

《幼儿园健康教育与活动指导（第二版）》

配套资源

2020—2024 年学前教育专业教资考试、技能竞赛

真题及解析（健康教育部分）

目 录

一、单选题 .....	2
二、简答题 .....	8
三、材料分析题 .....	11
四、活动设计题 .....	13



## 一、单选题

1. 幼儿不爱说话, 不爱与人交往, 性格内向, 胆小, 且积极行为和消极行为都很少, 幼儿可能发展为( )。【2024 年下半年教资真题】

A. 被拒绝型 B. 受欢迎型 C. 被忽略型 D. 一般型

【答案】C

【解析】本题考查幼儿的同伴交往类型。

A 选项, 被拒绝型幼儿一般体质较强, 力气较大, 行为表现常常是消极的和不好友的, 积极行为相对较少; 他们往往能力较强、聪明、会玩, 性格外向, 但脾气急躁, 容易冲动, 过于活泼好动, 喜欢交往, 在交往中积极主动但又很不善于交往; 他们对自己的社交地位缺乏正确的评价, 常常过高估计, 对没有同伴一起玩不太在意,

B 选项, 受欢迎型幼儿有较多的积极、友好行为和较少的消极行为; 他们性格一般较外向, 不易冲动和发脾气, 活泼, 爱说话, 胆子较大: 他们能掌握和使用较多的社交技能和策略, 有效性、主动性、独立性和友好性均较强

C 选项, 被忽略型幼儿一般体质较弱, 力气较小, 能力较差, 积极行为与消极行为均较少; 他们性格内向, 好静, 不活泼, 胆小, 不爱说话, 不爱且不善交往, 在交往中缺乏积极主动性; 有孤独感, 对没有同伴与自己一起玩感到难过和不安。

D 选项, 一般型幼儿在同伴交往中行为表现一般, 既不是特别主动、友好, 也不是特别不主动或不友好: 同伴有的喜欢他们, 有的不喜欢他们, 他们既非为同伴特别地喜爱、接纳, 也非特别地被忽视和拒绝, 因而在同伴心目中的地位一般。

题干中, 幼儿不爱说话, 不爱与人交往, 性格内向, 胆小, 且积极行为和消极行为都很少, 这表明幼儿可能发展为被忽略型。

2. 幼儿园健康教育的主要目的是( )。【2024 年上半年教资真题】

A. 促进幼儿身心健康 B. 提高动作技能 C. 增强幼儿体质 D. 丰富健康知识

【答案】A



【解析】本题考查《幼儿园教育指导纲要(试行)》。《幼儿园教育指导纲要》中健康领域目标指出：①身体健康，在集体生活中情绪安定、愉快。②生活、卫生习惯良好，有基本的生活自理能力。③知道必要的安全保健常识，学习保护自己。④喜欢参加体育活动，动作协调、灵活。目标内容说明健康教育是全面的促进幼儿身心发展，同时健康领域的指导要点指出：在重视幼儿身体健康的同时，更要高度重视幼儿的心理健康。A项正确。B、C、D三项均属于片面表述。与题干不符，排除。

3. 幼儿园教师通过记录幼儿日常生活与活动中的表现来分析其心理特点。这种研究方法是( )。【2023年上半年教资真题】

A. 观察法      B. 谈话法      C. 测验法      D. 实验法

【答案】A

【解析】本题考查研究学前儿童心理的具体方法。观察法是研究者通过有目的、有计划地观察记录学前儿童在日常生活、游戏、学习和劳动过程中的表现，包括言语、表情和行为，并根据观察结果分析儿童心理发展的规律和特征的方法。观察法是研究学前儿童心理最基本的方法。

B项：谈话法是指研究者根据研究目的“寻访”被调查对象，通过谈话的方式了解被研究者对某个人、某件事情、某种行为或现象的看法和态度的方法。与题干不符，排除。

C项：测验法是研究者根据一定的测验项目和量表来了解儿童心理发展水平的方法。测验也可以是有个性方面的，称为“人格测验”，而人格测验实际上是一种问卷。与题干不符，排除。

D项：实验法是研究者根据研究目的改变和控制幼儿的活动条件，以引起其心理活动有规律的变化，从而揭示特定条件与心理活动之间的关系的方法。与题干不符，排除。

4. 为保障幼儿身体健康发育，教师要求幼儿有正确的站姿和坐姿，这是因为幼儿( )。【2023年上半年教资真题】

A. 骨骼弹性大，可塑性强，易变形      B. 骨骼弹性大，可塑性小，易变形



C. 骨骼弹性小，可塑性小，易变形      D. 骨骼弹性小，可塑性强，易变形

【答案】A

【解析】本题考查幼儿运动系统的特点与保育。

幼儿骨骼有机物多、无机盐少，柔韧性大而强度低，容易变形。幼儿骨骼中所含有机物比成人多，无机盐比成人少，故骨骼弹性大、可塑性强，容易变形。一旦发生骨折，常会出现折而不断的现象，称为“青枝骨折”。因此幼儿容易因不正确的姿势或其他原因导致骨骼变形。所以教师要求幼儿保持正确的站姿和坐姿，防止骨骼变形。

