少与孩子共同游戏、共同参加体育锻炼、共同参加户外活动。他们根本不注意孩子的膳食营养,认为幼儿喜欢吃什么就让他(她)吃什么;有的家长还把自己的生存压力转嫁到孩子身上,违背了孩子身心发展规律,损害了孩子的身心健康。

由于国情所致,目前在我国的许多家庭中,往往是由祖辈担当着学前教育的主要角色。调查表明,隔代教育中存在的对于学前儿童健康的非理性成分更多,存在的误区也更多,使得家庭教育中的分歧、矛盾也随之增多,不利于学前儿童的健康发展,需要我们给予关注并积极加以解决。

2. 提高家长对学前儿童健康的认识刻不容缓

应提高家长对学前儿童家庭健康教育的认识,要帮助家长树立正确的健康教育观,使家长认识到身体健康是幼儿成长的先决条件,知识并不是学前儿童学习的唯一内容,应把促进孩子身心健康发展放在首位。

家庭是幼儿成长的第一环境,是其人生的第一站,家长是幼儿的第一任老师,让幼儿健康成长是家长的责任和义务,家长必须树立“健康第一”的观念。家长应成为幼儿教育中的首席教师,并将家庭视为幼儿获得健康意识的第一个平台,在与幼儿的密切接触中,要随时抓住生活中的点点滴滴对其实施健康教育。

家长应学习一些相关的理论知识,并积极参加家长学校组织的各项活动,了解儿童的饮食营养与疾病预防等知识,了解幼儿身心发展的特点。另外,还应借鉴其他家长的成功教育经验和真实生动的案例,使其充分认识“生命在于运动”的实际意义,提高其对幼儿教育健康的认识,使其认识到锻炼不仅能促进幼儿的生长发育,促进其身体健康,增强其机体的抵抗力,而且还能培养孩子良好的品德行为及交往合作能力。

收稿日期: 2010-11-10

作者简介:高庆春(1964-),男,黑龙江巴彦人,副教授,从事学前儿童健康教育研究。

二、学前儿童家庭健康教育的实施策略

1. 应加强学前儿童的身体健康发展教育

(1) 家长要为学前儿童的健康发展创造良好的教育环境

《幼儿园教育指导纲要》强调幼儿园体育活动应以培养幼儿体育活动兴趣、发展基本动作、提高幼儿动作的协调性和灵活性为主。家长带幼儿开展体育活动时,由于受到器材、场地、活动内容等方面的限制,有时会在培养孩子运动兴趣与能力时感到束手无策,无从做起。其实,家长可以充分利用自然条件(爬山,在田埂上走,在草地上自由爬、跑、滚、翻)和小区的体育设施带幼儿进行运动。家长还可以带幼儿做些小游戏,多运用轻巧、实用的小器材,如沙包、布袋、跳跳球、雪碧瓶、各种纸盒等;还可以利用自己身体的不同造型,如变换高、矮、大、小,或山或洞,引导幼儿或钻或爬。另外,家长应每天抽出半小时时间和孩子一起做游戏,并利用双休日和孩子一起做运动,应尽量让家庭中的活动带上游戏的色彩,寓教于游戏之中,让家庭教育充满乐趣,使幼儿既能在体育活动中锻炼身体,又能在游戏中愉悦身心。每次游戏结束后,家长还应和孩子一同整理物品,打扫场地,以培养孩子的自立和自理的能力,培养他们的任务意识和责任感。

(2) 家长要成为学前儿童动作练习活动的参与者和指导者

家长应了解幼儿的身体发育和动作发展的特点,掌握相应的教育方法和技巧,针对孩子的身体发育状况和动作发展情况,开展有针对性的训练。家长要参与到活动中去,成为孩子活动的玩伴,要根据孩子的实际情况不断创新活动的内容和形式,并及时地对其进行引导,以激发幼儿游戏的热情,培养幼儿的运动兴趣和良好习惯。

儿童动作功能发展可以分为四个主要时期,即姿势摆位(0~2岁)、粗大动作(2~4岁)、精细动作(4~8岁)和技巧(5岁以后)。每一时期的发展都在为下一阶段打基础,只有基础扎实了,才能更好地促进其身体素质的提高。因此,家长要针对不同时期儿童动作发展的特点,科学地引导孩子进行动作练习活动,保证活动的时间和适宜的强度,不必在技能和技巧方面对其提出过多的要求,达到提高体能及增强身体的整体素质的目的即可。

