

# 2008年版『幼稚園教育要領』からみる日本の幼児教育の新理念

—領域・健康を例に—

劉智萍<sup>1</sup>

(監訳, 解説 菊地るみ子<sup>2</sup>・抄訳 林翠芳<sup>2</sup>)

(<sup>1</sup>天津师范大学教育科学学院・<sup>2</sup>高知大学教育研究部人文社会科学系教育学部門)

## New Philosophy of Early Childhood Education in Japan Viewed from the "Guidelines for Kindergarten Education " in 2008

Zhiping Liu<sup>1</sup>, Rumiko Kikuchi<sup>2</sup> and Cuifang Lin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Faculty of Education and Science, Tianjin Normal University;*

<sup>2</sup>*Kochi University Humanities and Social Sciences Cluster Education Unit*

### Abstract

The purpose of this paper is to carry out a comparative analysis of old and new (1998 and 2008)"Guidelines kindergarten education" in Japan concerning the health-area. In China, we claim that it should raise awareness of the importance of nutrition education, specifically children's awareness of the problem of nutrition education in the first health education, and the guidance should be strengthened further with the content of health education.

**【摘要】** 2009年4月开始实施新的《幼儿园指导纲要》(以下简称新《纲要》),本文以健康领域为重点,对新旧(1998年版·2008年版)《纲要》进行分析对比。

1998年版《纲要》中的健康教育目标,在新纲要中并没有改变,但教育内容有了变化[4]。在原有的九项内容的基础上,增加了一项新的内容,即“(5)与教师和同伴一起愉快用餐”;原有第(7)项教育内容的表述有所增加,即新《纲要》的“(8)理解幼儿园的生活方式,整理自己的生活环境,行动有预见性”。新《纲要》指导要点(1),在原有重视师生融洽关系的基础上,强调通过各种游戏“让幼儿体验身体充分运动的舒畅心情,培养幼儿积极主动运动的意识”。(5)“教师应该关心儿童家庭生活的经验”和(4),都体现了加强幼儿园与家庭、社区的合作,深化幼儿“对家庭及周围人的依赖感”[12]的目标要求,也是新教育基本法明确赋予幼儿园、家庭及社区的责任。新增加的内容,使幼儿教育是义务教育阶段的基础,实现幼小顺利衔接等教育目标得到了保证。

对中国的启示,首先,针对健康教育中的饮食教育问题,要提高认识,增强开展儿童健康饮食教育的紧迫感。其次,增加健康教育的内容及指导要求。

キーワード:日本の学校における食育の取組、中国の食育課題、中国への示唆

关键词:日本学校饮食教育的对策 中国饮食教育的课题 对中国的启示

## 摘要

2009年4月より施行された新しい『幼稚園教育要領』（以下略して『要領』とする）について、本稿では領域・健康を中心に、新旧（2008年・1998年改訂）の『要領』の比較分析を行う。

1998年版の『要領』の健康教育の目標については、新『要領』でも変更ないが、教育内容に変更が見られた。新『要領』では、旧『要領』の9つの項目に加えて、以下のような内容が新たに追加された。「(5)先生や友達と食べることを楽しむ」、また、旧の(7)項の教育内容に加え、新では「(8)幼稚園における生活の仕方を知り、自分たちで生活の場を整えながら見通しを持って行動する」とある。新『要領』の内容の取扱いについて(1)では、幼児と教師との温かい触れ合いを基盤にすることに加え、さまざまな遊びを通して「十分に体を動かす気持ちよさを体験し、自ら体を動かそうとする意欲が育つようにすること」とある。(5)の「家庭での生活経験を配慮」と(4)は、いずれも幼稚園と家庭、地域との協力関係を強化するものであり、幼児の「家族や身近な人への信頼感」を深めることが、新教育法が幼稚園、家庭及び地域に求めた責任である。新たに付け加えられた内容は、幼児教育が義務教育の基礎となり、スムーズに小学校の教育への移行を保障するものである。

