



“十四五” 国家规划教材



幼儿教育“岗深爱通道”微课版系列教材

Health Care for
Young Children

幼儿健康照护

主编 程 婷 刘 园 罗岚方



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿健康照护 / 程婷, 刘晶, 罗岚方主编. —杭州: 浙江大学出版社, 2023. 9

ISBN 978-7-308-23964-6

I. ①幼… II. ①程… ②刘… ③罗… III. ①婴幼儿—哺育—教材 IV. ①TS976. 31

中国国家版本馆CIP数据核字(2023)第116025号

幼儿健康照护

YOUER JIANKANG ZHAOHU

主 编 程 婷 刘 晶 罗 岚 方

策划编辑 李 晨

责任编辑 李 晨

责任校对 郑成业

封面设计 春天书装

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路148号 邮政编码 310007)

(网址: <http://www.zjupress.com>)

排 版 杭州林智广告有限公司

印 刷 杭州高腾印务有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 12.25

字 数 200千

版 次 2023年9月第1版 2023年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-308-23964-6

定 价 49.8元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社市场运营中心联系方式: 0571-88925591; <http://zjdxcs.tmall.com>

党的十八届五中全会首次提出“推进健康中国建设”的任务，党的十九大五中全会把“全面推进健康中国建设”作为开启全面建设社会主义现代化国家新征程的重大任务之一，党的二十大把保障人民健康放在优先发展的战略位置，对“推进健康中国建设”做出了战略部署，这为我国的全民健康事业擘画了新蓝图。

儿童是国家的未来、民族的希望，健康中国应从儿童健康开始。健康是幼儿全面发展的基础，保障幼儿的健康是家庭的重要责任，也是托幼机构的首要任务。托幼机构作为幼儿学习和生活的主要场所，要为幼儿提供营养均衡的膳食，确保饮食卫生安全；要按照卫生保健操作规范，做好日常的清洁、消毒及健康检查等工作；要重视幼儿常见病和季节性传染病的预防，防患于未然。

本书力求将医、养、教三者结合，全方位对幼儿进行健康照护。全书共分为8个项目，内容主要包括健康与幼儿健康照护认知，幼儿健康检查与评价，环境管理及幼儿基本照护技术，幼儿膳食与营养性疾病照护，幼儿各系统、主要器官常见病照护，幼儿预防接种及常见传染病照护，幼儿健康教育，以及特殊幼儿的健康照护。本书能为职业院校幼儿照护相关专业学生，以及计划从事家庭及托幼机构托育、保育、保健工作的人提供幼儿健康照护的知识与技能。本书还可作为从事各类托幼机构保健、保育工作人员的岗位培训辅助用书。

总体来说，本书具有以下特色。

1. “项目—任务”式体例编排，将“教、学、做”合一

本书采用“项目—任务”式的编写模式，设置了8个项目，下设19个任务。每个项目以知识目标、能力目标、素质目标为引领，呈现项目相关

P R E F A C E

知识。每个任务都设计了“活动探究”，活动探究前需先准备相应的材料，自行或分工完成相应内容，然后通过查找、分享、操作、讨论、总结等多种形式进行知识探究与模拟操作，活动结束后需进行自我评价和小组评价。这种体例模式能使学生在有一定理论知识的基础上，通过任务活动强化专业技能、提升综合能力，凸显职业教育的特点。

2. 融入传统文化元素，体现“课程思政”

课程思政是立德树人、提高德才兼备人才质量的根本保证。本书将课程思政元素有机融入学习内容。例如，在每个“项目导入”页面都以摘录的方式呈现中国传统文化作品中的内容，既与本项目的主体内容相关，又能引发学生对中国传统文化的关注，使学生在新时代也能汲取传统文化中的精华，将优秀的文化不断传承下去。

3. 教考一体，助力“课证融通”

本书紧跟政策发展，将保育师（原“保育员”现更名为“保育师”）国家职业技能标准中的知识与技能要求融入内容当中，并整理了与项目内容相关的技能考试的国家题库试题（标“*”），可以为学生未来拓展技能、更好地就业打下基础。

4. 多元式编写，配套资源丰富

本书既重视为学生打好理论知识基础，也重视提升学生的政策法规素养与实际操作能力。本书的编写人员中，既有职业院校的“双师”型教师，也有托幼机构、保健院的一线工作人员，保证了编写内容的理实一体。本书的配套资源中，既有政策法规和技术规范，也有一线场景的微课实录，能有效提升学生的学习效果。