(3) 在家庭亲子远足活动中促进学前儿童身心的健康发展

远足不仅是一项积极的健身活动,而且能促进学前儿童智力的发展,达到陶冶性情、锻炼意志的目的。同时,它又为学前儿童提供了亲近大自然的机会,为其扩大了接触、认识社会的活动空间。家庭亲子远足活动是亲子教育与远足活动的结合,是一种开放式的家园合作教育形式。现今大多数学前儿童的家长由于忙于事业,与子女的沟通较少。而家长作为孩子的第一任教师,在孩子的健康教育中的特殊作用是不可替代的。家长自身的意志品质会给孩子产生

潜移默化的影响,尤其是勇敢、坚强、有恒心、有毅力、不怕困难、心胸开阔等优良品质,会影响孩子的一生。家长在远足活动中可利用自然环境为孩子创设困难情境(如爬高山、走独木桥、钻山洞等),让孩子依靠自己的力量和智慧去解决困难。因此,有组织、有计划地开展家庭亲子远足活动,能有效地增强学前儿童的体能,提高其耐受力;同时,能够提高学前儿童适应自然环境的能力,提高其抗寒、抗热以及抵抗各种病菌侵入机体的能力;该活动还能够促进家庭成员间的情感交流,满足学前儿童良好的情绪体验并锻炼其意志品质。

2. 应加强学前儿童的心理健康发展教育

学前儿童的情绪容易受环境变化的影响,他们不善于用语言来表达自己的情感,往往是用行为来表达高兴、悲伤、生气、害怕等情绪,他们尚缺乏自我表达和调节、控制情绪的能力,他们在焦虑、忧愁、悲伤、惊恐、愤怒和痛苦时,会发生一系列生理和心理上的变化。因此,家长要重视对学前儿童的引导,在家庭生活中要以乐观、积极的情绪感染孩子,尤其不要因为自己的情绪波动给孩子带来负面影响。要善于接纳和识别幼儿的各种情绪,采取有效的方法帮助幼儿摆脱不愉快的情绪,帮助幼儿学会控制情绪,为幼儿营造一个宽松和谐的环境。只有这样,孩子才会有安全感,孩子才会敢想、敢说、敢做,并能够获得积极、愉快的情绪体验,从而为孩子的学习增加动力,为其良好个性品质的形成奠定基础。

3. 应加强学前儿童的安全卫生教育

良好的生活和卫生习惯,既能保证幼儿健康、安全地生活,又能使其获得心理上的安全感和归属感。当幼儿养成了良好的生活卫生习惯后,就可以很好地计划自己的生活,掌控自己的学习,并形成良好的个性心理品质。学前儿童生活卫生习惯的培养不是单靠幼儿园组织的几次活动就能实现的,必须建立在对卫生习惯的认知上,要经过不断的重复或多次练习,使之成为无意识的主动行为。由于学前儿童的自理能力有限,家长要与他们认真地配合,同时要注意自身的生活卫生习惯,为孩子树立榜样。家长在教育孩子养成良好卫生习惯时,不能对其进行过度保护,要注意把教育内容内化为孩子自身的需要和行为。对学前儿童在生活习惯的养成过程中遇到的困难,家长可以适当帮助其解决,但不能越俎代庖,包办代替。家长要配合幼儿园帮助儿童建立合理的一日常规,使他们明白良好的生活和卫生习惯会给自己和别人带来好处。

参考文献:

- [1] 庞建萍. 学前儿童健康教育[M]. 上海:华东师范大学出版社, 2008.
- [2] 顾荣芳. 幼儿园健康教育[M]. 北京:人民教育出版社, 2007.
- [3] 王化敏. 给幼儿教师的一把钥匙:幼儿教师教育实践策略指导[M]. 北京:教育科学出版社, 2008.
- [4] 体育与健康课程标准研制组. 体育与健康[M]. 北京:高等教育出版社, 2004.

责任编辑:张 华]