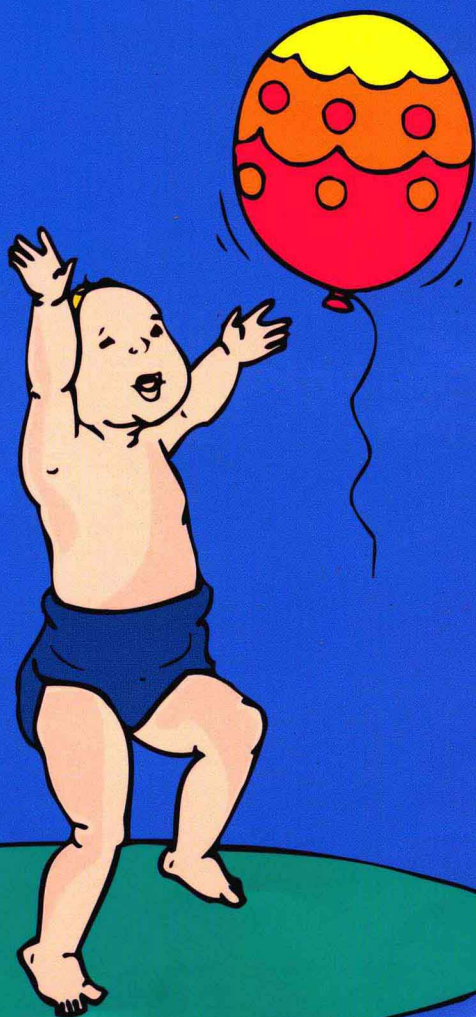
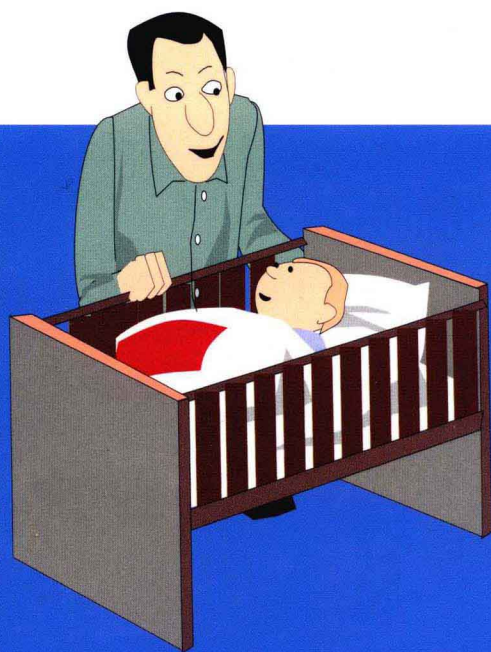


0~3岁

婴幼儿动作发展与教育

主编 唐敏 李国祥



中国教育学会 0 ~ 3 岁早期教育研究课题项目
复旦卓越 · 全国 0 ~ 3 岁婴幼儿早期教育系列教材



0~3 岁

婴幼儿动作发展与教育

主 编 唐 敏 李国祥

副主编 史玉华 姚建军

编 委 (以姓氏笔画为序)

王丽娇 史玉华

师淑彦 乔丽红

麦少美 李国祥

李 琳 李 瑜

张承文 林 园

姚建军 高秀欣

唐 敏 蔡 军

复旦大学出版社

内容提要

《0~3岁婴幼儿动作发展与教育》一书是早期教育师资培训的系列教材之一。本书共有六章,包括0~3岁婴幼儿动作发展的概念及动作发展的意义;0~3岁婴幼儿生长发育的基本规律及其影响因素,婴幼儿粗大动作发展及精细动作发展的规律等。另外从婴幼儿几个主要的粗大动作和精细动作方面分别阐述了其指导和训练的方法,并提供相应的活动案例来帮助分析理解。同时针对0~3岁婴幼儿动作发育迟缓及障碍,分析阐述其诊断与训练的方法。最后一章是婴幼儿动作发展的观察和评价的指标和方法,为家长和早期教育机构教师提供观察和亲子活动设计的依据。为便于学习者学习以及教师教学使用,本书还编入了学习要点、案例、小资料、每章小结及课后思考题等内容。