日本の『幼稚園教育要領』から啓示される点として、中国では、まず健康教育の中の食育問題への認識や子どもの食育の重要性に対する認識を高めるべきであり、さらに健康教育の内容と指導を強化すべきであると考えられる。

## 0. はじめに

2008年3月28日、日本の文部科学省が新しい『幼稚園教育要領』を頒布し（以下略して新『要領』とする）、2009年4月より施行された。本稿では領域・健康を中心に、新旧（2008年・1998年改訂）の領域・健康の内容及び教育要領を比較分析し、新要領の特徴やそれが中国に与える示唆等を中心に考察を進める。

## 1. 要領を改定する背景

2006年12月22日、日本文部科学省は「教育基本法」を公布し、幼児教育を中に取り入れた。これは日本における幼児教育が新たな段階に入ったとみることができる。

その後2007年6月27日、改訂した「学校教育法」が公布された。改訂された「学校教育法」では、第22条で幼稚園の位置づけを明確にし、幼児教育は義務教育及びその後の教育の基礎となるという重要性が強調された。

新『幼稚園教育要領』は、新「教育基本法」第11条で「幼児期の教育」という条項が入り、幼稚園が家庭や地域とともに幼児期の教育を進めることが明記され、新「学校教育法」の第22条の内容を踏まえて、改訂を行い頒布し、そして実施されたものである。

## 2. 改訂された領域・健康の内容の変化

新『要領』では、1998年版の『要領』で提示されている健康教育に関する目標については特に変更はないが、教育内容に変更が見られた。旧『要領』の9項目に加えて、新たに「(5)先生や友達と食べることを楽しむ」の内容が加わった。また、旧『要領』の(7)の内容は、新『要領』では「(8)幼稚園における生活の仕方を知り、自分たちで生活の場を整えながら見通しをもって行動する」と下線部の内容が新たに加わった。具体的内容は、下記の通りである。

### 2.1 2008年版 領域・健康の内容

- (1) 先生や友達と触れ合い, 安定感をもって行動する。
- (2) いろいろな遊びの中で十分に体を動かす。
- (3) 進んで戸外で遊ぶ。
- (4) 様々な活動に親しみ, 楽しんで取り組む。
- (5) 先生や友達と食べることを楽しむ。

- (6) 健康な生活のリズムを身に付ける。
- (7) 身の回りを清潔にし、衣服の着脱、食事、排泄などの生活に必要な活動を自分でする。
- (8) 幼稚園における生活の仕方を知り、自分たちで生活の場を整えながら見通しをもって行動する。
- (9) 自分の健康に関心を持ち、病気の予防などに必要な活動を進んで行く。
- (10) 危険な場所、危険な遊び方、災害時などの行動の仕方が分かり、安全に気を付けて行動する。

## 2.2 内容分析

食活動は人類が生存する基本的な活動であるが、幼児にとっては、一日三食の活動は単なる人間としての本能的な活動ではなく、一日の楽しい生活の重要な構成部分であり、心身が健康的に育つかどうかという極めて重要な問題である。ここ数年、日本の子どもには食に関する様々な問題が起きている。たとえば、欠食、一人きりでの食事、食生活の乱れ等である。新『要領』で新たに加わった「(5) 先生や友達と食べることを楽しむ。」の内容は、新学校教育法の目標第 23 条第 2 項の「集団生活を通じて、喜んでこれに参加する態度を養う」の内容と一致し、健康教育内容を幼児の生活に近づけている。勿論、その教育の意義は単に「食べることを楽しむ」ことにとどまらず、このように楽しく思う感情を培うことが、今後の健康的な生活様式の基礎を定めることができる。「食べることを楽しむ」はまた全国的に展開した食教育の内容の一つでもある。幼児期に食事の楽しさを体験し、そして理想な食生活習慣を養い、小学校高学年になると、一人で判断、選択する能力、健康的な食生活能力を保つことを考えられるようになる。