B 项：幼儿骨骼特点是弹性大、可塑性强，硬度小，容易变形。而该项描述可塑性小。与题干不符，排除。

C 项：幼儿骨骼的特点是弹性大，硬度小。而该项描述弹性小、可塑性小，与题干不符，排除。

D 项：幼儿的骨柔软、弹性大、硬度小。而该项描述骨骼弹性小，与题于不符，排除。

5. 小军打针时对自己说：“我不怕！我不哭！我是男子汉！”这表现出他初步具备（ ）。【2023 年上半年教资真题】

A. 情绪理解能力    B. 情感表达能力    C. 情绪识别能力    D. 情绪自我调节能力

【答案】D

【解析】本题考查幼儿情绪的发展。

情绪的自我调节化的发展趋势是指情绪越来越受自我意识的支配随着年龄的增长，儿童对情绪过程的自我调节越来越强。这种发展趋势表现在以下三个方面：(1)情绪的冲动性逐渐减少。(2)情绪的稳定性逐渐提高。(3)情绪从外露到内隐。幼儿情绪自我调节能力越来越强。题干中，小军“我不怕！我不哭！我是男子汉！”是运用语言表达的方式来自我调节不愉快的刺激，符合情绪的自我调节。

D 项正确。

A 项：情绪理解能力是一个人对情绪反应的认识，能够认识到别人的情绪体验跟自己不同。与题干不符，排除

B 项：情绪表达能力是指情绪表达可以通过面部表情、手势动作来传递情感



的能力。与题干不符,排除。

C项:情绪识别能力是指个体觉察自身、识别他人情绪的能力。与题干不符,排除。

6. 自闭症儿童的典型特征不包括( )。【2023 年上半年教资真题】

A. 言语发展迟缓    B. 对人缺乏兴趣    C. 胆小怕生    D. 重复性的刻板行为

【答案】C

【解析】本题考查自闭症的典型特征。

自闭症多发生于3岁以内的孩子身上,起病缓慢,主要的心理障碍如下:(1)社会交往障碍。不能领会表情的含义,也不会表示自己的要求和情感,与外界建立不起情感联系。(2)语言障碍。孤独症患儿虽有语言功能,但往往缄默不语,或是使用一种不为交流的语言。(3)行为异常。孤独症患儿常以奇异、刻板的方式对待某些事物;兴趣十分狭窄,要求周围环境和生活方式固定不变,很难适应幼儿园的生活。(4)其他:可能有感知障碍、认知障碍、癫痫发作等表现。胆小怕生,不属于自闭症的典型特征。C项与题干要求相符。

7. 通过分析幼儿手工成果来了解其心理的方法是( )。【2022 年下半年教资真题】

A. 调查法    B. 自然观察法    C. 实验法    D. 作品分析法

【答案】D

【解析】本题考查研究学前儿童心理的具体方法。

作品分析法是通过分析幼儿的作品(如手工、图画等)去了解幼儿心理的方法。题干中分析幼儿手工成果的方法属于作品分析法。D项正确。

A项:调查法是研究者通过学前儿童的家长、教师或其他熟悉儿童生活的成人去了解儿童的心理表现的方法。与题干不符,排除。

B项:自然观察法是指观察者对处于自然状态的、非人为控制情境下的观察对象进行观察的方法。与题干不符,排除。

C项:实验法是研究者根据研究目的改变和控制幼儿的活动条件,以引起其心理活动有规律的变化,从而揭示特定条件与心理活动之间的关系的方法。与题



干不符，排除。

8. 有些幼儿经常看电视上的暴力镜头，其攻击行为会明显增加，这是因为电视的暴力内容对幼儿攻击行为的习惯起到( )。【2022年下半年教资真题】

A. 定势作用      B. 惩罚作用      C. 依赖作用      D. 榜样作用

【答案】D

【解析】本题考查影响学前儿童攻击性行为的因素。

影响学前儿童攻击性行为的因素包括：父母的惩罚、榜样、强化、挫折。其中榜样的作用是指电视上的攻击性榜样会增加幼儿以后的攻击性行为。过多地看电视暴力画面会影响幼儿的态度，使他们将攻击性行为看作一种解决人际冲突、可以接受的和有效的途径。因此，题干所述正是体现榜样的作用。D项正确。

A项：定势指重复先前的操作所引起的一种心理准备状态。在环境不变的条件下，定势使人能够应用已掌握的方法迅速解决问题。而在情境发生变化时，它则会妨碍人采用新的方法。消极的定势是束缚创造性思维的枷锁。与题干不符，排除。

B项：惩罚对攻击型和非攻击型的幼儿能产生不同的影响。惩罚能抑制非攻击型幼儿的攻击性，却不能抑制攻击型幼儿的攻击性。反而会加重他们的攻击性行为。与题干不符，排除。

C项：依赖是指是依靠别的人或事物而不能自立或自给。幼儿攻击行为并非依赖于观看电视里的暴力内容。与题干不符，排除。

9. 与婴儿最初的情绪反应相关联的是( )。【2022年下半年教资真题】

A. 生理的需要      B. 归属和爱的需要      C. 尊重的需要      D. 自我实现的需要

【答案】A

【解析】本题考查情绪情感的发展趋势。

学前儿童最初出现的情绪反应是与生理需要相联系的，婴儿出生时就出现生理需要的未得到满足的消极情绪，如在婴儿饥饿、疼痛、身体活动受束缚时会苦恼。随着年龄的增长，情绪逐渐与社会性需要相联系。A项正确。

B项：归属和爱的需要，属于马斯洛需要层次理论中的基本需求。指个人要



求与其他人建立感情的联系或关系。与题干不符，排除。

C 项：尊重的需要。属于马斯洛需要层次理论中的基本需求。指要尊重自己或他人。与题干不符，排除。

D 项：自我实现的需要。属于马斯洛需要层次理论中的成长性需求。人们追求实现自己的能力或者潜能，并使之完善化。与题干不符，排除。

10. 幼儿对自己消极情绪的掩饰，说明其情绪的发展已经开始（ ）。【2022 年上半年教资真题】

A. 深刻化      B. 丰富化      C. 内隐化      D. 精细化

【答案】C

【解析】本题考查学前儿童情绪情感的发展趋势。

儿童情绪发展趋势主要有三个方面：社会化、丰富和深刻化、自我调节化；随着年龄的增长，婴幼儿对情绪过程的自我调节越来越强。这种发展趋势表现在以下三个方面：①情绪的冲动性逐渐减少；②情绪的稳定性逐渐提高；③情绪从外露到内隐。题干中描述幼儿可以对自己的情绪加以掩饰，是幼儿情绪开始从外露到内隐的体现。C 项正确。