图书在版编目(CIP)数据

0~3岁婴幼儿动作发展与教育/唐敏,李国祥主编. —上海:复旦大学出版社,2011.6
(复旦卓越·全国0~3岁婴幼儿早期教育系列教材)
ISBN 978-7-309-07315-7

I. 0… II. ①唐…②李… III. 婴幼儿-早期教育-幼儿师范学校-教材 IV. G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第097160号

0~3岁婴幼儿动作发展与教育

唐 敏 李国祥 主编
责任编辑/魏 岚

复旦大学出版社有限公司出版发行
上海市国权路579号 邮编:200433
网址:fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com
门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853
外埠邮购:86-21-65109143
上海申松立信印刷有限责任公司

开本 890×1240 1/16 印张 6.25 字数 126千
2011年6月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-309-07315-7/G·973
定价:16.00元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。
版权所有 侵权必究

全国 0~3 岁早期教育系列教材及读物 编纂成员

总 顾 问：孟吉平 桂永浩

专家委员会主任：刘湘云 朱家雄

副 主 任：黄 琼 周念丽

委 员：刘湘云 朱家雄 黄 琼 周念丽 郭志平
邵玉芬 王世雄 冯玲英 姚蓓喜 姚国英
张佩鸣 沈月华 张劲松

编审委员会主任：彭世华 马 梅

副 主 任：王风野 王凤霞 贺永琴 孙 杰 郭亦勤

编 委：(以姓氏笔画为序)：

于承洁	万迪人	马 梅	王小萍	王风野
王凤霞	王明晖	王珑玫	孔宝刚	卢新予
皮军功	左志宏	乔芳玲	任志勇	孙 杰
麦少美	杨丽华	李丽惠	严碧芳	张丹枫
陈 莺	陈志超	陈雅芳	金扣干	郑健成
赵 放	祝泽舟	贺永琴	唐 敏	郭亦勤
彭世华	蒋一方	蒋振声	谢天壬	谢 庆
龚 谨				

前言

现代科学发展表明,0~3岁是人生发展的关键时期,对人的智力发展、性格培养起着十分重要的作用。随着婴幼儿教育越来越受到社会和父母的重视,能够对婴儿生理、心理、营养、保健、动作技能、智力开发、行为培养和人格培养等诸多方面的健康成长提供科学育儿指导的0~3岁早期教育师资需求及亲子活动方案的需求越来越迫切。鉴于此,复旦大学出版社邀请中国教育学会0~3岁早期教育研究课题组成员和全国幼儿师范学校、早期教育机构教师及医学专家组织成立“0~3岁早期教育系列教材及读物编纂委员会”(下设专家委员会和编委会),根据各校教学及市场需求,开发相关教材和读物。首批开发了3套系列:师资培训教材、婴幼儿教养活动、家庭亲子教养读本。师资培训教材7本:《0~3岁婴幼儿语言发展与教育》、《0~3岁婴幼儿动作发展与教育》、《0~3岁婴幼儿认知发展与教育》、《0~3岁婴幼儿社会性发展与教育》、《0~3岁婴幼儿营养与喂养》、《0~3岁婴幼儿卫生与保育》、《0~3岁婴幼儿早期教育事业的发展与管理》。0~3岁婴幼儿教养活动5本:0~6个月、7~12个月、13~18个月、19~24个月、25~36个月婴幼儿教养活动(均配DVD光盘)。家庭亲子教养读本4本:0~3岁婴幼儿音乐启蒙、语言启蒙、智力启蒙和0~3岁婴幼儿照顾(均配光盘)。

