

《学前儿童卫生保健》教学的思政探索

薛克联

酒泉工贸中等专业学校, 中国·甘肃 酒泉 735000

摘要: 学前儿童卫生保健是研究如何保护和增进学前儿童健康的科学。旨在阐述学前儿童解剖生理特点、生长发育规律、心理卫生及其与教育、生活环境之间的相互关系, 探寻影响学前儿童健康的多种因素, 提出增进学前儿童健康、促进学前儿童正常生长发育的卫生要求和保健措施, 为学前儿童创造良好的学习和生活环境, 夯实他们身心健康发展的良好基础。是学前教育专业学生必须掌握的一门重要学科^[1]。作为课任老师, 如何让课程的价值理念自然呈现, 把传授专业技能和培养正确的世界观、人生观、价值观有机结合起来, 既是当务之急, 也是时代课题。笔者认为, 有效挖掘课程内容蕴含的思想政治元素, 并把这些元素和学生的情感目标、价值取向融会贯通, 将理论融入实践与生活, 让思想政治渗透到学生的所思所感中, 才能构建“三全育人”格局, 达到立德树人的教育目标。

关键词: 学前教育; 全局观念; 协作精神; 核心意识; 规则意识

Thoughtful Exploration of Ideological and Political Education in the Teaching of "Health Care for Preschool Children"

Xue Kelian

Teacher of Jiuquan Industry and Trade Secondary Vocational School, China Gansu Jiuquan 735000

Abstract: Preschool children's health care is a science that studies how to protect and enhance the health of preschool children. It aims to expound the anatomical and physiological characteristics, growth and development patterns, and mental health of preschool children, as well as the interrelationships between these and education and living environments. It explores various factors affecting the health of preschool children and proposes health requirements and health care measures to promote their normal growth and development, creating a favorable learning and living environment for them and laying a solid foundation for their physical and mental health development. It is an important subject that students majoring in preschool education must master^[1]. As a course instructor, it is both an urgent task and an issue of the times to naturally present the value concepts of the course and organically combine the imparting of professional skills with the cultivation of correct outlooks on life, values, and the world. The author believes that effectively mining the ideological and political elements contained in the course content and integrating these elements with students' emotional goals and value orientations, and integrating theory into practice and life, can enable ideological and political education to permeate students' thoughts and feelings, thereby building a "three-all" education framework and achieving the educational goal of moral education and talent cultivation.

Keywords: Preschool education; Holistic perspective; Collaborative spirit; Core awareness; Rule awareness

1 人体结构里的思想政治元素

1.1 人体生命结构里的全局观念

人体是一个复杂的有机体。要理解这一生命有机体的奥秘, 必然需要掌握细胞、组织、器官、系统、消化、吸收、呼吸、循环、反射、新陈代谢等等看似抽象的概念。若缺乏直观的视觉呈现或切身体验, 这些概念容易流于空洞, 概念的深意就丧失了灵性。老师要设法借助现代教育手段, 运用多媒体工具把生涩难懂的概念转化为可观可感的流动图片, 让不同细胞多样的形态跳动着触碰学生的

感官, 让组织、器官和系统所呈现的功能流动着冲撞学生的目光, 让生命体在不同的环境冲击力下表现出来的裂变冲击学生的神经, 吸引学生注意力, 使学生从多个层面观察, 不同纬度感悟, 多样信息喷发交融, 不同灵感彼此激荡, 差异认知交汇叠加, 概念的立体图像就会印刻在学生的大脑里。在知识铺展进程中巧妙地设置因结构缺损、成分丢失、层次混乱等状态可能导致的生命异常。抛出问题, 引导学生去思考, 认识生命体中各结构彼此协作的内在逻辑, 独具特色生命力的巧妙衔接和系统安排。通过将这种