A 项：情绪的深刻化，是指它指向事物的性质的变化，即从指向事物的表面转到指向事物内在的特点。与题干不符，故排除。

B 项：情绪丰富化，包括两种含义。其一，情绪过程越来越分化。其二，情绪指向的事物不断增加。与题干不符，故排除。

D 项：为干扰项。与题干不符，故排除。

11. 3-6 岁幼儿运动时，正常脉率高峰区间应是（ ）。【2020 年下半年教资真题】

A. 90-110 次/分      B. 110-130 次/分      C. 130-150 次/分      D. 150-170 次/分

【答案】C

【解析】本题考察的是幼儿循环系的特点。

正常人脉搏的快慢与心率一致，所以脉搏又称“脉率”。3-6 岁幼儿在活动前脉率为每分钟 90-110 次，在运动时的脉率处在每分钟 140-150 次之间，适量强度的运动后在每分钟 150-180 次。题干中表明是幼儿“运动时”的脉率，C 项





正确。A、B、D 三项为干扰选项，与题干不符，排除。

## 二、简答题

1. 如何在一日生活中培养幼儿良好的生活与卫生习惯？【2024 年下半年教资真题】

【参考答案】

(1) 让幼儿保持有规律的生活，养成良好的作息习惯。如：早睡早起、每天午睡按时进餐、吃好早餐等，

(2) 帮助幼儿养成良好的饮食习惯。如：合理安排餐点，帮助幼儿养成定点、定时、定量进餐的习惯。帮助幼儿了解食物的营养价值，引导他们不偏食不挑食、少吃或不吃不利于健康的食品；多喝白开水，少喝饮料。吃饭时不过分催促，提醒幼儿细嚼慢咽，不要边吃边玩

(3) 帮助幼儿养成良好的个人卫生习惯。如：早晚刷牙、饭后漱口。勤为幼儿洗澡、换衣服、剪指甲。提醒幼儿保护五官，如不乱挖耳朵、鼻孔，看电视时保持 3 米左右的距离等，

(4) 激发幼儿参加体育活动的兴趣，养成锻炼的习惯。如：为幼儿准备多种体育活动材料，鼓励他选择自己喜欢的材料开展活动。经常和幼儿一起在户外运动和游戏，鼓励幼儿和同伴一起开展体育活动。和幼儿一起观看体育比赛或有关体育赛事的电视节目，培养他对体育活动的兴趣，

2. 户外活动时，幼儿玩得很高兴。部分幼儿已满头大汗，脸色通红。针对这种情况，教师该怎么做？【2024 年上半年教资真题】

【参考答案】

(1) 户外活动要遵循适量性原则。适量性原则是指在组织幼儿进行身体锻炼活动时，教师应注意合理安排、调节幼儿的身体和心理所承受的负荷量，以达到最佳锻炼效果，提高身体运动的机能，保证身心和谐发展。学前儿童体育活动的运动负荷的特点是：强度较小、密度较大、时间较短、急缓结合、动静交替。

(2) 要根据身体锻炼的内容、运动项目的特点及幼儿年龄的差异，合理地确





定身体锻炼时的“量”。户外活动时，学前儿童要承担一定的生理负担，根据学前儿童的年龄特点，在学前儿童户外体育活动中，小班的活动时间一般控制在15-20分钟，中班为20-25分钟，大班为25-30分钟。

(3)要利用测心率和观察幼儿在活动中的表现等方法，了解运动负荷是否合理，以便灵活地调节活动的内容和方法。

(4)在运动过程中，教师应当注意关注个别学前儿童。学前儿童活动中满头大汗，脸色通红，出现一副很疲劳的样子，表明活动量过大，应适当减少。个别体弱幼儿，可实行间断活动的方式。对出汗量大的学前儿童和体弱幼儿，活动时可在他们背后垫一块干毛巾，以便于汗水的吸收，避免活动后着凉。