《0~3岁婴幼儿动作发展与教育》一书是早教师资培训的系列教材之一,婴幼儿各种动作的发展是孩子参与活动的前提,尤其是在早期,由于言语能力水平较低,无法与人进行言语交流,其心理发展的水平更多是通过其动作技能水平反映出来的。婴幼儿动作发展的内容主要集中在两个方面:一是躯体大肌肉动作,包括抬头、俯撑、翻身、坐、爬、走、跑、跳等;二是手部的小肌肉动作,包括抓握、捏、夹等动作。这些动作看起来好像很简单,但对发育中的婴幼儿来说具有极大的意义。这不仅仅是其身体功能发展的表现,也是其神经系统各方面协同活动的结果。同时,这些动作也为婴幼儿认识世界、探索世界提供了可能,并为其以后的心理发展奠定了基础。

本书共有六章,包括0~3岁婴幼儿动作发展的概念及动作发展的意义;0~3岁婴幼儿



生长发育的基本规律及其影响因素,婴幼儿粗大动作发展及精细动作发展的规律等。另外从婴幼儿几个主要的粗大动作和精细动作分别阐述了其指导和训练的方法,并提供相应的活动案例来帮助分析理解。同时针对0~3岁婴幼儿动作发育迟缓及障碍,分析阐述其诊断与训练的方法。最后一章是婴幼儿动作发展的观察和评价的指标和方法,为家长和早教机构教师提供观察和亲子活动设计的依据。为便于学习者学习以及教师教学使用,本书还编入了学习要点、案例、小资料及课后思考题等内容。

本书第一章由青岛幼儿师范学校麦少美、李国祥、高秀欣编写;第二章由昆明学院学前教育系林园、青岛幼儿师范学校李国祥老师编写;第三章由潍坊幼儿教育特殊教育师范学校李瑜、史玉华编写;第四章由昆明学院学前教育系唐敏、云南师范大学商学院李琳老师编写;第五章由长沙师范学校姚建军编写;第六章由石家庄幼儿师范学校乔丽红编写。另外,天津师范大学前教育学院王丽娇、张承文,西安文理学院前教育学院蔡军、师淑彦老师也参与了资料的收集和编写,全书由昆明学院学前教育系唐敏、青岛幼儿师范学校李国祥、潍坊幼儿师范学校史玉华统稿。