また、新『要領』内容(8)は、旧『要領』(7)「幼稚園における生活の仕方を知り」の児童の自己管理能力を養うことを基礎に、児童の「見通しをもって行動する」能力の育成が強調された。見通しをもって行動するとは、一定の知識と技能をもって、自分が行おうとする行動に対して、それが健康であるかどうか、また安全であるか否かということを考える力、判断する力である。見通しをもって行動する能力が備わっていれば、行動の安全が基本的に守られる。この能力は、日本の義務教育で児童の「生存能力」を養う基本となる。

新『要領』の内容からは、三つの基本方針が伺える。一つは「発展と学習の連続性」、もう一つは「幼稚園生活と家庭生活の連続性」、今一つは「児童に対する保育支援の充実……」である。新たに加わった食に関する内容と見通しをもって行動する能力の育成は、幼児教育が義務教育のベースとなり、二つの教育をうまくつなぐ教育目標を保障するものとなる。

## 3. 改定後の教師指導要点の変化

### 3.1 内容の変化

表 1 新・旧『要領』における領域・健康指導要点の比較

旧 (1998 年版)	新 (2008 年版)
(1) 心と体の健康は、相互に密接な関連があるものであることを踏まえ、幼児が教師や他の幼児との温かい触れ合いの中で自己の存在感や充実感を味わうことなどを基盤として、しなやかな心と体の発達を促すこと。	(1) 心と体の健康は、相互に密接な関連があるものであることを踏まえ、幼児が教師や他の幼児との温かい触れ合いの中で自己の存在感や充実感を味わうことなどを基盤として、しなやかな心と体の発達を促すこと。 <b>特に十分に体を動かす気持ちよさを体験し、自ら体を動かそうとする意欲が育つようにすること。</b>
(2) 様々な遊びの中で、幼児が興味や関心、能力に応じて全身を使って活動することにより、体を動かす楽しさを味わい、安全についての構えを身に付け、自分の体を大切にしようとする気持ち	(2) 様々な遊びの中で、幼児が興味や関心、能力に応じて全身を使って活動することにより、体を動かす楽しさを味わい、安全についての構えを身に付け、自分の体を大切にしようとする気持ち

<p>が育つようにすること。</p> <p>(3) 自然の中で伸び伸びと体を動かして遊ぶことにより、体の諸機能の発達が促されることに留意し、幼児の興味や関心が戸外にも向くようにすること。その際、幼児の動線に配慮した園庭や遊具の配置などを工夫すること。</p> <p>(4) 基本的な生活習慣の形成に当たっては、幼児の自立心を育て、幼児が他の幼児とかかわりながら主体的な活動を展開する中で、生活に必要な習慣を身に付けるようにすること。</p>	<p>が育つようにすること。</p> <p>(3) 自然の中で伸び伸びと体を動かして遊ぶことにより、体の諸機能の発達が促されることに留意し、幼児の興味や関心が戸外にも向くようにすること。その際、幼児の動線に配慮した園庭や遊具の配置などを工夫すること。</p> <p>(4) <b>健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。</b></p> <p>(5) 基本的な生活習慣の形成に当たっては、<b>家庭での生活経験に配慮し</b>、幼児の自立心を育て、幼児が他の幼児とかかわりながら主体的な活動を展開する中で、生活に必要な習慣を身に付けるようにすること。</p>
--	--

### 3.2 内容分析

日本の小・中・高の生徒の身体機能について調査したデータによれば、この20年間で下降傾向にあるという。同じ状況が幼児期の子どもの問題になっている。毎日1時間運動しても、子どもに必要な運動量には達していない。

新『要領』の指導要点(1)では、幼児と教師の触れ合いを基盤に、様々な遊びを通して「特に十分に体を動かす気持ちよさを体験し、自ら体を動かそうとする意欲が育つようにすること」を強調している。