全局观迁移至生活与实践,帮助学生形成系统思维——生命的整体性既体现于微观细胞的协作,也贯穿于宏观系统的运行。

1.2 系统里的协作精神

在生命体系里,系统的重要性是不言而喻的。消化系统、呼吸系统、运动系统、循环系统、神经系统、泌尿系统、生殖系统和内分泌系统,每个系统都像是一个有特定成员的家族,成员各司其职。尽管在有机体里所承担的角色不同,功能也各有侧重,但功能的完美表达,不仅需要组成系统的各器官结构完整、生理功能健全,更需要各成员密切配合,精准协作,任何一个成员都不能各行其是、脱离协作,否则系统功能就会紊乱,最终事与愿违。联想身边的人和事,就会发现,无论是大国重器的研发制造,还是团体目标的落实达成,离开所有成员的紧密协作,缺少每个参与者的创造性和主动性,仅靠单打独斗,前进道路上的许多困难和挑战都无法破解。通过这种类比,学生能深刻理解协作的价值,从而在学习和生活中主动培养团队精神,掌握沟通与配合的技巧,为个人发展奠定更坚实的基础。

1.3 生命有机体里的核心意识

人体生命活动的有序运行,既是消化、吸收、生长等系统生理功能的正常运作,也是各系统在高度统一的前提下有条不紊、紧密配合、互不干扰又相互协作的结晶。展现这种精妙绝伦的生命奇迹,离不开各系统对神经中枢指令的响应与执行。只有每个成员认真识别大脑中枢发出的指令,做到动作精准到位、反应灵敏迅速,生命活动才能维持正常运转。若这种协调被破坏,内环境稳态将失衡,导致代谢异常和功能障碍,严重影响生命体的活力、朝气和魅力。这种生命现象也警示我们,绘就自己精彩的人生,仅有一个具体而坚定的目标是远远不够的。只有把小我融入大我,把自己的理想和集体的利益结合起来,坚定理想信念,服从组织安排,既要有功成不必在我的坦荡,又要有功成必定有我的雄心。竭尽全力,恪尽职守,围绕核心目标,运用科学方法,在促成团队目标达成的前提下为自己人生奠基。不然,再宏伟的人生蓝图都有可能是纸上谈兵,空中楼阁。

1.4 结构里的规则意识

细胞构成组织,组织构成器官,器官构成系统,系统再构成有机体。这个结构次序是生物进化形成的最科学、最合理的法则,其中细胞是其他功能单位的结构基础,再复杂的功能离开了细胞的支持,都无从谈起。这蕴含着

“基础不牢,地动山摇”的道理。只有打好基础,才能让稚嫩梦想之树苗茁壮成长;只有基础牢固,才能筑起理想大厦。这个结构顺序也是遗传固定下来的一种逻辑规则,顺序不能颠倒,层次不能打破,成员更不能或缺,否则,相应的功能不仅无法实现,而且会削弱整个机体的生命力。这启示我们:理想目标对人生固然重要,但达成目标的过程中影响因素很多。除个人丰富的知识储备、探索精神、克服困难的品质和非凡的能力素养之外,找准契合自己的平台、遵循相应规则更是关键要素。脱离规则的计划再详细也是空谈;违背规矩的蓝图再宏伟难逃失败;唯有遵循规则,心中有戒,才能在成就人生梦想的征程上行稳致远。

1.5 生命里的集体观念

每个器官尽管在固有的结构基础上呈现出独特的生理优势,但如果离开有机体这个大环境,所有的生命现象都会枯竭。一个系统即使具备再完美的内在运行机制,离开了其他系统有力协作和大力支持,自身的功能优势就丧失了发挥的机遇。折射出一个道理:成就人生梦想离不开运转协调、组织严密的平台。一个集体、一个单位就是为了某一个既定目标而凝聚起来团队。作为团队一员,呵护这个平台,就会从中获取成长养分;依靠这个平台,就能收获克难攻坚的力量;奉献这个平台,就能让梦想展翅高飞。冲动无知会阻碍集体健康发展;妄自尊大将被集体淘汰,丧失发展机遇;丢掉做人底线,只会让自己陷入四面楚歌的困境。这警示我们,要准确定位自己,客观评估自己的能量;时刻提醒自己,牢记集体观念,热爱集体的事业,在集体搭建的舞台上实现个人价值、成就共同梦想,让生命在集体中绽放光彩。