编者

2011年5月

目 录

第一章 0~3岁婴幼儿动作发展概述 / 1

第一节 动作发展的意义 / 1

一、动作发展的界定 / 1

二、动作发展的意义 / 2

第二节 0~3岁婴幼儿动作发展教育的原则 / 5

一、成熟准备原则 / 5

二、注重个体差异原则 / 5

三、顺序性原则 / 6

四、愉悦性原则 / 6

五、适宜性原则 / 7

六、安全性原则 / 7

第二章 0~3岁婴幼儿动作发展规律及其影响因素 / 9

第一节 0~3岁婴幼儿动作发展的规律 / 9

一、从整体动作到分化动作 / 10

二、从上部动作到下部动作 / 10

三、从大肌肉动作到小肌肉动作 / 10

四、从中央部位动作到边缘部位动作 / 11

五、从无意动作到有意动作 / 11

第二节 0~3岁婴幼儿动作发展的顺序 / 11

一、手和手指操纵物体的顺序 / 11

二、行走动作发展的顺序 / 12

三、动作技能发展的顺序 / 12

第三节 影响0~3岁婴幼儿动作发展的因素 / 12

一、生理成熟 / 13

二、教养环境 / 13



三、个体差异 / 14

四、后天的学习和训练 / 15

第四节 0~3岁婴幼儿基本动作的发展 / 15

一、先天反射性动作的发生和发展 / 15

二、粗大动作的发展 / 17

三、精细动作的发展 / 19

第三章 0~3岁婴幼儿粗大动作发展的指导 / 22

一、抬头与翻身动作发展的指导 / 22

二、坐动作发展的指导 / 28

三、爬行动作发展的指导 / 31

四、站立和行走动作发展的指导 / 34

第四章 0~3岁婴幼儿精细动作发展的指导 / 40

一、抓握动作发展的指导 / 41

二、操作动作发展的指导 / 45

第五章 儿童动作障碍与动作迟缓的诊断与矫正训练 / 52

第一节 动作障碍的概述 / 52

一、动作障碍的含义 / 52

二、引起儿童动作障碍与动作迟缓的因素 / 53

三、儿童动作障碍与动作迟缓的表现 / 54

第二节 儿童动作障碍与动作迟缓的诊断 / 59

一、儿童动作障碍与动作迟缓诊断的原则 / 59

二、儿童动作障碍与动作迟缓诊断测验 / 60

第三节 0~3岁婴幼儿动作障碍与动作迟缓的矫正训练 / 61

一、感觉统合训练 / 61

二、动作矫正训练 / 62



第六章 0~3岁婴幼儿动作发展的评价 / 70

第一节 0~3岁婴幼儿动作发展评价概述 / 71

一、0~3岁婴幼儿动作发展评价的目的 / 71

二、0~3岁婴幼儿动作发展观察与评价方法 / 72

第二节 0~3岁婴幼儿动作发展评价记录与分析 / 78

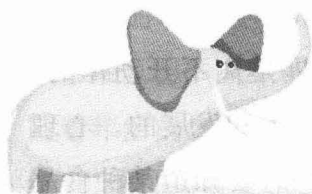
一、0~3岁婴幼儿动作发展检测与评价记录 / 79

二、0~3岁婴幼儿动作发展检测与评价分析 / 83

主要参考文献 / 89

第一章

0~3 岁婴幼儿动作发展概述



★ 本章学习要点:

1. 学前儿童动作发展的意义。
2. 学前儿童动作发展教育的基本原则。

★ 教学目的:

1. 理解什么是动作发展。
2. 从实际出发,理解 0~3 岁婴幼儿动作的意义。
3. 在实践中,学会应用婴幼儿动作发展的基本原则。

★ 教学重点:

能根据婴幼儿动作发展的基本原则,对 0~3 岁婴幼儿动作进行科学训练,从而实现其动作的发展。

第一节 动作发展的意义

一、动作发展的界定

何谓动作发展?专家们普遍认为,动作发展是由神经系统、肌肉协调控制的身体动作的发展,主要指行走的动作、手的抓握能力和动作技能的提高和改善。它是儿童心理学研究的重要课题,从心理的角度看,动作是活动的组成部分,动作的发展是婴幼儿活动发展的直接前提。专家们强调,身体的运动很少自发地产生,它是肌肉在大脑的控制下操纵身体。所以,动作发展不是单一的,而是由神经系统、肌肉协调共同参与的系统发展。

动作发展必然包括动作协调。动作协调是指肌肉之间只有联系起来才能操作,孤立的



肌肉是无法操作的。行走、用手拿东西、写字、作画,所有这些都需要同时的、复合的肌肉运动。

动作发展的测量是确定完成一个动作时,这些独立的运动协调一致的程度。在动作发展中,感觉器官的参与由这样一些词组来表示:眼-手协调、眼-脚协调、耳-手指协调、耳-口协调、眼-口协调等。

动作本身并不是心理,但是它和心理的发展密不可分,心理的发展是离不开动作的。首先,心理是人脑对客观现实主观能动的反映,心理是在活动过程中产生和发展的。心理的发生离不开人脑与环境的交互,其间感知动作起了重要的作用。例如,要知道某种食品的滋味,就得亲口尝一尝;要知道物体表面是光滑还是粗糙,就要伸手摸一摸。离开吃和摸的动作,就不能感知食品的味道和物体表面的特征,所以动作与认知密不可分。其次,动作是心理活动的体现。因为人的心理不仅能从言语中表达出来,而且还能从人的行动、动作中表现出来。人的随意动作都是由人的心理支配和调节的。就以简单的“拿”、“取”动作来说,至少表明这个人能辨别出物体在空间的位置,也表明有拿取这个物体的某种目的和动机。因此,活动中的动作是心理的外部表现,也是婴幼儿心理发展水平的体现和客观指标。