幼児が園での集団活動や教師に率いての戸外活動は勿論必要であるが、幼児にとって自ら活動する意識を持つことは最も重要である。自ら考えて自由に遊ぶことは、体の運動になるだけでなく、自分の個性を表現し、遊びを通して体を動かす気持ちよさを体験する。そのため、幼児が自ら体を動かす意識を高め、積極的に戸外での活動に興味を沸かせることで、活発、協調及び安全に行動する能力を身につけることができるのではないかと。勿論、このプロセスにおいて、教師が指導を与え、安全な場所と安全な器具を保障し、細心の注意を払いながら、子どもが自然の中で遊ぶ環境を整える必要がある。

新『要領』の指導内容(4)では、新たに食育の指導内容が加わった。日本の学校教育では「食育は生きる上での基本であって、教育の三本柱である知育、徳育、体育の基礎となるべきもの」と定義している。食育は教育の中核であり、そのため、「幼稚園教育は義務教育及びその後の教育の基礎」に当たるということが明確にされたので、子どもの食問題に対して、領域・健康に新たに食育の内容を入れることは必要である。

幼児期の教育は、楽しい教育ということが基本である。幼児に対して行う「望ましい食習慣の形成」教育には、知識、技能も含まれ、さらに感情、態度の育成の内容も含まれる。指導内容では、幼児が「様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること」が強調されている。これは児童の心理特徴及び興味と一致し、児童が教育を受ける原動力となる。特に食事をすることは一般に個人の好みや嗜好の問題であると思われがちだが、教育を行う折、適切な方法が求められる。そのため、幼児が偏食しない、そして選り好みしないように習慣づけるには、教師が指導において幼児のさまざまな食物に対する興味と関心をかき立て、同時に食事する姿勢の指導も必要である。幼児が「和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わう」ことは、食事の礼儀作法、食事中におけるコミュニケーション能力、また、自分の感情と意志を表

現する能力、他の幼児に対する配慮、尊重、感謝（おいしい食事を提供してくれた先生、保護者、また、大自然の恵み）等も含まれる。幼児にこういった気持ちが備わっていれば、「規範意識の芽生え」とみることができ、そこから「何を食べる」、「どのくらい食べる」、「いつ食べる」、「誰と一緒に食べる」、「どこで食べる」、「どうやって食べる」等の「健全な食生活」への指導も幼児が受け入れやすくなるはずである。

#### 4. 新「幼稚園教育要領」の特徴

健康教育の内容及び指導要求の変化から、日本における幼児の健康教育はますます幼児の生活すなわち遊びと食に近づき、そして豊富な感情と積極的な生活態度の育成に重点が置かれていることが分かる。健康教育は健康、安全な生活に必要な能力の育成に重きを置き、幼児が見通しと判断力をもって、生活能力と活動能力の育成が強調されている。

日本の幼稚園での領域・健康の内容の変化の分析を通して、心身ともに健康的に育つには、幼児が自ら積極的に生活を体験することから実現しようとしているのである。健康的な生活は積極的に戸外活動、遊びに参加し、体を動かすことを通して、心身の楽しさ、活発さを得ているのである。毎日十分に体を動かすことで幼児が空腹を感じ、教師の食指導を通して、健康的な食習慣、積極的な生活態度、最終的には幼児の望ましい生活習慣を形成するのである。

幼児の健康教育とは「よく遊ぶ」、「よく食べる」、「よく寝る」の3原則である。このような生活態度と能力を育成することは、一生の健康的な生活様式を形成する極めて大事なポイントである。

#### 5. 中国に与える示唆

3歳から6歳の幼児保育および教育期は、一生の中で変化が最も激しい時期であり、心身共に健康であることは子どもの生涯の学習、発展を促す基本となる。幼児教育は幼児の発育の必要性に符合すべきであると同時に、社会の変化にも適応しなければならない。健康教育の目的は生涯にわたる積極的な生活態度と健康的な生活様式を育成することである。したがって、健康領域の中に食生活教育の内容を取り入れることは極めて重要である。

