**湖北省高等教育自学考试课程考试大纲**

**课程名称：学前儿童健康教育 课程代码：30004**

**Ι 课程的性质与设置目的**

《学前儿童健康教育》是湖北省幼儿园教师自学考试学前教育专业（专升本）课程中的选修课。

设置本课程的目的是使应考者通过本课程的学习，能较全面地掌握学前儿童体育与健康教育的基础知识和基本理论，能较好地开展相应的教学和科研工作，从而切实促进学前儿童的身心健康。

**Ⅱ 课程内容与考核目标**

**第一章 学前儿童生理卫生**

【**学习目的与要求**】

本章重点阐述了学前儿童生理发育的特点及其保健要求，分析了学前儿童生长发育的规律，讨论了学前儿童体格生长偏离的原因及其预防。通过本章的学习，考生应能对学前儿童的身体发展有一个清楚全面的认识，并能联系实际进一步做好幼儿园的体育和健康教育工作。

【**学习内容**】

**第一节 学前儿童生理发育特点及其保健**

一、学前儿童各个生理系统的发育及保健

（一）运动系统的发育及其保健

（二）呼吸系统的发育及其保健

（三）循环系统的发育及其保健

（四）消化系统的发育及其保健

（五）泌尿系统的发育及其保健

（六）皮肤的发育及其保健

（七）内分泌系统的发育及其保健

（八）免疫系统的发育及其保健

（九）神经系统的发育及其保健

（十）感觉器官的发育及其保健

**第二节 学前儿童生长发育的规律及体格生长偏离**

一、学前儿童身体生长发育的主要规律

二、学前儿童体格生长偏离

【**考核知识点**】

一、各个生理系统的组成及保健要点

二、学前儿童生长发育的主要规律

三、学前儿童体格生长偏离的定义、原因及预防

【**考核要求**】

一、各个生理系统的组成及保健要点

识记：各个生理系统的组成。

理解：各个生理系统的保健要点。

二、学前儿童生长发育的主要规律

识记：区别生长、发育、成熟的概念。

理解：能举例说明学前儿童生长发育的主要规律。

三、学前儿童体格生长偏离的定义、原因及预防

识记：低体重、消瘦、肥胖、身材矮小的概念。

理解：学前儿童体格生长偏离的原因及预防。

**第二章 学前儿童心理卫生**

【**学习目的与要求**】

本章的学习将有助于考生掌握学前儿童心理卫生的有关知识，更好地进行学前儿童心理健康教育。要求考生能够熟悉各种学前儿童常见心理卫生问题，并联系实际思考教育对策。

【**学习内容**】

**第一节 学前儿童心理卫生概述**

一、关于心理卫生的概念

二、学前儿童心理卫生的目标

三、学前儿童心理健康的特征

（一）智力发展正常

（二）情绪健康，反应适度

（三）乐于与人交往，人际关系融洽

（四）行为和谐统一

（五）性格特征良好

（六）没有明显的心理卫生问题

**第二节 学前儿童常见心理卫生问题**

一、学前儿童常见心理卫生问题出现的特点

二、学前儿童常见心理卫生问题

儿童期恐惧、暴怒发作、攻击性行为、拒上幼儿园、遗尿症、夜惊及梦游、口吃、儿童多动症、吮吸手指、咬指甲癖、习惯性阴部摩擦。

【**考核知识点**】

一、学前儿童心理卫生的目标

二、学前儿童心理健康的特征

三、学前儿童各种常见心理卫生问题

【**考核要求**】

1. 学前儿童心理卫生的目标

识记：心理卫生的概念。

理解：心理卫生的目标。

二、学前儿童心理健康的特征

理解：学前儿童心理健康的六个基本特征。

三、学前儿童各种常见心理卫生问题

识记：攻击性行为、遗尿症、口吃、儿童多动症。

理解：儿童期恐惧、暴怒发作、攻击性行为、拒上幼儿园、遗尿症、口吃、儿童多动症、吮吸手指的原因及预防。

**第三章 学前儿童营养卫生**

【**学习目的与要求**】

本章较全面地介绍了营养学基础知识，为考生将来进行学前儿童的饮食营养教育、培养其饮食健康行为打下基础。考生通过学习，应能理解产能营养素和非产能营养素的生理功能，知道某种营养素的缺乏或过剩会导致相应的营养性疾病，熟练掌握幼儿膳食配制的原则，并能科学配制幼儿一周食谱。