由于编者编写经验、视野有限，再加上职业教育改革的不断深入，以及保教工作研究成果的不断涌现，本书存在问题在所难免，期待各位读者提出宝贵的建议！

编者

2023年6月

项目一	健康与幼儿健康照护认知·····	1
	任务一 健康认知·····	3
	任务二 幼儿健康照护认知·····	9
项目二	幼儿健康检查与评价·····	19
	任务一 幼儿健康检查·····	21
	任务二 幼儿生长发育常见指标的测量·····	31
	任务三 幼儿体格与心理健康评价·····	42
项目三	环境管理及幼儿基本照护技术·····	53
	任务一 环境卫生与消毒·····	55
	任务二 个人卫生清洁及手卫生规范·····	65
	任务三 幼儿疾病基本照护技术·····	71
项目四	幼儿膳食与营养性疾病照护·····	79
	任务一 幼儿膳食与营养评价·····	81
	任务二 幼儿常见营养性疾病照护·····	98

项目五	幼儿各系统、主要器官常见病照护 ·····	109
	任务一 幼儿各系统常见病照护·····	111
	任务二 幼儿五官及皮肤常见病照护·····	127
项目六	幼儿预防接种及常见传染病照护 ·····	141
	任务一 传染病的流行与管理·····	143
	任务二 幼儿预防接种·····	151
	任务三 幼儿常见传染病照护·····	157
项目七	幼儿健康教育 ·····	171
	任务一 幼儿健康教育认知·····	173
	任务二 幼儿健康教育评价·····	179
	参考文献 ·····	187
	附 录 ·····	188
	附录一 特殊幼儿的健康照护（选学）·····	188
	附录二 项目综合评价表·····	188
	附录三 岗课赛证资源一体化·····	188

项目一

健康与幼儿健康照护认知

项目导入

阴平阳秘，精神乃治；阴阳离决，精气乃绝。

——《黄帝内经》

健康是人类生存和生活的基本前提，健康是一切价值的基础。拥有健康、共享健康是人类共同追求。但到底什么是健康？正确理解健康的内涵不是一件简单的事。

幼儿健康是关系民生与国家发展的大事，对幼儿健康的理解及幼儿健康的标志应在动态中不断发展。通过及时了解幼儿的健康状态，才能更积极地改进和完善幼儿健康照护工作，使幼儿身心健康地成长。



项目一导学

学习目标

▶ 知识目标

1. 了解健康的概念。
2. 知道健康的标志。
3. 理解幼儿健康的内涵及主要标志。
4. 理解影响幼儿健康的主要因素。
5. 理解幼儿健康照护的基本理念及意义。

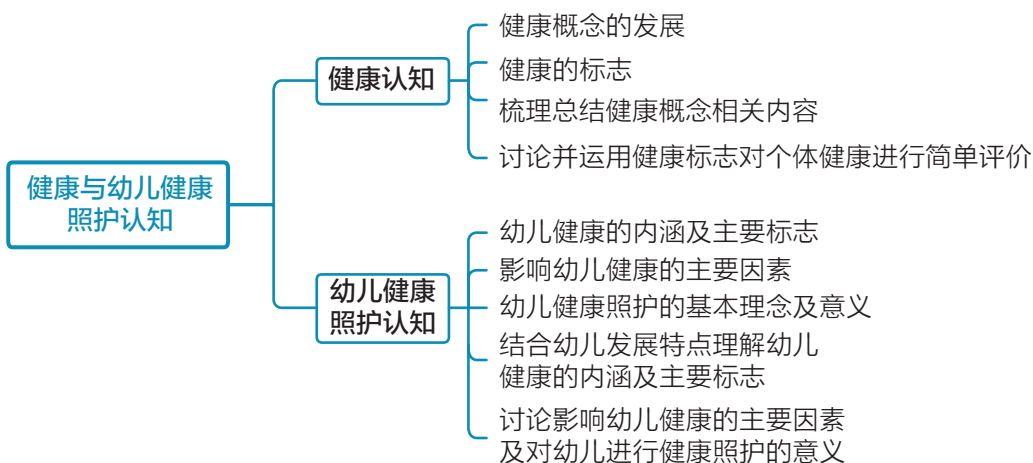
▶ 能力目标

1. 能梳理健康概念发展的过程。
2. 能运用幼儿健康的主要标志对幼儿健康状况进行简单评价。
3. 能举例说明影响幼儿健康的主要因素。

▶ 素质目标

1. 通过对健康、幼儿健康概念及标志的学习，理解幼儿健康概念的特殊性，以及健康标志的动态性。
2. 通过对健康概念发展过程的梳理，提升学习总结能力。
3. 通过运用健康标志进行简单评价，以及对影响幼儿健康主要因素的举例，理解理论对实践的指导意义。