まずは、健康教育を取り巻く食問題、そして、子どもの健康的な食教育の強化は差し掛かっている大きな課題であることを認識しなければならない。

中国における幼児の健康教育でも、よき生活習慣の育成、生活能力の育成に重きを置いている。幼稚園は幼児の日常生活に合わせて食教育、栄養教育が求められる。しかし、全体的に見て、食管理に重点が置かれ、幼児の食教育活動は欠乏している。また、生活環境とさまざまな要素により幼児が戸外での活動が少なくなる一方で、運動不足現象が起きている。これと同時に全国的に行われた調査によれば、生活習慣病が低年齢化傾向にある。その主な原因は、不健康な食生活様式と運動不足である。この現状を鑑みて、子どもの健康的な生活の育成の必要性の提示が急務ではなかるうか。

幼稚園教育は幼児が正規的で且つ有効的な教育を受ける主な手立てである。それゆえ、幼児に健康的な食教育を与えることは、幼稚園が果たすべき責任と義務でもある。

次に、健康教育の内容と指導要求を強化すべきと考える。

健康領域教育は、子どもの生活上の能力、身体の運動能力を育成するだけでなく、食行為の管理を重視すると同時に、健康的な食教育も強化しなければならない。また、年齢層の違う幼児の特徴に合わせて、幼稚園の三食の食生活とさまざまなカリキュラムを十分に生かして、念入りに活動をデザインし、楽しい雰囲気を作ることが必要である。食事を幼児の楽しい学習と生活の一部にし、食生活、食事するプロセスが幼児の心身の発育の糧となり、そして、子どもの一生の健康的な生活様式の育成の基礎を定めるのである。



## 解説

劉(刘) 智萍氏は、2003年3月に高知大学大学院教育学研究科教科教育専攻家政教育専修(修士課程)を修了し、現在は天津師範大学教育科学学院の講師であり、就学前教育を担当している。2010年7月～9月に、日本学生支援機構の帰国外国人留学生短期研究制度に採択されて来日した。今回の論稿は、この来学時に資料を収集し、菊地の指導のもとで、日本の幼稚園教育要領を取り上げ、領域・健康を中心に、新(2008年改訂)・旧(1998年改訂)の幼稚園教育要領の内容を比較分析し、新要領の特徴やそれが中国に与える示唆等を中心に考察を進め、中国国内向けに中国語で記述した論文である。

# 从新《幼儿园指导纲要》看日本幼儿教育的新理念

## ——以健康领域为例

2008年3月28日，日本文部科学省颁布了新的《幼儿园指导纲要》（以下简称新《纲要》）[1]，并于2009年4月实施。本文将健康领域为重点，通过新旧健康领域内容、教师的指导要点的比较，分析新纲要的特点，阐述日本幼儿健康教育的新理念及给我们的启示。

### 一、修改纲要的背景

2006年12月22日，日本文部科学省颁布了新的《教育基本法》[2]，把幼儿教育纳入其中，反映了日本幼儿教育发展的新趋势。

随后于2007年6月27日，修改颁布了《学校教育法》[3]，明确了幼儿园的位置，强调了幼儿期教育的重要性，它是小学教育甚至是一生教育的基础。

新《幼儿园指导纲要》就是在新的《教育基本法》第十一条幼儿教育条款，明确了幼儿园与家庭、社会共同促进幼儿教育、《学校教育法》第二十二條的基础上修改、颁布并实施的。

### 二、修改后健康教育领域内容的变化

1998年版《刚要》中的健康教育目标，在新要領中并没有改变，但教育内容有了变化[4]。在原有的九项内容的基础上，增加了一项新的内容，即“（5）与教师和同伴一起愉快用餐”；原有第（7）项教育内容的表述有所增加，即新《纲要》的“（8）理解幼儿园的生活方式，整理自己的生活环境，行动有预见性”。（具体内容如下）