【**学习内容**】

**第一节 营养基础知识**

一、基本概念：营养与营养素、需要量与供给量。

二、学前儿童的热量需求

三、产能营养素

（一）蛋白质

（二）脂肪

（三）碳水化合物

四、非产能营养素

（一）维生素

（二）无机盐

（三）水

**第二节 婴儿喂养**

一、母乳喂养

（一）母乳喂养概况

（二）乳汁的合成与分泌

（三）哺乳要点

二、混合喂养及人工的喂养

三、乳儿辅助食品的添加

（一）辅食添加的原则

（二）辅食添加的种类

**第三节 幼儿膳食**

一、幼儿饮食特点

二、幼儿膳食配制原则

（一）膳食平衡，比例适宜

（二）食物的配制符合幼儿的消化功能

（三）食物的品种应丰富多样

（四）考虑食物的色、香、味、形

三、幼儿饮食卫生

**第四节 托幼机构的膳食管理**

一、托幼机构膳食管理要求

二、膳食计划的制订

（一）幼儿膳食计划

（二）托幼机构食谱拟订与审核

【**考核知识点**】

一、营养基础知识（六大营养素的生理功能）

二、学前儿童的热量需求

三、母乳喂养（概况、哺乳要点）

四、乳儿辅助食品的添加（原则、种类）

五、幼儿膳食的配制、食谱拟订

【**考核要求**】

1. 有关营养基本概念

识记：基本概念：营养与营养素、需要量与供给量。

二、学前儿童的热量需求

识记：基础代谢、食物的特殊动力作用。

理解：学前儿童的热量需求与成人的差异。

三、产能营养素

识记：必需氨基酸与非必需氨基酸、完全蛋白质、优质蛋白。

理解：蛋白质的互补作用、脂肪及碳水化合物的生理功能。

四、非产能营养素

识记：水溶性维生素与脂溶性维生素、胡萝卜素、抗坏血酸、微量元素。

理解：各种主要的维生素的生理功能；铁、钙、锌、碘的吸收特点及食物来源。

五、学前儿童膳食配制

识记：乳儿辅食添加原则及种类。

理解：幼儿食谱的拟订。

**第四章 学前儿童教育过程与生活卫生**

【**学习目的与要求**】

本章根据学前儿童身心发展的特点，尤其是大脑皮层的活动规律对学前儿童的教育过程与生活提出了相应的卫生要求。要求考生通过学习，理解大脑皮层主要的活动规律，能够为学前儿童制订合理的生活与学习制度，并在实践中较好地贯彻和执行。

【**学习内容**】

**第一节 学前儿童教育过程的卫生原理**

一、人类大脑皮层活动规律

（一）优势法则

（二）始动调节（第要之治国单

（三）镶嵌式活动

（四）动力定型

（五）保护性抑制

二、疲劳、疲倦和过劳

**第二节 托幼机构生活制度的卫生**

一、制订托幼机构生活制度的卫生原则其

（一）要符合学前儿童的年龄特点

（二）要根据季节变化作适当调整

（三）根据家长需要安排入园（所）和离园（所）时间

二、托幼机构生活制度的卫生要求

（一）学年的安排

（二）每周的安排

（三）一日生活各个环节的卫生要求

【**考核知识点**】

一、人类大脑皮层的活动规律

二、制订托幼机构生活制度的卫生原则

三、制订托幼机构生活制度的卫生要求

【**考核要求**】

一、人类大脑皮层的活动规律

识记：优势法则、始动调节、镶嵌式活动、动力定型、保护性抑制。

理解：大脑皮层的活动规律在实践中的运用。

二、制订托幼机构生活制度的卫生原则、要求

识记：托幼机构一日生活各个环节。

理解：托幼机构一日生活各个环节的卫生要求。

**第五章 幼儿园建筑与设备卫生**

【**学习目的与要求**】

本章主要介绍了国家和有关部门规定的幼儿园建筑与设备卫生的标准和要求，要求考生通过学习，能够认识到学前儿童的健康成长离不开良好的物质环境，能够充分考虑到各种环境因素对学前儿童生长发育的影响。