知识导图



任务一 健康认知

任务情景

人体除了健康状态和疾病状态，还存在着一种非健康又非疾病的中间状态，称为亚健康，又称第三状态、灰色状态、病前状态等。亚健康状态是一个不断变化发展的动态过程，既可向健康状态转化，也能够向疾病方面发展。亚健康有代表性的特征是持续的或难以恢复的疲劳，常常感到体力不支，懒于运动，容易困倦疲乏，还可能有睡眠障碍。处于亚健康状态者不能达到健康的标准。那什么是健康，健康的标志又是什么呢？

任务目标

通过对健康概念发展的梳理，以及运用健康标志进行初步评价，对健康及健康标志有初步的认知。

任务准备

纸、笔。

任务实施

▼ 步骤一 知识准备

一、健康概念的发展

《辞海》对健康的解释为：人体各器官系统发育良好，功能正常，体质健壮，精力充沛，并具有良好劳动效能的状态。事实上，健康是一个综合的概念，对健康的认知是随着社会经济的发展、科学技术的进步、文化水平的提升及人们生产和生活方式的转变而加深的。

（一）人类社会早期对健康的认识

在人类社会早期，由于生产力低下，物质生活十分落后，人们一旦失去健康，就等同于死亡，几乎无法继续生存。因此，当时人们理解的健康

与生命等同，认为健康、疾病都是由那些超越自然的神灵所赠，是不以人的意志为转移的。在对待生命、健康、疾病的问题上，人类是完全被动的，想要健康长寿，唯有通过多做好事、少做坏事来“积德”，来感化神灵，祈求神灵的保佑。“生病”被认为是神灵的惩罚，是妖魔鬼怪在作祟。

（二）生物医学健康观对健康的认识

随着社会的进步、生产力的不断发展，人类认识自然、改造自然的能力在不断提高。人类在同疾病、死亡的抗争中积累了宝贵的实践经验，逐步摆脱了唯心主义、神灵主义健康观的束缚，探索出了一些常见疾病的治疗手段和方法，形成了一种职业——医生，开创了一门学科——医学，形成了唯物主义的生物医学健康观。生物医学健康观认为：疾病不是神灵的惩罚，也不是妖魔鬼怪在作祟，疾病是由于在自然环境中，存在大量的生物性致病因素；疾病是可以通过人的力量来战胜的。由于人类逐渐习惯了主动去治疗疾病，也就把健康理解为“不虚弱、不生病”，即“无病就是健康”。在“健康”时忽视自我保健，在“生病”时则过分依赖医生和药物，忽视社会因素和心理因素的作用，把自己的生命权、健康权统统交给了医生和医疗机构，认为没有自己什么事情。这种建立在人体生理功能基础上的“生物医学”模式的健康观忽视了人的社会性和心理因素。

（三）多维整体健康观对健康的认识

医学研究不断证实，不仅生物因素会导致疾病，而且许多心理因素、社会因素也会作用于机体，引起疾病，影响人的健康。因此，对于健康的理解，不能仅从生物学的角度去考虑，而应从更加宽广的视角去分析。只有这样，才能探寻出人类健康的真正内涵。关于健康的定义，较为权威的观点是由世界卫生组织先后推出的几种定义。

1948年，世界卫生组织在《世界保健大宪章》中对健康的定义为：健康不但是指没有身体的缺陷和疾病，而且还要有良好的生理、心理状态和社会适应能力。身体的良好状态是指躯体的整体功能良好，各项生理指标正常，没有生理上的疾病、残疾，没有持续的身体不适或虚弱现象，生理需要能得到基本满足。心理的良好状态是指内心没有严重的矛盾冲突，情绪稳定、愉快，个体能得到自然发展，并且能够自如地应对各种紧张状态，没有不良的行为方式或生活习惯，没有明显的精神活动异常。社会适应的