#### 1、2008年版健康教育领域内容[5]

(1) 建立良好的师幼、同伴关系，行动有安全感。

(2) 通过丰富多彩的游戏活动充分地活动身体。

(3) 积极进行户外游戏活动。

(4) 对各种活动有亲切感，并乐于参与。

#### **(5) 与教师和同伴一起愉快用餐**

(6) 养成健康的生活规律。

(7) 保持自身的清洁和卫生，培养诸如脱换衣服、饮食、排泄等日常生活的自理能力。

(8) 理解幼儿园的生活方式，整理自己的生活环境，**行动有预见性**。

(9) 关心自己的健康，积极开展预防疾病之类的活动。

(10) 懂得危险的场所，危险的游戏方式以及遇到突发事件的应对方法，行动注意安全。

#### 2、内容分析

饮食活动是人类生存最基本的活动。但对于幼儿来说，一日三餐的活动不仅是个人本能问题，是幼儿一日快乐生活的重要组成部分，它关系到儿童一生身心健康发展的重要问题。近几年，日本儿童围绕饮食出现了许多问题，如欠食、孤食（一个人进餐）、饮食生活混乱等[6]。因此，新要领增加了“（5）与教师和同伴一起愉快用餐”的内容，即符合新学校教育法教育目标第二项中“通过集体生活，培养幼儿初步具有喜欢过集体生活的态度”，也使健康教育内容更加贴近幼儿生活。当然它的教育意义远非仅仅享受“愉快用餐”而已，这种快乐情感的培养为今后培养小学生养成健康的生活方式奠定了基础。“愉快用餐”也是日本在全国开展的饮食教育内容之一，在幼儿期感受用餐的乐趣与重要，逐渐养成幼儿理想饮食生活（主要是日本型饮食）的习惯，进入学龄期后要养成具备个人判断、选择能力，考虑保持身体健康的饮食生活能力。

另外，新《纲要》内容（8），由原来的（7）培养儿童“理解幼儿园的生活”、具备自我管理的能力的基础上，强调了儿童“预见性行动能力”的养成，有预见性的行动能力即首先要具备一定的知识和技能，对自己将要进行的行动进行思考、判断，判定它是否符合健康、安全生活的要求，具备了这种预见能力才能使一切行动有初步安全的保证，这种能力也是日本义务教育所要培养的“生存能力”的基础。

新《纲要》的内容，体现日本修改《纲要》的三个基本方针[7]，即“立足于发展和学习的连续性”，“立足于幼儿园生活和家庭生活的连续性”，“充实对儿童保育的支援……”。新增加的饮食的内容，和预见性能力的培养，使幼儿教育是义务教育阶段的基础，实现幼小顺利衔接的教育目标得到了保证。

### 三、修改后教师指导要点的变化

#### 1、内容的变化

#### 新、旧《纲要》中的健康领域指导要点比较

1998 年版[8]	2008 年版[9]
<p>（1）鉴于身心健康之间有着密切的相互联系，以幼儿与教师及其他伙伴和谐、融洽相处中体验自己的存在感和充实感等为基础，促进幼儿身心健康发展。</p> <p>（2）通过各种游戏，让幼儿根据自己的兴趣、欲望和能力，运用整个身体进行活动，使其体验充分活动身体的乐趣，养成注意安全、爱惜自己身体的意识。</p> <p>（3）注意让幼儿在自然环境的游戏中活动身体，促进身体机能的发育，激发幼儿进行户外活动的兴趣和欲望。在游戏时，教师应关注幼儿的活动意识，创造性地布置活动场地及设置活动器械。</p> <p>（4）在基本的生活习惯形成过程中，培养儿童的自立心，通过儿童相互交往的活动中，使其养成必需的生活习惯。</p>	<p>（1）鉴于身心健康之间有着密切的相互联系，以幼儿与教师及其他伙伴和谐、融洽相处中体验自己的存在感和充实感等为基础，促进幼儿身心健康发展。特别是，让幼儿体验身体充分运动的舒畅心情，培养幼儿积极主动运动的意识。</p> <p>（2）通过各种游戏，让幼儿根据自己的兴趣、欲望和能力，运用整个身体进行活动，使其体验充分活动身体的乐趣，养成注意安全、爱惜自己身体的意识。</p> <p>（3）注意让幼儿在自然环境的游戏中活动身体，促进身体机能的发育，激发幼儿进行户外活动的兴趣和欲望。在游戏时，教师应关注幼儿的活动意识，创造性地布置活动场地及设置活动器械。</p> <p>（4）为了培养健康身心，以通过饮食教育养成理想的饮食习惯为重点，关注幼儿的饮食生活情况，培养幼儿在融洽的气氛中品味与教师及其他伙伴进餐的喜悦和乐趣，儿童对各种食物的兴趣和欲望，激发幼儿的食欲。</p> <p>（5）在基本的生活习惯形成过程中，教师应该关心儿童家庭生活的经验，培养儿童的自立心，通过儿童相互交往的活动，使其养成必需的生活习惯。</p>