【**学习内容**】

**第一节幼儿园的建筑卫生**

一、幼儿园的规划及园址的选择

二、园内布局及各室配置

（一）园内布局的卫生要求

（二）各室配置的卫生要求

三、室内采光及照明

（一）自然采光

（二）人工照明

四、室内通风及采暖

（一）通风的形式和设置

（二）采暖

**第二节 幼儿园的设备卫生**

一、家具的卫生

二、教具、文具及玩具的卫生

三、体育设备的卫生

【**考核知识点**】

一、幼儿园的规划及园址的选择

二、园内布局及各室配置

三、室内采光及照明

四、幼儿园家具、教具、文具、玩具及体育设备的卫生

【**考核要求**】

1. 幼儿园的建筑卫生

识记：幼儿园园址选择的要求。

理解：幼儿园园内布局的卫生要求。

二、幼儿园各室配置的卫生要求

识记：幼儿园各室配置的卫生原则。

理解：活动室、寝室、卫生间、厨房、保健室等的卫生要求。

三、室内的采光及照明

识记：自然采光、玻地面积比、人工照明。

理解：影响采光的因素、眩光的危害。

四、室内的通风及采暖

识记：通风、采暖。

理解：加强自然通风的措施、冬季采暖的卫生要求。

五、幼儿园设备的卫生

识记：桌椅高差、桌椅距离。

理解：幼儿园家具、教具、文具、玩具及体育设备的卫生。

**第六章 学前儿童体格、体能发展与教育**

【**学习目的与要求**】

通过本章的学习，理解体格、体能等有关概念及学前儿童体格、体能发展的一般特征，掌握学前儿童体格、体能发展教育的目标、内容、原则、途径和方法。

【**学习内容**】

**第一节 体格、体能发展的内涵**

一、体格和体格发展

二、体能和体能发展

三、体格发展和体能发展的关系

**第二节 学前儿童的体能发展**

一、身体素质的发展特征

二、基本活动技能的发展特征

**第三节 学前儿童体格、体能发展的教育**

一、学前儿童体格、体能发展教育的目标

二、学前儿童体格、体能发展教育的内容

三、学前儿童体格、体能发展教育的原则

四、学前儿童体格、体能发展教育的途径和方法

【**考核知识点**】

一、体格和体能

二、学前儿童体格和体能发展的特征

三、学前儿童体格和体能发展教育的目标、内容、原则、途径和方法

【**考核要求**】

1. 体格和体能

识记：体格和体能发展的概念；身体素质的内涵及概念。

理解：体格和体能的关系；身体素质和基本活动能力的关系。

二、学前儿童体格和体能发展的特征

理解：学前儿童体格发展的特征；学前儿童体能发展的特征。

三、学前儿童体格和体能发展教育的目标、内容、原则、途径和方法

识记：

（一）身体练习、基本动作、基本体操、排队和变化队形的概念

（二）身体全面发展原则、合理的运动负荷原则

（三）人体生理机能适应性规律

（四）讲解示范法、练习法、语言提示和具体帮助法

理解：

（一）学前儿童体格、体能发展教育的目标

（二）各年龄班儿童体格、体能发展教育的内容

（三）学前儿童体格、体能发展教育原则的内涵

（四）学前儿童体格、体能发展教育的途径

**第七章 学前儿童体格、体能发展教育活动的设计和实施**

【**学习目的与要求**】

通过本章的学习，理解和掌握学前儿童体格、体能发展教育活动的设计要求和方法，理解各类活动组织和实施的一般原则和要求。