二、动作发展的意义

(一) 动作发展对婴幼儿身体发展的意义

1. 对新陈代谢的影响

(1) 动作训练能促进体内组织和细胞对糖的摄取和利用能力,增加肝糖原和肌糖原储存。动作训练还能改善机体对糖代谢的调节能力。例如,在长期动作训练的影响下,胰高血糖素分泌表现对运动的适应,即在同样强度的运动情况下,胰高血糖素分泌量减少,其意义是推迟肝糖原的排空,从而推迟衰竭的到来,增加人体持续运动的时间。

(2) 脂肪是在人体中含量较多的能量物质,在体内氧化分解时放出能量,约为同等量的糖或蛋白质的两倍,长期坚持动作训练能提高机体对脂肪的动用能力,为人体从事各项活动提供更多的能量来源。

2. 对运动系统的影响 坚持动作训练,对骨骼、肌肉、关节和韧带都会产生良好的影响,经常运动可使肌肉保持正常的张力,并通过肌肉活动给骨组织以刺激,促进骨骼中钙的储存,促进骨骼的生长,同时使关节保持较好的灵活性,韧带保持较佳的弹性,锻炼可以增强运动系统的准确性和协调性,促进婴幼儿动作的发展,最终能有条不紊地完成各种复杂的动作。

3. 对心血管系统的影响 适当的运动是心脏健康的必由之路,有规律的运动锻炼,可



以减慢静息时和锻炼时的心率,这就大大减少了心脏的工作时间,增强了心脏功能,保持了冠状动脉血流畅通,可更好地供给心肌所需要的营养。

(1) 经常参加运动可使心肌细胞内的蛋白质合成增加,心肌纤维增粗,使得心肌收缩力量增加,这样可使心脏在每次收缩时将更多的血液射入血管,导致心脏的每搏输出量增加。长时间的动作练习可使心室容量增大,从而增强整个心血管系统的功能。

(2) 动作训练可以增加婴儿血管壁的弹性,这对健康的远期效果来说是十分有益的。随着年龄的增加,血管壁的弹性逐渐下降,因而可诱发高血压等退行性疾病,通过动作训练,可增加血管壁的弹性,可以预防或缓解退行性高血压症状。

(3) 动作训练可以促使大量毛细血管开放,加快血液与组织液的交换,加快了新陈代谢的水平,增强机体能量物质的供应和代谢物质的排出能力。

(4) 动作训练可以显著降低血脂含量(如胆固醇、三酰甘油等),改善血脂质量。

4. 对呼吸系统的影响

(1) 经常参加动作训练,特别是做一些伸展扩胸运动,可以使呼吸肌力量加强,胸廓扩大,有利于肺组织的生长发育和肺的扩张,使肺活量增加,经常性的深呼吸运动,也可以促使肺活量的增长。大量实验表明,经常参加动作训练的人,肺活量值高于一般人。

(2) 动作训练由于加强了呼吸力量,可使呼吸深度增加,以有效地增加肺的通气效率。研究表明,动作训练可以使婴儿的肺通气量增加30%以上。

(3) 一般婴儿在进行活动时只能利用其氧气最大摄入值的60%左右,而经过动作训练后可以使这种能力大大提高,活动时,即使氧气的需要量增加,也能满足机体的需要,而不致使机体缺氧。