(5)活动后，教师应该组织学前儿童做好放松和整理活动，做好器械的整理工作，保育员要及时擦拭学前儿童身上的汗液。根据需要调节空调温度，给学前儿童增减衣服。

### 3. 请简述幼儿户外运动游戏中教师观察的要点。【2023年下半年教资真题】

#### 【参考答案】

游戏是幼儿最喜爱的活动，户外运动游戏强度较大，因此教师需要随时观察。具体来说需要把握观察的几个要点为：

#### (1) 观察游戏环境

游戏场地的安排是否合理，设施是否安全，有无浪费的地方或过于拥挤的区域等。游戏的材料是否丰富，满足幼儿的需要。

#### (2) 观察游戏中的幼儿

观察幼儿在游戏中的身心发展情况。幼儿对游戏的专注程度、在游戏中的兴趣偏好、游戏的内容和玩法以及游戏中的同伴交往等。

#### (3) 观察游戏与课程之间的关系

教师要能够捕捉到幼儿在游戏中共性问题，通过课程等方式解决问题，促进幼儿的发展。

#### (4) 观察游戏中的教师

观察教师的观念、态度、能力等是否恰当，在游戏中的观察、介入与指导是否有效。



(5) 观察游戏时间

游戏时间是否充足，游戏时间规划是否合理，能否保证幼儿顺利完成游戏。

**4. 列出教师应对幼儿攻击性行为的三种有效策略。【2023 年下半年教资真题】**

**【参考答案】**

(1) 尽量满足儿童合理的心理需要，减少其受挫心理

在日常生活中，教师要尽量满足儿童合理的心理需要，公正地对待每一个儿童，减少他们的受挫感。

(2) 努力提供宣泄内心压力的多种形式和途径

教师应给予儿童关注、理解和接纳，适当地运用谈话、沟通等情绪管理的方法对儿童进行心理疏导。

(3) 减少对攻击性行为的模仿与强化

成人应引导幼儿观看提供正面的教育和电视媒介，并做好榜样作用，同时教师和家长面对幼儿的攻击性行为时应及时干预、引导。

**5. 体育活动中、活动后，教师分别可以从哪些方面判断幼儿的活动量是否适切？**

**【2021 年上半年教资真题】**

**【参考答案】**

在体育活动中，教师应随时观察幼儿，注意幼儿的运动状态，对活动及时调整。主要观察幼儿的生理反应和状态、幼儿的活动兴趣和活动程度，幼儿的精神状态等。

①活动中：观察幼儿的面色、精神状态、呼吸、出汗量和儿童对锻炼的反应、兴趣等。如果面色正常、脸颊泛微微红、精神状态良好，积极参与，呼吸不急促，身体微微出汗等都属于状态正常的表现，体育活动可继续进行。如出现脸颊泛红严重、呼吸急促、筋疲力尽，对体育活动表示出厌烦的状态，可能是运动量过大，则需要适当终止体育活动。

②活动后也应持续关注幼儿状态，确保安全健康。主要观察幼儿的精神，疲劳程度、饮食和睡眠。如果精神状态良好，参与其他活动时兴趣集中，正常饮食不恶心，睡眠正常，说明活动适量没问题。如出无精打采、浑身乏力，食欲不振



或恶心呕吐，昏睡不止，则说明运动量过大要及时关注幼儿的状态严重可能要就医，并在后续活动中控制幼儿的活动量。

③无论在活动中还是活动后，教师都应及时关注幼儿的个体差异，每个幼儿生理和心理发展状况各有差异，应重点关注体弱儿、精神过于亢奋的幼儿等个性状况。

### 三、材料分析题

1. 三岁半的蒙蒙，很喜欢和小伙伴一起玩耍，可是奶奶却说：“你还小，出去玩会被别的孩子欺负的，就在家玩多好。”有时，邻居家的小朋友想到家里来找蒙蒙玩，大人常嫌添乱，而替蒙蒙婉言谢绝，于是蒙蒙就只能在家独自玩耍。试运用同伴对幼儿发展的作用的相关知识，对蒙蒙家长的做法进行评析。【2022年下半年教资真题】

#### 【参考答案】

良好的同伴关系对幼儿有巨大的影响，材料中蒙蒙的家人以蒙蒙“年纪小，怕被人欺负，别人来家里嫌添乱”为由，阻止蒙蒙和其他小朋友正常交往的做法是不恰当的。

从同伴关系对幼儿发展的作用来看：

(1) 同伴关系给予安全感和归属感。儿童通过与同伴关系的交往，表达交流情感，得到同伴接受，产生安全感和归属感。材料中奶奶的做法不利于幼儿形成良好的同伴归属感，所以奶奶应该支持蒙蒙进行正常的同伴交往。

(2) 同伴交往有利于儿童学习社交技能和策略，促进其社会性行为向友好、积极的方向发展。材料中蒙蒙的奶奶及其家人阻止了幼儿之间的交往，不利于幼儿学习社交技能和策略。

(3) 同伴交往中的同伴反馈有助于儿童的社会行为向积极、友好的方向发展。儿童在交往中通过不断地调整、修正自己的行为方式，掌握、巩固较为适宜的交往方式。材料中当别人找蒙蒙玩却被大人谢绝及奶奶的做法很可能引发幼儿的孤僻心理，不利于蒙蒙社会化的发展。

(4) 同伴交往有利于促进学前儿童认知能力的发展。同伴交往为儿童提供了



分享知识经验，相互模仿，协商讨论，交流学习的重要机会，儿童常在一起探索物体的多种用途或问题的多种解决方式，这些都有益于认知能力的发展。材料中家人的做法不利于幼儿认知能力的发展，会影响蒙蒙独立解决问题能力的发展。

(5)同伴交往有助于儿童自我意识和人格的发展。儿童通过与同伴的比较进行自我认知。同伴的行为和活动就像一面“镜子”，为儿童提供自我评价的参照，使儿童能够通过社会性的比较更好地认识自己，对自身的能力做出判断。材料中，邻居小朋友找蒙蒙玩，大人却嫌添乱而阻止幼儿的交往，长此以往，蒙蒙自我意识的发展会受到严重的影响。

(6)与同伴交往可以帮助儿童去自我中心。在与同伴平等互惠的过程中才会认识到别人的想法和立场，改变自己不合理的想法，学会与人相处。材料中奶奶拒绝了蒙蒙的交往行为，可能会使蒙蒙以自我为中心，所以奶奶应该支持蒙蒙进行正常的同伴交往。

综上所述，奶奶及其家人制止蒙蒙与人交往的行为是不恰当的，同伴交往对于幼儿有巨大的积极作用，所以，家长应该支持幼儿同伴之间进行正常的同伴交往。

**2. 幼儿毛毛是个活泼的孩子，在这学期体检时，毛毛被检查出弱视，需要带眼镜治疗。李老师发现毛毛戴眼镜之后变得沉默了，有时还把眼镜摘下来不戴。李老师关心地询问毛毛，毛毛说怕小朋友笑话，所以不想戴。李老师组织了一次“眼睛生病了怎么办？”的集体活动。活动后，幼儿都知道眼睛生病了要治疗，毛毛戴眼镜也是为了治疗。毛毛又戴上了眼镜，如同过去一样活泼好动了。请结合材料分析：(1)李老师组织这次活动主要解决的问题是什么？(2)李老师的做法有哪些方面值得我们学习？【2021年下半年教资真题】**