【**学习内容**】

**第一节 学前儿童体格、体能教育活动的设计**

（一）幼儿园身体锻炼活动内容的选择和创编

1.幼儿园身体锻炼游戏的选择和创编

2.幼儿园基本体操的选择和创编

（二）幼儿园身体锻炼活动的设计

1.幼儿园体育课（教学活动）的设计

2.幼儿园早操活动的设计

3.幼儿户外活动的设计

**第二节 学前儿童体格、体能教育活动的实施与指导**

（一）幼儿园身体锻炼活动实施与指导的一般要求

（二）幼儿体育课的实施与指导

（三）幼儿早操活动的实施与指导

（四）幼儿户外活动的实施与指导

【**考核知识点**】

一、幼儿园身体锻炼游戏的选择和创编

二、幼儿园基本体操的选择和创编

三、幼儿园身体锻炼活动的设计

四、幼儿园各类身体锻炼活动的实施与指导

【**考核要求**】

（一）幼儿园身体锻炼游戏的选择和创编

1.识记：体育活动性游戏。

2.理解：幼儿园身体锻炼游戏的选择要求；幼儿园身体锻炼游戏的构成要素；幼儿园身体锻炼游戏创编的原则、步骤和方法。

（二）幼儿园基本体操的选择和创编

1.识记：基本体操。

2.理解：幼儿园基本体操选择和创编的要求、步骤和方法。

（三）幼儿园身体锻炼活动的设计

1.识记：体育课的类型、人体机能变化规律、早操活动、户外体育活动。

2.理解：幼儿园体育课、早操活动、户外活动设计的要求和方法。

（四）幼儿园各类身体锻炼活动的实施和指导

理解：幼儿园各类身体锻炼活动实施和指导的原则和要求。

**第八章 学前儿童健康教育基本理念**

【**学习目的与要求**】

本章阐述了学前儿童健康及健康教育基本理念，要求考生通过学习，树立正确的健康观和健康教育观，能够从生物一心理一社会等多层面、多角度关注影响学前儿童身心健康的各种因素，认识到健康行为的形成和巩固是学前儿童健康教育的核心。

【**学习内容**】

**第一节 有关学前儿童健康内涵及其因素分析**

一、健康的内涵

二、学前儿童健康的特性

三、学前儿童健康的价值

四、影响学前儿童健康的因素

**第二节 学前儿童健康教育与健康行为**

一、学前儿童健康教育是健康教育的基础

二、学前儿童健康教育的意义

三、学前儿童的健康行为

【**考核知识点**】

一、健康的内涵

二、学前儿童健康的特性、价值、影响因素

三、学前儿童健康教育的意义

四、学前儿童的健康行为

【**考核要求**】

1. 健康的内涵

识记：健康、学前儿童健康。

理解：学前儿童健康特性。

二、影响学前儿童健康的因素

识记：自然环境、生活方式、信息污染综合症。

理解：各种因素对学前儿童健康的影响。

三、学前儿童健康教育是健康教育的基础

识记：学前儿童健康教育。

理解：健康教育发展趋势、学前儿童健康教育的意义。

四、学前儿童的健康行为

识记：学前儿童健康行为的概念、内容。

理解：学前儿童健康行为的特征、学前儿童健康行为的培养。

**第九章 学前儿童健康教育的实施与评价**

【**学习目的与要求**】

本章以学前儿童健康教育基本理念为指导，主要探讨了学前儿童健康教育的组织与实施问题，要求考生通过学习，能够把握学前儿童健康教育的特点和规律，能够设计幼儿园健康教育活动，有效地开展健康教育，切实促进学前儿童的身心健康。