2 平衡膳食里的哲理

平衡膳食是指各种营养素和热量的平衡、各种氨基酸的平衡、酸碱平衡和各类食物的平衡等。学前儿童的平衡膳食基本上包括六大类食物:谷类、动物性食品、豆类及其制品、蔬菜水果和调味品^[1]。这六大类食物在一日膳食中需要科学搭配,才能保证合理营养。要实现膳食平衡,不仅要求各类食品品质优量足,还必须以适当的比例,采用科学的烹调方式进行加工,确保在营养素不被损坏的前提下提高消化吸收率,使食物中的营养成分通过有效途径被机体转化和利用,用以满足人体的各种生理需要,保证人体健康。膳食平衡的这种要求蕴含一个哲理:过犹不及都不合适,“营养过剩”和“营养缺乏”都会损害健康。古人云:“不欲极饥而食,食不过饱;不欲极渴而饮,饮不外多”“衰为盛之终,盛为衰之始”。这启示我们:凡事都要

把握适度原则, 树立底线思维, 将事物的发展维系在适度可控的范畴内, 才能使我们的目标朝着预期的方向发展。

3 疾病里的思政考量

疾病是在特定病因作用下, 机体自我调节功能紊乱导致的病理过程。主要表现为生理功能异常、新陈代谢紊乱等症状。致病因素可分为外因和内因: 外因包括生物因素、物理因素、化学因素、社会因素、环境因素、生活方式等; 内因则涉及遗传、免疫和代谢等因素。所有这些致病因素都会影响学前儿童的生长发育乃至学习和生活。无论是传染病、寄生虫病、营养性疾病, 还是内科疾病或外科损伤, 深入分析其发生发展过程, 往往都能发现与人类不当行为的关联。例如, 为了满足贪食之欲, 把河狸、旱獭等野生动物加工成了“美味”, 结果使那些生存域极小的病原体找到了繁衍生息的机遇, 让鼠疫, 结核病等卷土重来; 更有甚者, 在东南亚某些地区, 人们将新鲜猴脑视为珍馐, 在活猴开颅取食的过程中, 使原本仅存在于灵长类动物体内的特殊病毒获得了跨物种传播的机会, 导致新型人畜共患病的爆发; 为了寻找刺激, 毫无顾忌的涉猎或侵犯荒山野岭, 死亡之谷, 骷髅海岸等不该涉足的生物领地, 并肆无忌惮的猎捕、豢养野生动物, 比如在非洲某些地区, 当地人捕捉蝙蝠、穿山甲等野生动物作为宠物或药材, 使这些动物体内潜伏的埃博拉病毒、冠状病毒等获得了突破物种屏障的渠道, 艾滋病、性病、新冠肺炎等就泛滥成灾。没有禁忌的滥砍滥伐, 肆意开采、无序加工, 破坏了人类赖以生存的空气环境, 水和土壤环境, 呼吸系统疾病, 消化系统疾病, 代谢性疾病就纷至沓来。许多中毒性疾病、损伤性疾病也是人们“明知不可为而为之”的结果。

惨痛的现实告诉我们: 无视“保护自然就是保护自己”, 疾病就会不期而遇; 践踏“自然规律”, 各种灾难就会接踵而至。因此, 坚持“预防为主”的方针既是未雨绸缪, 更是避免或减少疾病损害的必然选择。涉及“预防为主”就不能局限于防止某种疾病发生和发展所采取的具体措施, 要着眼于人们日常的生活细节、行为习惯、饮食爱好和思想品德等环节, 把具体的防治措施与人生态度, 价值理念结合起来, 让学生明白: 人类是生态系统的一分子, 保护环境人类义不容辞, 维系生态系统平衡, 就是维系人类的生存, 破坏生态系统, 就是自掘坟墓。每个人都是良好生存环境的责任人。不要小看“随地吐痰, 乱扔垃圾”等行为, 因为这些司空见惯的细节就是疾病传播和病原的滋生的土壤。不能随意在楼梯上推搡, 更不能因彼此之间的小龃龉而利令智昏、棍棒相加, 因为那是造成外伤