**【参考答案】**

(1)李老师这次活动主要解决的问题有两方面：

①解决毛毛怕小朋友嘲笑的问题。教师要缓解幼儿因戴眼镜产生的不良情绪和压力，形成积极健康的情绪状态。材料中，李老师及时发现了毛毛因为担心被嘲笑并采取措施加以解决。

②解决眼睛生病需要治疗以及治疗的方法。了解有关眼睛的健康知识，知道



眼睛的基本结构以及生病时的症状,并且知道生病可以通过戴眼镜等方式进行治疗。材料中,学期体检时,毛毛被检查出弱视。需要带眼镜治疗,经过集体活动,幼儿都知道眼睛生病了需要治疗的。

(2)李老师的做法值得我们学习的地方有:

①关注幼儿在活动中的表现和反应,敏感地察觉他们的需要,及时以适当的方式应答,形成合作探究式的师生互动。材料中,李老师发现毛毛戴上眼睛后变得沉默了,能够及时发现并组织了教育活动解决了该问题。

②以关怀、接纳、尊重的态度与幼儿交往。耐心倾听,努力理解幼儿的想法与感受。材料中,李老师发现了毛毛沉默寡言后并主动关心去询问,了解毛毛沉默寡言的原因并解决了问题。

③幼儿园教育活动带有浓厚的生活化特征,活动内容来源于生活,活动实施更要贯穿于幼儿的生活。对于幼儿来讲,卫生习惯、生活自理能力、交往能力等都需要学习。但是这样广泛的学习内容只能在生活中学习生活,在交往中学习交往。即使是认知方面的学习,也要紧密结合幼儿的生活经验,才能被幼儿理解和接受。材料中,李老师根据生活中幼儿的迷茫,组织了集体活动,体现了幼儿教育的生活化特点。

综上,积极关注幼儿变化,积极从生活中发现教育契机,以关怀接纳的态度与幼儿交往都是我们需要学习的地方。

## 四、活动设计题

1.菊花盛开了,枫叶红了,幼儿园准备组织大班幼儿去秋游。园里已经联系好公园和车辆。要求各班老师写出自己班的工作计划。如果你是大二班的老师,请你写出你班的工作计划,包括内容、目的、方法等。【2021年下半年教资真题】

【参考答案】

### 大二班秋游工作计划

《纲要》当中明确指出:“幼儿园要与家庭密切合作,综合利用各种教育资源,共同为幼儿的发展创造良好的条件。”“要充分利用自然环境和社区的教育资源,扩展幼儿生活和学习的空间。”因此,为了让幼儿更好的感知秋的到来,我



们组织了公园一日游活动。

#### 一、活动目的

1. 了解秋天的季节特征和变化，丰富幼儿的知识和眼界。
2. 发展幼儿的观察力、想象力及审美能力。
3. 感受大自然的美好，体验集体活动的快乐。
4. 加强家园联系，增进家园间的彼此交流。

二、活动时间：2021 年 10 月 31 日(星期天)8: 30-12: 00

三、活动地点：XXX 公园

#### 四、活动准备：

1. 请家长陪同并提前两天将陪同人员名单报给班级老师。
2. 活动当天请给小朋友穿轻便的服装，以方便步行。
3. 带适量的零食、水、纸巾，并每人准备好一个垃圾袋，教育孩子保护环境。
4. 教师带好写生画板及其他绘画材料。
5. 准备医药包，带好地垫等所需物品。
6. 准备好班牌，以便召集本班小朋友集中。

#### 五、活动内容

1. 8: 30 幼儿园正门口集合，组织本班幼儿排队，以班级为单位有序乘车去公园，并清点人数并提醒家长和幼儿注意自己乘车的车号和牌号。

#### 2. 教师讲解秋游要求

- (1) 乘车的途中，注意不要让孩子将手、头伸到窗外去，注意安全。
- (2) 在车上、公园里，保持周围环境清洁。
- (3) 要求家长照顾好自己的孩子，一切听从指挥，遵守活动规则。

#### 3. 具体活动

9: 20--10: 10 活动一：观察感知、秋日写生。带领全体幼儿及家长游览 XXX 公园，观察秋天里大自然的变化，然后教师分发画板，组织幼儿进行写生，并分享自己的作品。

10: 20--11: 20 活动二：集体亲子小游戏。

#### (1) 《幸福摩天轮》

玩法：幼儿家长绕着圈走，当听到指令幸福摩天轮，幸福摩天轮 3，3 个家





庭抱在一起(注:每个家庭大人和小孩各一人)

## (2)大西瓜、小西瓜

玩法:家长和孩子面对面站立,家长说:“大西瓜”,孩子就做“小西瓜”的手势。家长说:“小西瓜”,孩子就做“大西瓜”手势。错者淘汰,最后未被淘汰者为胜。然后,互换角色进行。

注意:此游戏也可由主持人发出信号,家长和孩子一起做。可另选些词语,如高、矮、胖、瘦来进行这种游戏。

11:20—11:50 活动三:集体野餐

11:50—12:10 互相交流秋游的感受、拍照留念、自由结束

4.活动结束,清点人数,集体乘车返回。

## 六、活动延伸

请小朋友回到家和爸爸妈妈一起用拾到的树叶进行贴画创作,并把作品带到幼儿园和老师、小朋友一起分享。

**2.请结合大班主题活动“保护自己”的相关素材,设计一课时(30分钟左右)的集体教学活动教案。要求教案格式完整规范,语言清晰、简洁、明了,目标设计、内容选择、方法运用等符合幼儿年龄特征和领域特点。【2021年全国职业院校技能大赛(高职组)“学前教育专业教育技能”赛项真题(第02卷)】**