【**学习内容**】

**第一节 学前儿童健康教育的组织实施**

一、学前儿童健康教育的目标

（一）我国学前儿童健康教育的总目标及价值取向

（二）幼儿园健康教育年龄阶段目标

二、幼儿园健康教育的内容及其选择

（一）主要内容

（二）选择依据

三、学前儿童健康教育的规律

四、学前儿童健康教育的组织方法

五、学前儿童健康教育实施特点

六、幼儿健康教育活动设计举例

七、学前儿童健康教育实施过程中应注意的问题

**第二节 学前儿童健康教育的评价**

一、学前儿童健康教育评价的作用

二、学前儿童健康教育评价模式

三、学前儿童健康教育评价类型

四、学前儿童健康教育评价指标

五、学前儿童健康教育评价方法

【**考核知识点**】

一、学前儿童健康教育的目标、内容

二、学前儿童健康教育的规律、方法

三、学前儿童健康教育的实施特点

四、学前儿童健康教育的评价

【**考核要求**】

一、学前儿童健康教育的目标和内容

识记：学前儿童健康教育的总目标。

理解：学前儿童健康教育内容的选择依据。

二、学前儿童健康教育的规律、方法

识记：学前儿童健康教育的方法。

理解：学前儿童健康教育的规律。

三、学前儿童健康教育的评价

识记：先倾因素、促成因素、强化因素。

理解：学前儿童健康教育评价类型、评价指标。

**Ⅲ 关于大纲的说明与考核实施要求**

**一、自学考试大纲的目的与作用**

课程自学考试大钢是根据专业自学考试计划的要求，结合自学考试的特点而制定的，其益目的是对个人自学、社会助学和课程考试命题进行指导和规定。

课程自学考试大纲明确了课程的内容及其深度和广度，规定了课程自学考试的范围和标准。因此，它是编写自学考试教材和辅导书的依据，是社会助学组织进行自学辅导的依据，是自学者学习教材、掌握课程内容知识范围和程度的依据，也是进行自学考试命题的依据。

**二、课程自学考试大纲与教材的关系**

课程自学考试大纲是进行学习和考核的依据，教材是学习掌握课程知识的基本内容与范围，教材的内容是大纲所规定的课程知识和内容的扩展与发挥。课程内容在教材中可以

体现一定的深度或难度，但在大纲中对考核的要求一定要适当。

大纲与教材所体现的课程内容应基本一致。大纲里面的课程内容和考核知识点，教材里一般也要有；反过来，教材里有的内容，大纲里就不一定体现。

**三、关于自学教材**

《学前儿童健康教育（第二版）》，王娟主编，复旦大学出版社，2016年版。

**四、关于自学要求和自学方法的指导**

本大纲的课程基本要求是依据专业考试计划和专业培养目标而确定的。课程基本要求明确了课程的基本内容以及对基本内容掌握的程度，基本要求中的知识点构成了课程的体部分。因此，课程基本内容掌握程度、课程考核知识点是高等教育自学考试的主要内容。

为了有效地指导个人自学和社会助学，本大纲已指明了课程的重点和难点，在章节的基本要求中一般也指明了章节内容的重点和难点。

本课程共4学分。

基于成人学习的特点，结合本专业和本课程的特点，建议自学者：

**（一）系统学习与整体思考相结合**

“学前儿童健康教育”是一门理论性与应用性相结合的课程、为此自学者必须在全面系统学习基本概念的基础上，掌握基本理论、基本方法和基本技能。

首先，在了解学前儿童健康教育的基本理论和学前儿童学习特点的基础上，应系统掌握学前儿童健康教育的基本原理和指导方法。

其次，在深刻理解学前儿童健康教育与发展关系的基础上，应全面掌握学前儿童健康教育的基本方法与策略，有效地设计、指导和支持幼儿的健康教育活动。

最后，也是最为重要的是应理解学前儿童认知学习特点与教育之间的联系，从中发现幼儿学习与教育支持、指导的关系，从而获得学前儿童健康教育的思想与方法。

**（二）理论思考与实践反思相结合**

“学前儿童健康教育”也是一门综合性的实践应用学科。教材中大量健康教育中的基本概念和理论基础与学前儿童的健康教育实践密切相连，许多案例都是在实践中提炼出来的，但同时，也给了学生进一步发挥和自主实践的空间。

为此，自学者必须联系学前教育研究实践，充分利用感性经验，把学前儿童健康教育的理论和实践有机结合起来。学前儿童健康教育是一门实践性极强的学科，只有自己注意不断地深入实际、积累经验和积极思考，才能为今后的教育实践活动奠定雄厚的基础。

**五、应考指导**

**（一）如何学习**

科学的学习计划和正确的学习方法是学习成功的法宝。如果你正在接受助学，一定要紧跟课程进度并且完成相关作业。为了在考试中做出满意的问答，你必须对所学课程内容有深入的理解和必要的记忆。为此，建议：

1.使用“行动计划表”来监控学习进展，有效利用学习时间，提高学习效率。

2.做好“学习笔记”，在仔细阅读教材的基础上，归纳出学习重点和难点，尽可能用自己的语言把教材的知识点进行系统概述，加深记忆的同时培养语言表达能力；适度扩展学习范围，借助网络查阅一些相关资料，在深入理解教材的同时培养学习能力。