5. 对消化系统的影响 动作训练加速机体能量消耗的过程,能量物质是通过摄取食物获得的。因此,运动能促进婴幼儿消化系统的功能变化,使其饭量增多,消化功能增强。

(二) 动作发展对婴幼儿心理发展的意义

婴幼儿动作的发展对包括认知、情绪和社会性行为的发展有着重要影响。例如,坐和爬行给婴幼儿的生活带来巨大变化。坐的位置与躺着相比,使婴幼儿观看物体的视角和视线发生了根本的改变。这时,婴幼儿的视角和视线与所注视的物体处于相对平行的位置,而不像仰卧时只能面向屋顶或从侧面位置与外界物体处于斜位方向,对于形成物体的主体像有很大益处。再如,对听觉的作用,当婴幼儿坐着的时候,双耳对外界物体也大体处于对称位置,对形成正确的知觉音调非常有利。由于头部可以自由转动,声音进入双耳的时间差有助于形成婴幼儿的方位知觉。

另外,坐的重要作用还在于把婴儿的双手更好地解放出来,有利于双手的协调操作和



手指精细动作的发展。

爬和行走一方面扩大了婴幼儿接触与探索环境的范围,增加了他们认识事物的机会,发展他们的思维与解决问题的能力。另一方面,婴幼儿在爬行和走动中可能会做冒险的事,会趋向目的物,在这种目标行动中的坚持和努力使婴儿的体力和意志力都可得到锻炼。双手把弄物体能力的发展对婴幼儿认识能力的发展十分有益。

1. 促进神经系统的发展 婴幼儿运动发展的每一步都是中枢神经系统成熟的一个里程碑;运动发展反过来又能促进中枢神经系统功能的进一步完善。站和走不仅需要在神经系统作用下的全身肌肉、关节的运动,还需要有肢体的协调动作和身体重心的移动。因此,在促进大脑发育的同时,也促进了小脑的发育。婴儿会站、会走以后,视野开阔了,能通过看、闻、听,用手接触、摆弄,使感觉器官所接受的刺激增多,使婴儿的脑细胞在数量和功能上得到更充分的发展,对智力发育起到积极的促进作用。因此,对13~14个月的婴幼儿,家长应有意识地让他练习扶物站立、扶物行走,学习变换身体重心来挪动脚步,以后鼓励他独走。

2. 促进认知的发展 婴幼儿智力发展理论的奠基人之一——皮亚杰从发现认识论的角度认为:“婴幼儿智力起源于动作,通过动作组织结构不断分化、组合与相互协调,由低级向高级发展。”多元智能理论提出智力有六种,其中一个即为身体-动觉智力,说明身体动作与智慧发展有密不可分的关系。可以说,动作是婴幼儿“智慧大厦”的砖瓦。婴幼儿经常活动可使神经系统活动灵敏度增加,促使婴幼儿的动作更灵敏、更协调、更准确。早期的全身运动能扩大婴幼儿的认知范围,使他们主动接触各种事物,从各方面认识物体的形状、颜色、性质等,从而增强他们的活动能力,扩大知识范围,增加感性知识,对婴幼儿感知觉和思维的发展有着促进作用。早期的全身运动,尤其是动作发展还能开发婴儿的右脑。根据脑科学研究显示:右脑主要是处理空间定位、想象、颜色、识图等形象性信息。婴幼儿在爬、翻、站立运动过程中,可以获得空间认识和想象能力的发展,能使婴幼儿右脑潜能尽早地得到开发。同时,随着动作的发展,婴幼儿将逐步获得运用物体的能力,增强独立的意识,去更积极地去寻找新的天地,接触更多的新事物,推动认知能力的发展。

3. 保证个性健康发展 体育活动还有助于培养婴幼儿的性格取向,如勇敢、自信、耐心、持久、注意力集中、果断及其他积极的意志品质等。运动训练可以培养婴幼儿良好的生活习惯和正确的生活态度,如遵守游戏规则、同心协力、互相合作、完成任务的毅力、开朗性格、尊重他人、公平竞争、接受胜利和失败。