附件:

### 主题活动——大班“保护自己”

#### 1.主题背景介绍

保护自己是幼儿生活自理和培养独立性的重要内容。大班幼儿对自己身体各感官及功能有了进一步的认识,初步懂得保护身体的重要性,知道日常生活中安全 and 自我保护的基本方法,知道要定期参加健康检查,能乐意接受医务人员的身体体检。同时,他们也在通过各种活动增强健康意识和自我保护意识,不断丰富保护自己的经验,提高自我保护的能力。

#### 2.主题素材

##### (1)小知识

不要随便挖耳朵。耳朵里有一种叫耳垢的分泌物。耳垢对耳朵有保护作用:小虫钻进去,遇到耳垢会退出来;灰尘扬进去,碰到耳垢会被黏住。因此,不可以随便挖耳朵,否则不小





心会戳破鼓膜，引起中耳炎，必须上医院请医生治疗。

蒙头睡觉不好。被子里空气不流通，蒙头睡觉时，人无法呼吸到新鲜空气。另外，蒙着被子睡觉，人体呼出的二氧化碳在被子里越积越多，氧气越来越少，时间长了，大脑就会缺氧，醒来后，人会感到很不舒服。

临睡前不要吃糖果。人在睡眠中，唾液分泌少，临睡前吃糖果，糖常常粘在牙缝里，正好为那里的细菌提供了充分的养料。细菌获得养料后，就生长繁殖起来，同时产生一种乳酸。乳酸是腐蚀牙齿的能手，时间长了，牙齿就被蛀坏了。

要多吃蔬菜。蔬菜中含有大量的维生素C和多种矿物质，像磷和钙等。这些成分都是儿童生长发育必不可少的。蔬菜中还含有较多的粗纤维，能帮助消化，防止便秘。有些蔬菜（如大蒜）有杀菌作用，还能预防疾病。

#### （2）绕口令：刷牙

牙刷能刷牙，刷牙用牙刷，

花花用牙刷刷牙，

华华有牙刷不刷牙，

花花教华华用牙刷刷牙，

华华用牙刷刷出一口白牙。

#### （3）儿歌：安全歌

小朋友，请记牢，危险动作不能要。

墙头高，不要爬，上下楼梯不打闹。

坐在椅上不伸腿，玩时不把沙土抛。

嘴吃东西不说笑，不对耳朵大声叫。

做个文明好孩子，人人夸我好宝宝。

#### （4）故事：爱吃肉的毛毛

毛毛五岁了，长得胖乎乎的，大家都叫他“胖墩”。毛毛长得胖，还特别爱生病，而且一点力气都没有，甚至不如女孩子的力气大，有时走几步路就走不动了，不得不坐下来休息。有一次，毛毛到红红家做客，红红妈妈炒了很多好吃的蔬菜，红红吃的特别香，可是毛毛却一口也不吃，他只吃肉，一大盘红烧肉一会儿就被他吃了半盘，吃完红烧肉，他又吃了许多香肠。红红妈妈给他夹了许多蔬菜，他一口也不吃。红红妈妈告诉毛毛应该多吃蔬菜，可是他使劲地摇着头。毛毛妈妈说：“毛毛就是不爱吃蔬菜，谁都拿他没有办法。毛毛特别爱吃

肉，每次吃饭如果没有肉，他就一口都不吃了。”红红妈妈说：“红红开始也不喜欢吃蔬菜，后来我给她讲了许多道理，还带她去看展览，她慢慢开始学习吃菜，现在已经很喜欢吃菜了。红红的身体特别好，不爱生病。”

小朋友，你们说：毛毛应该如何改变自己，变成一个健康的孩子呢？

(5) 歌曲：勤剪指甲

**勤 剪 指 甲**

陈 群 词曲

1 = D  $\frac{2}{4}$   
活泼地

( <u>3</u> <u>3</u> )	<u>2</u> <u>2</u>	<u>1</u> <u>1</u>	<u>6</u> <u>6</u>	<u>1 2 3 5</u> <u>2 5</u>	<u>1 1</u> <u>1</u> )
<u>1 1</u>	<u>1 2</u>	<u>3 3</u>	3	<u>5 5</u>	<u>3 5</u>
小 剪	刀，	亮 闪	闪，	手 指	甲，
1.	<u>6</u>	2	5	3	<u>2. 3</u>
小	手	洗	得	白	又
<u>6. 6</u>	<u>6 5</u>	<u>3 5</u>	2	<u>1 0</u>	<u>3. 2</u>
病 菌	虫 卵	无	处	藏，	无 处 藏。

(6) 歌曲：眼的卫生

**眼 的 卫 生**

杨定基 曲

1 = D  $\frac{2}{4}$

<u>3</u> <u>3</u>	<u>5. 5</u> <u>3 1</u>	2 -	<u>6</u> <u>3</u>
不 用	脏 手 揉 眼 睛，		暗 处
<u>2. 2</u>	<u>3 1</u>	<u>6</u> -	<u>3</u> <u>3</u>
不 能	看 书 本。	上 课	坐 端 正，
<u>6</u> <u>3</u>	<u>2 1</u> <u>2</u>	<u>3</u> <u>3</u>	<u>5 5</u> <u>3</u>
眼 睛	亮 又 明。	上 课	坐 端 正，
<u>1. 1</u>	<u>7 5</u>	<u>6</u> -	<u>6</u> <u>0</u>
眼 睛	亮 又 明。		

