

小班健康：“健康宝宝爱喝水”系列活动分析

一、说设计意图

喝水是幼儿在园的常规活动。但刚入园的孩子们在园喝水的状况却不太乐观，每次喝水时总有不愿意喝水和逃避喝水的孩子。班级喝水环节中，经常会出现拿错杯子、不排队、取水时不知道装多少水、站着喝水、倒洒水、玩水杯等现象。家访时也有家长反映，孩子在假期里比较少喝白开水，取而代之的是果汁、饮料，玩得投入时经常会忘了喝水，等口渴时才想起……

水是维系生命所需的物质。孩子正处在生长发育阶段，每天更需保证一定的饮水量，在园喝水光靠老师提醒和叮嘱是不够的。要让喝水成为孩子自发的需求，就必须帮助孩子们养成主动喝水的习惯。

针对孩子们的种种表现，我设计了喝水的主题活动。

二、说活动目标

1. 知道喝水对身体的好处，形成主动喝水的意识并养成习惯。（重点）
2. 能按照自己的生理需求，主动喝适量的白开水，科学合理地补充水分。（难点）
3. 养成良好的喝水常规和秩序。

三、说活动准备

1. 充分利用家长资源，形成家园合作：公布主题活动方案，家长根据自身优势自愿报名参与助教活动和提供相应的资源支持。完成“健康宝宝爱喝水”的亲子活动单，即家长与孩子一起制作喝水记录表，以记录孩子一天的喝水情况。与孩子分享有关喝水的小故事或儿歌，引导孩子主动喝水。家园配合促进孩子养成良好的喝水习惯。

2. 充分利用环境的教育功能：在取水区张贴一些图片以提示喝水对身体的好处，并制作一家人温馨喝水的墙饰，利用墙饰生动、立体、美观、图文并茂的特点，对孩子形成潜移默化的影响。在卫生间的墙上张贴一些不同颜色的尿液的图片，作为需要多喝水的警示图。再用照片的形式制作喝水流程，贴在饮水机旁，使孩子直观清楚地知道喝水环节的每一个步骤，并在茶杯柜与饮水机前的地面贴上小脚印作为排队的标记，引导孩子有序取水和放杯。同时，为保证孩子的饮水量，吸引孩子主动喝水，在饮水机上装饰各种

蔬果图片,创设“健康蔬果汁店”的游戏环境,如每次喝水时引导孩子扮演顾客来买“蔬果汁”,还制作喝水次数记录卡。

分析:用记录监督、情境创设和积极评价的方法引导和保证孩子按需喝水、主动喝水。

四、说一周活动安排

星期一:语言活动“健康宝宝爱喝水”

通过学习朗朗上口又简单易记的儿歌,引导孩子讨论为什么要喝水?如何使用小水杯喝水?怎样接水和喝水才安全?观察并实践排队喝水的流程,学习按照地上小脚印的路径排队拿杯子,再到饮水机处取水,然后沿地上的箭头方向回到位置坐下后再喝水,喝完把杯子放回原位。

分析:帮助孩子了解喝水的重要性,知道喝水对身体的好处,培养主动喝水的意识和习惯。

星期二:美术活动“健康宝宝的小杯子”(制作标记图)

让孩子自己选择并涂画各种蔬果图案,与名字结合作为个性化的水杯标记。引导孩子观察茶杯柜的标记都有哪些蔬果,找出哪个蔬果标记是自己制作的。同时通过观察喝水流程图示和地面的小脚印等,帮助孩子形成初步的规则意识,学会安全有序地取水和放杯。

分析:孩子亲自参与制作的水杯标记,使孩子能快速认识自己的名字,迅速找到自己的杯子,做到分组有序地取水,有效避免了排队喝水时的拥挤和等待现象。

星期三:健康活动“健康宝宝尿液的变化”

通过观察,发现植物角的大蒜苗因几天没浇水而枯萎了,孩子们感到惋惜、伤心和无助,这时出现了不容错失的教育良机。我马上引导孩子思考大蒜苗枯萎的原因,使孩子意识到植物离开水就会干枯,有生命就离不开水。孩子们纷纷表示要天天给大蒜苗浇水,让它快快长大。接着引导孩子们知道不仅小花、小草、大树都需要喝水,我们也需要天天喝水才健康。从而引发讨论:人要喝多少水才健康?怎样发现自己缺水 and 需要补充水分?通过观察洗手间的墙饰,让孩子了解都有哪几种颜色的尿,什么颜色的尿液反映出身体是健康的,有什么办法使尿液的颜色恢复正常?

分析:帮助孩子形成初步的健康意识,学会通过观察身体的变化,科学、合理地补充水分,为逐渐养成自觉饮水的习惯作铺垫。

星期四:社区活动“植物怎样喝水?”

利用家长资源,带领孩子们去参观大学的植物园。引导孩子们观察植物

水多了和缺水的变化,思考植物需要喝多少水,什么时候给植物浇水最利于其健康生长等,鼓励他们把植物园的小实验与父母分享,并请父母帮助其一起寻找植物喝水的秘密。

分析:孩子们不愿喝水的情况逐渐有所改善,喝水明显比以前积极了,一些不愿意喝水的孩子也会主动去接水并能喝完。

星期五:科学活动“喝什么才健康?”

邀请做营养师的家长来园助教。在教师的协助下,助教针对小班孩子喜欢喝饮料和很难把握恰当的饮水量的问题,通过形象生动的课件,让孩子知道白开水的好处,懂得喝白开水是最健康的方式,要少喝饮料等饮品。然后通过对比,引导孩子感知半杯水和倒满杯的区别,找到最佳的喝水方式,如每次先装半杯,喝完还想喝再来装。

分析:通过家长助教,带给孩子更专业的知识,进一步突破重、难点目标。

五、说活动延伸

创设轻松愉快的喝水氛围,如教师和孩子一起喝水,彼此轻声说话,鼓励孩子主动取水、自主喝水等。同时,巧妙地把游戏中的人物或情节延伸到喝水环节。例如,小汽车游戏结束后,引导孩子给小汽车加油,自然过渡到喝水环节。

六、说活动反思

一日生活各个环节,都是孩子学习和成长的机会,同时也是教师专业成长和观念更新的过程。良好习惯的养成不是一句话、一个活动可以达成的,需要通过日常生活的点点滴滴、每一个细微环节的影响和渗透来实现。

幼儿园一日生活环节(包括入园、喝水、盥洗、入厕、进餐、午睡、离园)占据了孩子在园一日活动50%以上的时间,生活环节是否有效直接关系到一日活动的质量。而要充分发挥一日活动各环节中蕴含的教育价值,只有通过教师的细心观察和引导,使一日活动成为教育整体中的部分,丰富孩子的各种生活经验。因此,每一个环节都不容忽视,都需要精心设计与引导,以上面的“喝水”周主题活动设计为例,试抛砖引玉,期望引起广大幼教同行的思考与关注。

(周洁莹 供稿)