损害的危险推手。时刻牢记: 人与自然相互依存, 是一个命运共同体。要把自己的生命健康与周围的一切联系起来, 尊重他人、尊重自然、顺应自然、保护自然。用“利他方能利己”成人之美, 在互利合作的氛围中共同成长。无论学习, 工作还是生活, 都要注重细节, 讲究卫生, 珍爱生命, 养成良好的行为习惯, 培养高尚的道德情操, 助人为乐, 勿以善小而不为, 勿以恶小而为之。懂得良行善举不仅是为人处世的准则, 也是身心健康发展的必由之路。

4 学前儿童心理健康的启示

2001年世界卫生组织提出: “心理健康是一种健康或幸福状态, 在这种情况下, 个体得以实现自我, 能够应对正常的生活压力, 工作富有成效和成果, 以及有能力对所在社会做出贡献”这个定义与时俱进, 凸显了对幸福感的强调, 以及对“自我实现、自我体验和社会适应、社会贡献”的考量[3]。心理健康标志包括以下六个方面: 一是智力发展正常; 二是情绪稳定愉快; 三是人际关系和谐; 四是行为统一协调; 五是性格乐观开朗; 六是自我意识良好。这种标志是一种理想状态, 不能一概而论, 因为现实中每个人或多或少都存在某一方面的不足。这种状态也是一个动态过程, 在个人行为和社会行为的交融中不断演进。

授课过程中要想在心理健康的基本要件和判断依据当中寻找平衡点, 架起融合桥, 自然会让各种疑问激荡在课堂的各个角落, 例如“智力正常是否等同于心理健康?”“说谎行为是否必然反映心理问题?”“社交广泛是否意味着心理更健康?”“性格胆大与胆小哪个更健康?”等等, 这些问题的碰撞与思考, 既涉及心理健康标准的正面诠释, 也触及现实中的复杂表现, 能够促进学生从多角度理解心理健康的丰富内涵。要求课任老师抓住问题关键, 正确引导学生思考。要让学生明白, 判断心理是否健康, 不能孤立地看待某些行为表现或其程度, 要综合分析各个层面的信息, 不能以偏概全, 刻板判断。这一原则引申出重要的人生哲理: 要用发展的眼光看待自我, 以成长的心态评价自己。既要认识自身优势, 也要悦纳不足之处。若总是以他人之长贬低自己, 自卑的枷锁就会削弱自我进取的勇气; 若惯于以自身优势贬低他人, 盲目自大的狂妄终将引致困境。成功时要有百尺竿头更进一步的雄心, 失败时也能重拾克难攻坚的利器。日常交往中, 应当谨言慎行, 不能信口开河, 拿他人的缺陷当“谈资”, 更不能传播他人“隐私”, 给彼此信任埋下芥蒂。要诚实守信, 团结友爱, 彼此关心, 相互鼓励, 让真爱、真情、真心像阳光一样温暖颗颗心田, 呵护大家健康快乐的成长。

综上所述,“学前儿童卫生保健”这门课程的教学,需要多措并举,构建“理论-实践-反思”的立体化培养模式。除了围绕课题目标设置学生感兴趣的问题,营造学生主动探究的学习氛围之外,利用实训资源,创造更多动手机会是帮助学生拓展思维、开阔视野,转化为能力的必要手段。同时,借助多媒体课件或 AI 技术手段将抽象的生命活动现象变成可视可感的流动场景,也是加深理解,帮助知识转化的有效途径。在教学过程中,教师应当适时引入生活案例,将学生的切身体验与教学内容有机结合,自然地揭示学科蕴含的人生哲理。通过这种方式,让学生在掌握学科知识的同时,逐步形成正确的价值观,提升综合素养,既学会求知,更学会做人与做事。为打造健康人生

奠基,为创造美好生活助力。

参考文献:

[1] 教材《学前儿童卫生保健》王向东主编. 绪论“学前儿童卫生保健的概念和意义”.

[2] 教材《学前儿童卫生保健》第三章“学前儿童营养与膳食”中第二节学前儿童平衡膳食.

[3] 俞国良. 认识心理健康的“元概念”[J]. 中国德育, 2025,(09):1.

作者简介:薛克联,男,汉族,本科学历,甘肃省酒泉市肃州区人,高级讲师。