【参考答案】

大班幼儿健康教育《保护眼睛》

一、活动目标



1. 认识眼睛的基本结构和功能，知道眼睛的重要性。
2. 通过歌曲学唱和集体讨论，总结保护眼睛的方法。
3. 提高保护眼睛的自觉意识，增强自我保护能力。

## 二、活动准备

1. 眼睛的构造图、眼睛工作原理的简单动画视频、《眼的卫生》的歌曲音频及配套动画。

2. 制作一些关于正确和错误用眼行为的图片，如看书距离过近、在强光下看书、做眼保健操等。

3. 眼罩若干，模拟近视眼镜若干。

## 三、活动过程

### （一）导入部分

1. 教师做简单的手指操，集中幼儿注意力后，开始猜谜语：“上边毛，下边毛，中间夹颗黑葡萄。上大门，下大门，关起门来就睡觉。”引导幼儿猜出谜底是眼睛。

2. 教师提问：“小朋友们，我们都有一双明亮的眼睛，那你们知道眼睛有什么用吗？”鼓励幼儿积极回答，如看东西、看书、看电视、看美丽的风景等。

### （二）认识眼睛

1. 展示眼睛的构造图，用简单易懂的语言向幼儿介绍眼睛的各个部分，如眼球、眼睫毛、眼皮等，让幼儿对眼睛的结构有初步认识。

2. 播放眼睛工作原理的简单动画视频，让幼儿直观地了解眼睛是如何像一台精密的小相机一样，帮助我们看到周围的世界。

### （三）感受眼睛的重要性

1. 给每位幼儿发放一个眼罩，让他们戴上眼罩，在教室里尝试走一走，感受一下看不见东西的不方便。

2. 教师提问：“小朋友们，刚才蒙上眼睛走路有什么感觉呀？是不是很难受，什么都看不清？那如果我们一直都看不见，会怎么样呢？”引导幼儿思考眼睛对我们生活的重要性。

### （四）讨论保护眼睛的方法

1. 教师播放《眼的卫生》的歌曲音频及配套动画，请幼儿一边学唱一边简单



说说保护眼睛的方法。

2. 展示准备好的关于正确和错误用眼行为的图片，让幼儿分组讨论，判断图片中的行为是对还是错，并说明原因。

3. 每组推选一名代表发言，分享小组讨论的结果。教师进行总结和补充，再次强调保护眼睛的重要方法。

#### （五）活动总结

1. 教师和幼儿一起回顾今天学习的内容，再次强调眼睛的重要性以及保护眼睛的方法。

2. 鼓励幼儿在日常生活中要时刻注意保护自己的眼睛，养成良好的用眼习惯，做一个真正的“护眼小卫士”。

#### 四、活动延伸

1. 在班级的图书角投放更多关于保护眼睛的绘本和故事书，供幼儿自主阅读。

2. 在日常生活中，教师随时提醒幼儿注意保持正确的用眼姿势和习惯。

3. 请幼儿回家后，和家长一起制定一份“护眼小计划”，并坚持执行。

3. 请结合中班主题活动“快乐运动”的相关素材，设计1课时的集体教学活动方案。要求教案格式完整规范，语言清晰、简洁、明了，目标设计、内容选择、方法运用等符合幼儿年龄特征和领域特点。【2021年全国职业院校技能大赛（高职组）“学前教育专业教育技能”赛项真题（第10卷）】

附件：

#### 主题活动——中班“快乐运动”

##### 1. 主题背景介绍

运动有助于锻炼体能，促进身体健康。幼儿喜欢蹦蹦跳跳，喜欢各种运动，他们在幼儿园举办的“小小运动会”上都会积极参加，大显身手，体验比赛的紧张和喜悦。通过“快乐运动”这一主题，能让幼儿认识多种运动项目，介绍自己喜欢的运动和原因，了解运动的好处和注意事项，能够养成热爱运动的习惯，促进身体的发育和体质的增强。

##### 2. 谜语

两手摇，

双脚跳，

钻进门，  
跨过草桥。(跳绳)  
你打它，它就跳，  
不理它，就睡觉，  
别看它是受气包，  
小朋友见它拍手笑。(皮球)  
小公鸡，尾巴翘，  
会翻跟斗不会叫，  
踢一脚，跳一跳，  
翻过脚背摔一跤。(毽子)

### 3. 小游戏《我和皮球娃娃赛跑》

准备：大红皮球一只（皮球上画上眼睛和嘴巴）。

玩法：把大红皮球当做皮球娃娃，皮球娃娃往哪个方向滚去、跳去，幼儿就朝哪个方向跑或跳。皮球娃娃滚到红线（地上画线）处停止，幼儿就必须跑到红线上停止；皮球娃娃跳到绿线处停下，幼儿就双脚并跳前进，跳到绿线处停下。

规则：幼儿必须跟着皮球娃娃的方向跑、跳，方向错了，停一次游戏。

提示：教师指导游戏时要用皮球娃娃的口吻来激发幼儿游戏兴趣，在游戏中鼓励幼儿跟着皮球娃娃一起跑和跳，注意动静交替。

#### 4. 歌曲《做早操》

### 做 早 操

林华民 曲

1=A  $\frac{2}{4}$

1̇	5	3̇ 6̇	5	3̇	3̇ 1̇	5 -
早	晨	起	来	精	神	好,
2̇	2̇	3̇ 1̇	6̇	1̇	3̇ 6̇	5 -
轻	轻	向	上	跳	儿	跳,
3̇	5̇	1̇ 2̇	3̇	1̇	2̇ 1̇	6̇ -
伸	伸	胳膊	脖子	弯	弯	腰,
5̇ 5̇	6̇ 5̇	1̇ 2̇	3̇	2̇	2̇ 3̇	1̇ -
天	天	锻	炼	身	体	好。