良好状态是指个体具有良好的人际交往和社会适应能力，能够适应社会生活的要求，对生活环境变化做出适当的反应。

1989年，世界卫生组织又将道德健康寓于健康的概念中，认为一个人只有在身体、心理、社会适应和道德四个方面都健全，才算是完全健康的。道德健全是指个体能够履行对社会、对他人应尽的义务，不违背自己的良心，不以损害他人的利益来满足自己的需要，具有辨别真善美与假恶丑、荣誉与耻辱等是非观念，能按照社会道德行为规范来约束自己，以此获得心地踏实、心境平和，并产生一种价值感和崇高感；而且能与自然、社会、他人和谐相处，与人为善，乐在其中。道德的最高标准是无私奉献，最低标准是不损人利己。

纵观健康概念的发展和演变过程，现代的健康概念已经被赋予了相当广的含义，包括生理、心理、社会适应和道德四个方面的内容，而且四者之间密切相关、相互影响。其中社会适应性归根结底取决于生理和心理的素质状况，心理健康是生理健康的精神支柱，生理健康又是心理健康的物质基础。良好的情绪状态可以使生理功能处于最佳状态，反之则会降低或破坏某种功能而引起疾病。身体状况的改变可能带来相应的心理问题，生理上的缺陷、疾病，特别是痼疾，往往会使人产生烦恼、焦躁、忧虑、抑郁等不良情绪，导致各种不正常的心理状态。作为身心统一的人，身体和心理是紧密依存的两个方面。

总之，健康的概念是由不同的发展阶段所决定的。随着物质生产的发展，医学的进步，科学技术的不断更新、分化、交叉、渗透、综合，新兴的边缘学科的出现，特别是人类对客观世界认识的不断深化，对健康的认识必将日趋确切，更符合健康本身的规律。

二、健康的标志

1999年世界卫生组织归纳和总结了人类实践的经验标准，提出人类健康的标志，总体可用“五快三良好”来衡量，其中身体的健康标志为“五快”，心理的健康标志为“三良好”。

（一）“五快”

（1）吃得快——进食时有良好的胃口，不挑剔食物，能快速吃完一顿饭，但不是狼吞虎咽。

- (2) 走得快——行步自如，步伐轻捷。
- (3) 说得快——思维敏捷，说话流利，口齿清楚，表达正确。
- (4) 睡得快——入睡快，睡眠质量高，醒后精神饱满。
- (5) 便得快——大小便通畅，便时无痛苦，便后感轻松。

(二) “三良好”

(1) 良好的个性人格——心地善良，乐观处世，为人谦和，正直无私，情绪稳定。

(2) 良好的处世能力——观察事物客观现实，有良好的自控能力，能较好地适应复杂的环境变化。

(3) 良好的人际关系——助人为乐，与人为善，心情舒畅，人缘好。

▼ 步骤二 活动探究

一、梳理总结健康概念相关内容

关于健康的概念及导致不健康的原因，有多种不同的解释，请整理至表 1-1-1 中。

表 1-1-1 梳理总结健康概念相关内容

出处	概念及原因	
《辞海》	健康的概念:	
人类社会早期	健康的概念:	
	导致不健康的原因:	
生物医学健康观	健康的概念:	
	导致不健康的原因:	
多维整体健康观	1948 年	健康的概念:
	1989 年	健康的概念:
	导致不健康的原因:	

二、讨论并运用健康标志对个体健康进行简单评价

(1) 对“五快三良好”分别进行具体说明,给每一具体标志设定一定的分值(也可参考其中的分值设定),然后对个体健康(如自身)进行简单估分,相应评价内容填入表 1-1-2。

表 1-1-2 运用“五快三良好”标志对个体健康进行简单评价

标志	具体说明	配分	估分
“五快”		15(好:13~15;中:7~12;差:0~6)	
		12(好:10~12;中:6~9;差:0~5)	
		15(好:13~15;中:7~12;差:0~6)	
		12(好:10~12;中:6~9;差:0~5)	
		12(好:10~12;中:6~9;差:0~5)	
“三良好”		12(好:10~12;中:6~9;差:0~5)	
		12(好:10~12;中:6~9;差:0~5)	
		10(好:9~10;中:5~8;差:0~4)	
总分		100	