## 2、内容分析

持续 20 年的日本小、初、高中学生身体机能调查显示,学生的身体机能呈持续下降趋势[10],这样的情况在幼儿期同样存在。即使每天安排一小时体育活动,也不能满足儿童身体的运动需要。

新《纲要》指导要点(1),在原有重视师生融洽关系的基础上,强调通过各种游戏“让幼儿体验身体充分运动的舒畅心情,培养幼儿积极主动运动的意识”。

儿童在教室中的集体活动,或在教师带领下安排的户外活动是必要的,但对于儿童来说,自己有主动活动的意识最重要。经过自己的考虑,进行充分自由的游戏活动,不仅身体得到了运动,而且能让儿童真实地表现出自己的个性,这样的游戏更能使儿童们体验到运动后的舒畅的心情。因此首先要培养儿童主动运动的意识,激发儿童户外活动的兴趣和欲望,才能养成活泼协调、安全行动的能力。当然在这个过程中教师依然是提供指导帮助的人,要及时地关注儿童的游戏,精心安排能使儿童在自然的环境中充分、安全活动的场地和器械。

新《纲要》指导要点(4),增加了饮食教育指导的内容。在日本的学校教育中,“食育是生存之本,是教育的三个支柱智育、德育和体育的基础”[11]。食育是教育的核心,因此在确定了“幼儿园教育是义务教育及以后教育的基础”地位之后,针对儿童饮食生活中存在的问题,健康领域中增加食育的内容,是必要的。

幼儿期的教育是愉快的教育,对幼儿进行“理想的饮食习惯”的教育,既包括知识、技能的教育,更是情感、态度的养成,同样不能背离“愉快”的原则。指导要点强调培养“儿童对各种食物的兴趣和欲望”,符合儿童心理特点,兴趣是接受教育的动力,尤其是吃饭这种被认为纯粹是个人口味、嗜好的问题,进行教育、引导,更需要适当的方式、方法。因此,为了达到教育儿童不偏食,不挑食的目的,要求教师在指导过程中激发儿童对各种食物的兴趣和关心;在对儿童进行用餐姿势指导同时,要求让“幼儿在融洽的气氛中品味与教师及其他伙伴进餐的喜悦和乐趣”,这其中必然包括了培养儿童良好的进餐礼仪,在进餐时与人交往的能力,表达自己的感情和意志的能力,让儿童具有体谅、尊重,感激(为了提供丰富可口的饭菜而付出了辛勤劳动的老师、家长等人,对大自然的恩惠)等情感。儿童初步具备了这样的情感,也是“规范意识的萌芽”。在儿童具备了丰富的情感、积极的态度之上,指导儿童“吃什么”、“吃多少”,“什么时候吃”、“和谁吃”、“在哪吃”、“怎样吃”等饮食“规范意识”,儿童更容易接受。