活动以游戏为主,技巧为次,发展基本运动技能如跑、跳、拍、滚等。只要婴幼儿积极参与,尝试每个动作的学习,目标就可能达到。

在体育游戏中婴幼儿常发现自己很容易就能和同伴发展和保持友谊,更乐于参与集体



活动,情绪愉快,积极与同伴交往,有助于良好个性的培养。

所以许多在今后成长中必需的素质都在运动的过程中得到了培养,如果断、坚韧、合作、自信以及自豪。虽然这些素质也可以通过其他途径得到,但是那些肢体-运动智能发展得很好的婴幼儿在获得这些的时候更加容易。

第二节 0~3岁婴幼儿动作发展教育的原则

一、成熟准备原则

这是格塞尔理论的核心原则,即认为个体的发展取决于成熟,而成熟则取决于基因表达所决定的时间表。在婴幼儿尚未成熟之前,有一个准备的状态。这个准备状态实际上就是生理机制由不成熟向成熟过渡的阶段。处于准备阶段的婴幼儿,相应的学习能力尚未具备,这时如果让他们学习某种技能,就难以达到真正的学习目的。不仅表现为学习难度大,还表现为学习成绩不巩固。危害严重的还会伤害学习动机和学习兴趣。因此,在格塞尔理论中,准备是一个解释学习的关键概念。

这里有两点需要着重说明:

(1) 婴幼儿在发展过程中的准备状态是一个动态的概念,并不是僵化的或一次性的表现。当一种准备状态达到成熟水平后,另一种新的成熟水平又会处于新的准备状态之中。

(2) 成熟是受基因表达的程序所控制的过程,外部环境不能改变它的程序。因此,是成熟决定着学习而不是学习决定着成熟。这是格塞尔这一原则的真正含义。

因此,在婴幼儿的动作发展教育活动中,要把握其动作发展规律及特点,观察了解其动作发展实际水平,以此作为活动设计和组织的依据,切不可盲目训练,更不可人为拔高。

二、注重个体差异原则

婴幼儿动作能力发展的个体差异非常显著,分析其原因主要有以下两个方面。

1. 运动经验的不同 不同的婴幼儿在0~3岁时所经历的运动过程是不同的。年龄越小,婴幼儿的动作可塑性就越大,其差异就越显著:运动得越早,练习得越多,发展就越好;相反,运动得越晚,练习得越少,发展就越有可能滞后。

2. 婴幼儿的性格气质 一般情况下,乐观活泼的婴幼儿经常运动,动作发展比较好,而



内向胆小的婴幼儿,多数情况下运动比较少,因而能力相对比较弱。

因此,教育活动中要注重个体差异,因人而异,有针对性地进行个别指导,切不可整齐划一,统一要求。

三、顺序性原则

婴幼儿动作发展乃依照身体发展的顺序,原则如下:

1. 由头至脚原则 刚出生的婴儿头部的动作较身体其他部位活动频繁,直到神经系统成熟后才发展至四肢及躯干的活动控制。

2. 由中心发展至外围原则 婴幼儿在抓握物品时,开始是用肩头与手肘,然后才学会用手腕及手指。

3. 由大动作发展至小动作原则 婴幼儿的动作乃先出现大关节动作,如肩部动作及髋关节部分的粗大动作,慢慢地发展引发出准确而精细的手指动作。

每个不同动作的发展原则上均有一定的顺序,例如“抓”动作的发展,每个阶段的发展均发生在一定的时期中。虽然每个阶段不相连,但却会彼此影响。

此外,动作发展具有顺序性,可由婴幼儿开始走路的时间与整体发展的比率得到验证。例如,一个较早学会坐的婴幼儿,亦会较其他婴幼儿早学会走路,因为发展速率上的一致,使我们可以由婴幼儿其他部分动作发展的速率来推测其学会走路的时间。Breckenridge 及 Vincent 曾经提出一个计算婴幼儿学会走路的时间,是将开始爬的年龄乘以 1.5,或以婴幼儿能稳稳独坐之年龄乘以 2。