(2) 运用其他健康标志对个体健康进行简单评价,如有必要可先设定评价分值,然后结合自身情况对个体健康情况进行简单估分。



其他健康标志

(3) 结合前面对个体健康所做的简单评价,总结个体存在的主要问题,并思考解决问题的方法。


任务评价

任务评价如表 1-1-3 所示。

表 1-1-3 任务评价

评价项	评价要点	配分	自我 评价 (40%)	小组 评价 (60%)
梳理总结健康概念 相关内容	梳理总结完整(8分)	40		
	梳理总结正确(32分)			
讨论并运用健康标 志对个体健康进行 简单评价	能对“五快三良好”进行具体说明(16分)	60		
	积极参与讨论“五快三良好”分值设定与个体健康估分(16分)			
	能运用其他标志简单评价个体健康(20分)			
	总结自身存在的主要问题(8分)			
合计得分		100		

注:评价时结合相应评价要点进行评价;小组评价由组长负责组织讨论,并结合小组成员的意见填写;合计得分 = 自我评价得分 × 40% + 小组评价得分 × 60%。

任务二 幼儿健康照护认知

任务情景

结合健康的概念，了解幼儿健康应是指幼儿各器官、组织的正常生长发育，能较好地抵抗各种急、慢性疾病；性格开朗，情绪乐观，没有身心疾病或缺陷；对社会环境有较强的适应能力。那么，如何正确理解幼儿健康的概念？幼儿健康主要受哪些因素的影响？对幼儿进行健康照护需要具备哪些基本的理念呢？

任务目标

通过对幼儿健康概念的理解，对幼儿健康标志的简单运用，以及对影响幼儿健康的主要因素举例，对幼儿健康及幼儿健康的标志有初步的认知。

任务准备

纸、笔。

任务实施

▼ 步骤一 知识准备

一、幼儿健康的内涵及主要标志

（一）幼儿健康的内涵

1. 以生理健康和心理健康为主

对幼儿健康概念的理解不宜选取道德指标衡量。因为幼儿的道德认知发展水平较低，很难深刻地认识和区分善恶，难以具备良好的道德能力，而应以生理健康和心理健康作为判断其健康状况的主要依据。

2. 健康处于多变状态

幼儿正处于快速的生长发育阶段，生理状况和心理状况都处于不断变化中，各器官、系统和全身功能尚未达到成熟状态，外界很多因素都可能对其生理和心理的发展产生影响，因而有必要定期进行健康评定。

3. 具有明显的个体差异

每个幼儿的生长发育速度和水平不完全相同。幼儿有体格高矮胖瘦、性格内向和外向、心智发育水平高和低之分。每个幼儿都有其成长特点，但只要生长发育水平与大多数同龄幼儿相符，就可认为是正常的、健康的。

（二）幼儿健康的主要标志

1. 生理健康

幼儿的生理健康是指其各个器官、组织的生长发育正常，没有生理缺陷，能有效抵抗各种急、慢性疾病，体质不断增强。主要表现如下。

（1）生长发育良好。这主要表现为身高、体重、头围等各项生理机能指标的数值均在该年龄组的正常范围内；体型正常，身材比例符合该年龄组幼儿发展的一般规律；身体各器官的生理功能正常；身体无重大疾病和缺陷。幼儿各个器官的大小、重量的变化，以及身高增长、体重增加速度，不同的幼儿可以不完全一致，但总体发展水平应当保持在正常范围内，与同龄幼儿的发展水平接近。

（2）机体对体内和外界环境有一定的适应能力。这主要表现为机体对内、外环境的变化具有一定的适应能力；具有一定的抵抗疾病的能力，较少得病；能适应多种体位（如移动、旋转等）的变化；食欲好、睡眠好、精力充沛等。

（3）体能发展良好。这主要表现为活动能力发展正常，各种基本动作（如抬头、翻身、坐、爬、站、走、跑、跳等）适时出现；肌肉较有力，身体动作较平稳、准确、灵敏和协调；手眼的协调能力发展良好等。

2. 心理健康

幼儿心理健康是指幼儿整个心理活动和心理特征的相互协调、适度发展、相对稳定，并与客观环境相适应的状态。幼儿心理健康可从动作、认知、情绪、个性、人际交往等方面进行衡量。