#### 【参考答案】

#### 中班体育活动：哪吒闹海

##### 一、活动目标

1. 认识传统体育活动踢毽子及其基本玩法。
2. 能连续踢毽子 3 次以上。
3. 在综合游戏中培养合作意识和团队精神。

##### 二、活动准备

1. 物质准备：每人一个毽子、一个皮球、一根绳子；布置“哪吒闹海”的场景，包括海洋背景图、哪吒的图片或玩偶、障碍物（如小椅子、呼啦圈等）；活动音乐（欢快的背景音乐和放松音乐）。

2. 经验准备：幼儿对哪吒闹海的故事有一定了解；幼儿有简单的踢毽子、玩皮球和跳绳的经验。

##### 三、活动过程

##### （一）热身运动

1. 教师带领幼儿进入活动场地



教师：“小朋友们，今天我们要跟着哪吒去海底世界玩啦！在出发之前，我们先来活动活动身体吧！”

## 2. 播放欢快的背景音乐，教师带领幼儿做热身操

包括头部运动、肩部运动、腰部运动、腿部运动和脚踝运动，重点活动腿部关节，为踢毽子做好准备。教师示范动作，幼儿跟着模仿，教师用生动的语言引导幼儿：“小朋友们，我们把头转一转，像小哪吒一样灵活地转动脖子；把肩膀甩一甩，像小鱼一样游来游去……”

## （二）学习踢毽子的方法

### 1. 教师示范与讲解

（1）教师用谜语引出“毽子”：小公鸡，尾巴翘，会翻跟斗不会叫，踢一脚，跳一跳，翻过脚背摔一跤。简单介绍踢毽子的传统体育游戏。

（2）教师：“今天我们要学习踢毽子的本领，就像哪吒踢水花一样厉害！”教师站在幼儿面前，手持毽子，边示范边讲解：“我们先把毽子拿在手里，然后用脚轻轻往上踢，注意脚要抬高一点，用脚背踢毽子，让毽子向上飞起来，然后再用另一只脚接着踢。”

（3）教师重复示范几次，强调动作要领：“脚要抬高，用脚背踢，身体保持平衡。”

### 2. 幼儿自由练习

幼儿每人拿一个毽子，分散在场地内自由练习踢毽子，教师巡回观察，及时纠正幼儿不正确的动作，鼓励幼儿大胆尝试。

### 3. 集体练习与分享

幼儿分成两组，每组站成一排，依次进行踢毽子练习，每名幼儿踢一次后将毽子传给下一名幼儿，教师在旁边计数并鼓励幼儿。练习结束后，教师请几名踢得较好的幼儿进行展示，并给予表扬：“你们踢得真好，就像哪吒一样厉害！大家要向他们学习哦。”

## （三）竞赛游戏：“哪吒闹海”

### 1. 教师介绍游戏规则

教师：“小朋友们，现在我们来玩一个有趣的的游戏，名字叫‘哪吒闹海’。游戏的规则是这样的：每个小朋友先把毽子踢过小河（用绳子拦成的小河），然后





跳过海草(用垫子代替),接着用皮球拍打海浪(在固定的圈圈内完成连续拍球),最后回到起点,下一名小朋友继续游戏。最先完成游戏的小组获胜。”

2. 教师边讲解边示范游戏过程,让幼儿清楚游戏规则。

3. 幼儿分组进行游戏

(1) 幼儿分成两组,每组站成一排,在起点处等待游戏开始。幼儿听到口令后,迅速开始游戏,教师在旁边观察幼儿的游戏情况,提醒幼儿注意安全,鼓励幼儿在游戏中运用踢毽子、跳绳和拍皮球的技能。

(2) 游戏进行两轮,让每个幼儿都能充分参与游戏,体验游戏的乐趣。

(3) 在游戏过程中,教师及时表扬幼儿的合作精神和勇敢表现:“小朋友们真棒,你们互相帮助,一起完成了游戏,就像哪吒一样勇敢!”

4. 提高难度的挑战游戏

(1) 教师提出挑战要求

教师:“小朋友们,刚才的游戏大家都玩得很棒!现在我们来增加一点难度,看看谁能连续踢毽子5次,然后快速跳过海草,最后用皮球拍打海浪10次,再回到起点。完成的小朋友可以获得一个小奖章。”

(2) 幼儿自由挑战

幼儿在场内自由尝试挑战,教师在旁边观察并给予指导和鼓励,对完成挑战的幼儿颁发小奖章,让幼儿感受到成功的喜悦。

(三) 放松与总结

1. 播放放松音乐,教师带领幼儿做放松操

教师:“小朋友们,今天我们和哪吒一起闹海,玩得真开心!现在我们来放松一下身体吧。”教师带领幼儿做简单的放松操,包括伸展运动、深呼吸、揉捏腿部肌肉等,帮助幼儿放松身体,缓解疲劳。

2. 教师总结活动

教师:“今天我们一起学习了踢毽子的本领,还玩了有趣的‘哪吒闹海’游戏,大家都表现得很棒!希望你们以后能继续锻炼身体,像哪吒一样勇敢、健康!”

3. 组织幼儿收拾器材,结束活动

教师:“现在请小朋友们把毽子、皮球和绳子等收拾好,放回原来的地方,然后排好队,我们回教室啦!”幼儿在教师的引导下,有序地收拾器材,结束活

动。

#### 四、活动延伸

1. 在区域活动中，设置“哪吒闹海”体育游戏区，投放毽子、皮球和绳子等材料，让幼儿在区域活动时间继续练习和探索这些材料的多种玩法。

2. 请幼儿回家后和爸爸妈妈一起玩踢毽子游戏，增进亲子关系，同时巩固幼儿在幼儿园学到的技能。

3. 在日常活动中，鼓励幼儿关注其他传统体育活动，如跳房子、踩高跷等，激发幼儿对传统体育活动的兴趣。