四、愉悦性原则

婴幼儿对运动本身就怀有很大的兴趣。因为运动本身能够使人身体兴奋,从而促使心理上、精神上的愉悦。不同的婴幼儿趋向选择的活动和游戏互不相同,但总的来说,婴幼儿在选择运动类型时有以下几种趋向:

(1) 自己比较熟悉的运动,能够熟练操作的运动。有的婴幼儿对攀登架非常熟悉,他能够非常熟练地在攀登架上攀爬,那么他可能就会常常去玩攀爬架;同样,如果婴幼儿非常善于玩秋千,那么他选择的秋千可能性就更大一些。

(2) 难度适中的新鲜运动,即有一定的挑战性但危险性较小的运动。不经常玩的游戏或器械,对婴幼儿来说会有一定的挑战性和新鲜感,如果难度不大,且危险性较小,婴幼儿也会比较愿意选择这样的运动。

(3) 能获得成就感的运动,也可能是熟悉的也可能不熟悉,但只要婴幼儿能通过该运动



获得自我满足感或得到老师的支持,婴幼儿就会趋向于选择这样的运动。

(4) 有一定趣味性的运动。婴幼儿都喜欢富有情节的好玩的游戏,比较有趣味性的活动也是婴幼儿们选择的一种趋向。

五、适宜性原则

婴幼儿的骨骼、肌肉虽然有了一定的发展,但仍然非常柔弱。在进行动作训练时,家长和教师一定要遵循适度性原则,不宜让婴幼儿长时间(一般以不超过10分钟为宜)进行某种单一训练活动,也不宜进行大强度的动作训练,以防损伤婴幼儿娇嫩的肌肉、骨骼。

由于动作发展存在一定的顺序性,所以在动作发展教育中,一定要遵循从易到难,从简单到复杂,循序渐进,逐步发展的原则。切忌拔苗助长,违背动作发展的规律。

六、安全性原则

婴幼儿走路并不非常熟练,上下台阶尚不自如,抓捏东西并不牢固也缺乏技巧。但是,对世界充满了好奇心、探索欲的婴幼儿却不会认识到自己动作发展的不成熟,往往要极力扩大自己的认知范围,会爬高爬低、三步并作两步跑、尝试开关门等,摔跤、夹手、划伤等意外伤害就会显著增多。家长或教师进行精细动作训练时,往往会给婴幼儿提供较为细小的物体供其抓捏、穿引。我们知道,婴幼儿探索世界的主要途径就是口腔探索,很多婴幼儿会将这些细小的物体放入口中,这就很容易造成窒息或者产生其他危害。因此,家长和教师在教养过程中要尽量为婴幼儿营造一个清洁、安全、温馨的家庭式环境,精心选择进行动作训练的器械、材料。例如,墙壁四周80厘米以下采用无污染的软质材料铺设,地上采用弹性软垫;提供的玩具、器械应以无尖角的轻质材料为主,如无毒塑料、软木、棉织品等。

婴幼儿由于独立行走所带来的生活范围的扩大,其知识经验在不断积累,已经能够体验到游戏活动带来的乐趣。因此,在对婴幼儿进行走、跑、抓握等动作训练时,家长和教师应注意采用游戏化的方式,如模仿法——学成人做家务;比赛法——比一比看谁走得稳、跑得快;表演法——表演老鹰抓小鸡等,在积极愉悦的游戏活动中,使其动作得到发展。另外,玩具是婴幼儿游戏的主要凭借物,也是促进其精细动作发展的重要素材,因此,早教机构和家庭都要为婴幼儿提供数量充足的、安全的、能满足多种感知需要的玩具和材料。



■ 思考与练习

1. 请结合实际,谈谈动作发展对婴幼儿的身体发育有哪些影响。
2. 为什么说动作发展对促使婴幼儿心理健康有积极意义?
3. 对婴幼儿进行动作训练时应把握好哪些原则?

(麦少美 李国祥 高秀欣)