（1）动作发展正常。幼儿动作的发展是指大肌肉和小肌肉动作的发展。幼儿躯体大动作和手指精细动作的发展水平处于正常范围是其心理健康的基本条件。

（2）认知水平发展正常。幼儿认知发展较为迅速，保护其大脑不受损伤或过度刺激，有助于预防不健康心理。心理健康的幼儿智力正常，他们能

够适应一定的学习生活，与周围环境取得平衡。智力低下的幼儿社会适应能力差，常常不能适应托幼机构的生活与学习，需要特殊照顾。

(3) 情绪健康、反应适度。心理健康的幼儿以积极的情绪表现为主，若消极情绪过于明显，反复出现焦虑、恐惧、强迫、抑郁等问题，就要给予重视。

(4) 个性特征良好。从个性中最核心、最本质的表现——从性格来讲，健康者性格相对稳定，表现为开朗、大方、勇敢、主动、合作等。反之，若性格不稳定，则表现出胆怯、冷漠、孤僻、自卑等。

(5) 人际交往和谐。幼儿的人际交往关系主要是与父母、教师、同伴之间的关系。心理健康的幼儿乐于与人交往，能与伙伴合作并快乐地游戏。反之，其人际关系往往会失调，或远离同伴，或不受群体欢迎。

(6) 无严重的心理卫生问题。幼儿的心理卫生问题常通过特定的行为表现出来，如多动、口吃、遗尿等行为。我们必须充分重视这些问题，否则极易在后续发展中引发幼儿严重的心理障碍。

3. 社会性发展良好

幼儿社会性是指幼儿在生物特性的基础上，在与环境相互作用的过程中形成社会规范，掌握社会技能，学习社会角色，获得社会性需要、态度、价值观，发展社会性行为，并以独特的个性与人相互交往、相互影响，适应周围社会环境，由自然人发展为社会人的社会化过程中所形成的心理特性。良好的社会适应性是幼儿智力发展的基础，是幼儿终身发展的需要。对幼儿来说，良好的社会性发展表现为：第一，社会适应能力较强，能尽快地融入集体生活。第二，人际关系良好，乐于与他人交往，掌握一定的人际交往技能，具有较好的人际交往能力。幼儿在与他人交往的过程中，学习共享、互助、平等与友爱，能够满足自身的心理需要，使得心理健康得以维持和发展。第三，自我意识发展良好，具有一定的自我调控能力，能主动地应对各种压力，调节自身与环境的平衡。

二、影响幼儿健康的主要因素

(一) 生物因素

1. 遗传因素

遗传是指子代和亲代之间在形态结构和生理功能上的相似。遗传因素是

幼儿身心发展的自然物质前提和必要条件。细胞中染色体所载的基因是遗传的物质基础，影响着幼儿体格生长的特征、潜力、趋势和限度，为个体发展提供了可能。

2. 机体损伤或疾病

机体特别是脑遭受损伤、机体自身某一部位的发育障碍或疾病常是影响幼儿身心健康发展的一个重要因素。人体各系统、各器官的活动是相互联系、相互协调、相互制约和相互统一的，神经系统的损伤或病变及心理活动的失常可引起机体特别是各内脏器官器质性或机能性的继发改变；同样，人体其他系统的疾病也可引起一些神经病变或心理障碍。

幼儿健康可受各种疾病影响，疾病会干扰机体正常的能量代谢，严重的还可能影响器官功能，导致生长发育停滞甚至倒退。对于幼儿而言，疾病具有鲜明的年龄特征，和集体生活、学习条件密切相关。幼儿消化系统功能尚未成熟，易出现消化系统疾病；幼儿进入托幼机构学习，患呼吸道相关疾病的概率增加；生活作息不规律、不良习惯等导致肥胖、龋齿、视力低下等发生率不断提高。因此对幼儿要积极防病，及时识别并科学用药。

对疾病的应对一般采取三级预防措施。一级预防也称病因预防，这是预防疾病和消灭疾病的根本措施。合理膳食、适量运动、心理平衡等是一级预防的基本原则。二级预防也称“三早”预防，即早发现、早诊断、早治疗，这是防止或减缓疾病发展而采取的措施。三级预防也称临床预防，这是对已患病的患者采取及时有效的治疗措施，主要是对症治疗和康复治疗措施。

（二）环境因素

1. 自然环境

自然环境是环绕人们周围的各种自然因素的总和，指一切直接或间接影响人类的，自然形成的物质、能量和现象。



自然缺失症

（1）良好的自然环境能为幼儿提供维持和促进其正常的生命活动及身心健康发展的各类物质条件。例如，新鲜的空气、充足的阳光、洁净的水源、平衡的膳食、安全的设施等，能使幼儿身体健康、心情愉悦。