## 四、新《幼儿园指导纲要》健康领域教育的特点

从健康教育内容及指导要求的变化可以看出,日本幼儿健康教育越来越接近儿童生活即游戏与饮食,越来越重视丰富的情感和积极的生活态度的养成。健康教育更重视培养健康、安全生活所必要的的能力,即幼儿有预见性和判断力的自主生活能力、活动能力,强调了儿童的自主意识及判断能力的培养。

分析日本幼儿园健康教育领域内容的变化,我们发现健康的身心发展是通过儿童积极主动参与生活、体验生活、感受生活的过程中实现的,即健康的生活要通过积极主动参加户外活动,通过游戏、玩耍使身体得到充分运动,使儿童身心活跃,愉快舒畅。每天安全的充分的运动使儿童有空腹感,经过教师的饮食指导,培养儿童健康的饮食习惯,积极的生活态度,最终形成儿童期理想的生活习惯。

由此看来,儿童的健康教育很简单,即教育儿童“玩好”、“吃好”和“睡好”,具备了这样的生活态度和能力,是养成影响一生的健康生活方式的关键所在。

## 五、给我们的启示

3-6岁的幼儿保育教育期,是儿童生涯发展中发展变化最激剧的时期,健康的身心是儿童终身学习、发展的基本保障。我们的教育必须既要符合儿童发展的需要又要适应社会的发展变化,健康教育最终要养成的是伴随一生的积极的生活态度和健康的生活方式。正是基于这样的目的,在健康领域中增加饮食生活教育的内容、要求是非常必要的。

首先,针对健康教育中的饮食教育问题,要提高认识,增强开展儿童健康饮食教育的紧迫感。

我国的幼儿健康教育也一贯重视良好的生活习惯、生活能力的培养,也要求幼儿园结合儿童日常生活进行饮食、营养教育,但总的来说还是着重在饮食管理上,缺乏对儿童进行饮食教育的活动。另外,由于生活环境及各种因素的影响使儿童户外运动越来越少,出现运动不足的趋势。同时,通过全国各种调查发现,生活习惯病呈现低龄化的特点,其原因就是不健康的饮食方式和缺乏运动。这种生活现状,揭示出了培养儿童健康生活方式的紧迫性和必要性。



幼儿园教育是使儿童接受正规、有效教育的主要途径之一。因此，让幼儿接受健康饮食教育也是我们幼儿园应该承担的责任和义务。

其次，增加健康教育的内容及指导要求。

健康领域教育，不仅要培养儿童生活自理能力，身体的运动能力。在重视饮食行为管理同时，加强健康饮食教育，针对不同年龄儿童的特点，充分利用幼儿园一日三餐的饮食生活和各种课程，精心设计安排活动，创造愉快的氛围，把吃饭变成儿童快乐学习、生活的一部分，让饮食生活成为儿童身心发展的又一个良好的平台，在进餐过程中让儿童身心得到发展，为培养影响一生的健康生活方式奠定基础。

#### 参考文献

- [1]日本文部科学省. 幼儿园教育要领[M] 日本: チャイルド本社, 2009(1) : 10~12
- [2]张礼永. 幼儿教育首次纳入日本《教育基本法》[J]. 早期教育, 2007, (7).
- [3][12]张礼永 何英菲. 从新旧《学校教育法》看日本幼儿园之变化[J] 《学前教育研究》, 2009(1)
- [4][6][9]無藤 隆 . 《幼稚園教育要領ガイドブック》[M]. 日本: フルーベル館, 2008(11): 16~21, 9
- [5][8]何锋 日本幼儿健康教育: 目标、内容、方法之特点[J] 《山东教育》 2006(9): 52-53
- [7]文部科学省. 《幼稚園教育要領解説》[M], 日本: フルーベル館, 2008(10): 3,
- [10]《データからみる日本の教育 2005》[M], 文部科学省  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shuppan/data/detail/05071201.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shuppan/data/detail/05071201.htm)
- [11]食育基本法 <http://www8.cao.go.jp/syokuiku/index.html>

平成24年(2012)10月15日受理

平成24年(2012)12月31日発行