**（二）如何考试**

卷面整洁非常重要。书写要工整，段落与间距要合理，卷面赏心悦目有助于教师评分，因为教师只能为他能看清楚的内容打分。

不要答非所问。要回答试题所问的问题，而不是回答你自己乐意回答的问题，避免超过问题的范围。

**六、对社会助学的建议**

社会助学是利用社会资源提高自学效率，减轻自学者学习压力的一种有效方式。为了提高社会助学的质量，本课程建议安排22-28个助学学时。

**（一）正确处理大纲与教材的关系**

社会助学者应全面把握大纲规定的考试内容和考核目标，并根据其系统钻研教材，明确本课程的学科特点和学习要求，对自习者进行切实可行的辅导，集中精力，准确讲新重点和难点，对相关心理学和教育学知识要进行必要的补充，帮助自学者快速突破难点，有效把握重点，避免自学中的误区或偏向。

**（二）正确处理基础知识和应用能力的关系**

教学辅导过程中应努力引导自学者将知识识记、原理理解与方法应用有机结合起来，把

基础知识和基本原理转化为应用能力。准确的识记是深刻理解的前提，方法的应用则是检验识记准确性和理解深刻性的一种有效方式。

**（三）正确处理重点和一般的关系**

课程内容有重点和一般之分，但考试内容是全面的。重点与一般是相对而言的，二者之间有着密切的关系，难以绝对分开。社会助学者应引导自学者全面、系统地钻研教材，掌握全部考试内容和考核知识点，在此基础上根据大纲规定的学习重点进行反复钻研。相应地，这对社会助学者也提出了较高的要求。如果自学者缺乏相关的学科知识，那么必然难以迅速把握本学科的特点，这就需要社会助学者“指点迷津”。

**七、对考核内容的说明**

1.本课程要求考生学习和掌握的知识点内容都作为考核的内容。课程中各章的内容均由若干知识点组成，在自学考试中成为考核知识点。因此，课程自学考试大纲中所规定的考试内容是以分解为考核知识点的方式给出的。由于各知识点在课程中的地位、作用以及知识自身的特点不同，自学考试对知识点分别按四个认知层次确定其考核要求。

2.在考试之日的6个月前，由全国人民代表大会和国务院颁布或修订的法律、法规都将列入相应课程的考试范围。凡大纲、教材内容与现行法律、法规不符的，应以现行法律、法规为准。命题时也会对我国经济建设和科技文化发展重大方针政策的变化给予体现。

**八、关于考试命题的若干规定**

1.本课程考试方式为闭卷笔试，考试时间为150分钟。

2.本大纲各章所规定的基本要求、知识点及其细目均属考试的内容，考试命题既要覆盖到章，又要避免面面俱到。要突出课程的重点、章节重点，加大重点的覆盖度。

3.命题不应有超出大纲中考核知识点范围的题，考核目标不得高于大纲中所规定的相应的最高能力层次要求，命题应着重考核自学者对基本概念、基本知识和基本理论是否了解或把握，对基本方法是否会用或熟练。不应出与基本要求不符的偏题或怪题。

4.本课程在试卷中对不同能力层次要求的分数比彻大致为；识记占20%，领会占30%，简单应用占30%，综合应用占20%。

5.要合理安排试题的难易程度，试题难易程度可以划分为：易、较易、较难和难四个等级。每份试卷中各难度试题的分数比例一般为2:3:3:2。

6.本课程考试命题的主要题型一般包括：单项选择题、名词解释题、简答题、论述题和案例分析题等。

**附录 题型举例**

**一、单项选择题**

在每小题列出的四个备选项中只有一个是符合题目要求的，请将其代码填写在题后的括号内。错选、多选或未选均无分。

幼儿园健康教育内容的特点有（ ）。

①基础性 ②实用性 ③趣味性 ④安全性 ⑤生活性

A. ①②③ B. ①④⑤ C. ②③⑤ D. ①③⑤

**二、名词解释**

体育 心理健康 安全

**三、简答题**

1.简要说明学前儿童健康教育的主要途径。

2.简要说明开展学前儿童心理健康教育的可能性。

**四、论述题**

为防止意外事故的发生，幼儿园应采取哪些安全措施？

**五、活动设计题**

结合幼儿园教育见习经验，针对幼儿健康教育的具体内容，设计一个学前儿童健康教育活动的教案。