（2）自然气候环境对幼儿健康的影响是长期的，同时也是与其他诸如生

活习惯、饮食种类等因素共同作用的结果。例如，气候温暖或炎热会使人体新陈代谢加快，个体开始发育及停止发育的时间都比较早。

(3) 自然环境中也随时存在、产生和传播着危害幼儿健康的因素。各种自然灾害，变幻莫测的天气，不适当的湿度、照明，空间和噪声等刺激的长期作用，空气、水源、食物等的污染，都会影响幼儿的正常发展。例如，幼儿在食用了污染的食品后，很可能出现腹泻、中毒等症状。铅是环境中的重金属污染物之一，主要损害神经、心血管和消化系统，严重影响幼儿的健康。

2. 社会环境

社会环境是指人类生存及活动范围内的社会物质、精神条件的总和。广义的社会环境包括整个社会经济文化体系，狭义的社会环境仅指人类生活的直接环境。在社会环境中，生产力水平的提高、政治制度的变革、社会经济的发展、文化教育的进步，都与人类的健康紧密相连。例如，社会经济发展水平的提高是促进幼儿体格生长的重要因素。它通过改善营养条件、饮用水质量、健康服务和社会保障条件，以及减少疾病对幼儿的健康起到积极作用。对幼儿影响最大的社会环境主要包括家庭、托幼机构和社区环境。

(1) 家庭。家庭直接或间接地影响着幼儿的健康成长，尤其是家庭经济状况、父母的文化程度，以及父母的养育方式与卫生习惯等，都对幼儿的健康产生潜移默化的影响。

(2) 托幼机构。托幼机构是幼儿生活的另一个重要的社会环境。托幼机构卫生和保健设施的完善程度及工作的服务质量等直接影响幼儿的健康状况。托幼机构对幼儿提供的服务不仅体现在膳食营养、环境卫生、健康检查、疾病预防等方面，也体现在对幼儿及其家庭的健康教育上。

(3) 社区。社区是若干社会群体或社会组织聚集在某一个领域里所形成的一个生活上相互关联的大集体，是社会有机体的基本单位，是宏观社会的缩影。幼儿生活在具体的社区里，周围的人口、地理、环境、经济、文化、社会组织等都会对幼儿的健康产生影响。幼儿的身心健康既是个人的义务，也是全社会的责任。因此，社区应配合家庭和托幼机构，为幼儿的发展提供良好的社会环境，为幼儿的健康发展打下良好的基础。

三、幼儿健康照护的基本理念及意义

(一) 幼儿健康照护的基本理念

理念是行动的先导，科学的照护理念是促进幼儿健康成长的重要保障。幼儿照护人员要充分认识健康照护的重要意义，树立科学的育儿理念，掌握科学育儿知识和技能。

1. 重视幼儿全面发展

幼儿发展应使幼儿在生理、心理和社会能力方面得到全面发展，具体体现在儿童的体格、运动、认知、语言、情感和社会适应能力等各方面，这对幼儿成长具有重要意义。

2. 遵循幼儿生长发育规律和特点

对幼儿进行照护要遵循个体生长发育的规律，尊重个体特点和差异，避免揠苗助长；要做好定期健康监测，及时关注幼儿生长发育异常，做到早发现、早诊断、早干预。

3. 给予幼儿恰当积极的回应

对幼儿进行照护要了解各年龄段幼儿身心发展的特点，应关注幼儿的表情、声音、动作和情绪等表现，理解其所发出的信号和表达的需求，及时给予恰当、积极的回应。

4. 培养幼儿自主和自我调节能力

幼儿的自理能力和良好的行为习惯是在日常生活中逐步养成的。在保证安全的前提下，对幼儿进行照护，要为幼儿提供自由玩耍的机会，鼓励幼儿自由探索，引导幼儿发展解决问题的能力 and 创造力；要帮助幼儿建立规律的生活作息，养成良好的生活习惯，逐渐培养其自理能力，不包办代替；要帮助幼儿识别自己和他人的情绪，适时建立合理规则，发展幼儿的自我调节能力。

5. 注重亲子陪伴和交流玩耍

幼儿在与照护者的亲密相处中会逐渐认识自我、建立自信、培养情感和拓展能力。照护者应充分参与对幼儿的照护，提供高质量的亲子陪伴与互动，共同感受成长的快乐，建立融洽的亲子关系。交流和玩耍是亲子陪伴的重要内容，也是照护中促进幼儿早期发展的核心措施。

6. 将早期学习融入照护全过程

幼儿是通过模仿、重复、尝试等，发展运动、认知、语言、情感和社会适应等各方面能力的。对幼儿进行照护时，要将早期学习融入幼儿照护的每个环节，充分利用家庭和社会资源，为幼儿提供丰富的早期学习机会。

7. 努力创造良好的家庭环境

家庭是幼儿早期成长和发展的环境，因而需要构建温馨、和睦的家庭氛围，让幼儿展现快乐、积极的生活态度，培养积极、乐观的品格。同时，要为幼儿提供整洁、安全、有趣的活动空间，有适合其年龄的玩具、图书和生活用品。

8. 认真学习相关知识以提高幼儿照护素养

幼儿照护者要学习幼儿生长发育知识，掌握健康照护的各种技能和方法，不断提升科学育儿的能力，在养育的实践中与儿童同步成长。幼儿照护者的身心健康会影响照护的过程，从而对幼儿健康和发展产生重要影响。照护者应主动关注自身健康，保持健康的生活方式，提高生活质量，定期体检，及时发现和缓解养育焦虑，保持身心健康。

（二）幼儿健康照护的意义

幼儿处于生长发育的重要阶段，照护者为幼儿提供良好的健康照护，有助于幼儿在生理、心理和社会能力等方面得到全面发展，为幼儿未来的健康成长奠定基础，并有助于预防成年期心脑血管病、糖尿病、抑郁症等多种疾病的发生。幼儿早期的发展不仅决定了个体的健康状况与发展，也深刻影响着国家人力资源和社会经济发展，对幼儿进行良好的健康照护是实现幼儿早期发展的重要举措。

▼ 步骤二 活动探究

一、结合幼儿发展特点理解幼儿健康的内涵及主要标志

首先，将分工收集的6岁以下不同年龄段儿童在体格、动作、认知、语言、情感和社会性方面的发展特点进行整理。然后，分享说明幼儿发展特点中的哪些描述体现了幼儿健康的内涵及主要标志。

二、讨论影响幼儿健康的主要因素及对幼儿进行健康照护的意义

(1) 针对影响幼儿健康的主要因素分别举一例说明，包括生物因素中的遗传因素、机体损伤或疾病，环境因素中的自然环境和社会环境。

(2) 理解幼儿健康照护的基本理念，分享对幼儿进行健康照护的意义。

任务评价

任务评价如表 1-2-1 所示。

表 1-2-1 任务评价表

评价项	评价要点	配分	自我评价 (40%)	小组评价 (60%)
结合幼儿发展特点 理解幼儿健康的内 涵及主要标志	针对特定年龄幼儿，发展特点资料收集 任务完成(30分)	54		
	描述说明具有针对性，涉及内容全面 (24)			
讨论影响幼儿健康 的主要因素及对幼 儿进行健康照护的 意义	涉及因素全面(12分)	46		
	举例说明正确(16分)			
	对幼儿进行健康照护的意义分享正确 (18分)			
合计得分		100		

注：评价时结合相应评价要点进行评价；小组评价由组长负责组织讨论，并结合小组成员的意见填写；合计得分 = 自我评价得分 × 40% + 小组评价得分 × 60%。

项目测试

一、单项选择题

1. “生物医学”模式的健康观忽视了人的（ ）。
A. 疾病的来源 B. 生理功能 C. 社会性和心理性 D. 需求
2. 幼儿的健康处于（ ）状态。
A. 不良 B. 多变 C. 固定 D. 亚健康
- 3.* 遗传素质是个体发展的物质基础，为个体的发展提供了（ ）。
A. 可能性 B. 必要性 C. 差异性 D. 共同性
4. 社会环境是指人类生存及活动范围内的（ ）条件的总和。
A. 自然 B. 物质 C. 精神 D. 社会物质、精神

二、判断题

1. 1989年，世界卫生组织将道德健康寓于健康的概念中。（ ）
2. 幼儿已成为个体，其健康是否正常应考虑后天因素，而不应考虑先天因素。（ ）

三、填空题

1. 心理健康是身体健康的_____，身体健康又是心理健康的_____。
2. 二级预防也称“三早”预防，即早_____、早诊断、早_____，这是防止或减缓疾病发展而采取的措施。

四、问答题

幼儿健康的主要标志有哪些？



项目一测试
参考答案

