



WO YUNDONG
WO KUAILE

一本开拓幼儿体育教学新模式的好书

幼儿体育特色教育 研究与设计

主编◎林 红

我运动 我快乐



宁波出版社
Ningbo Publishing House

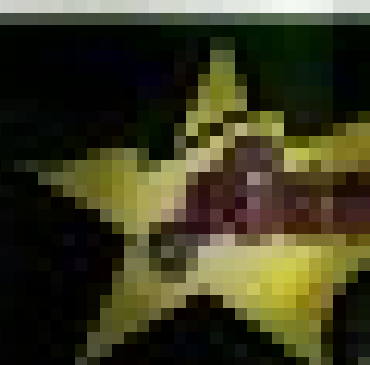


WUYUNHONG
WUJIANGLI

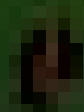
——《3-6岁儿童学习与发展指南》解读——

幼儿体育特色教育 研究与设计

王健林 著



王健林 著



中国教育出版社



WO YUNDONG
WO KUAILE

一本开拓幼儿体育教学新模式的好书

幼儿体育特色教育 研究与设计

主编◎林 红

图书在版编目(CIP)数据

幼儿体育特色教育研究与设计/林红主编.—宁波:
宁波出版社,2009.12

ISBN 978-7-80743-402-3

I. 幼… II. 林… III. 体育课-学前教育-教学研究
IV.G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 103915 号

幼儿体育特色教育研究与设计

主 编:林 红

执行编委:李志虹

出版发行:宁波出版社(宁波市苍水街 79 号 315000)

经 销:全国新华书店

印 刷:宁波报业印刷有限公司

责任编辑:井志强

开 本:787 毫米×960 毫米 1/16

字 数:313 千

印 张:19

版 次:2009 年 12 月第 1 版

印 次:2009 年 12 月第 1 次印刷

标准书号:ISBN 978-7-80743-402-3

定 价:30.00 元

联系电话:0574-87287821(编辑室);
87242865,87286804(营销部)

序

2008年北京之夏,第29届奥运会隆重开幕。和平崛起的中国为人类的体育盛会筑起了地球上最宏大、最精致的“鸟巢”。在16天的赛程里,众多的体育明星巨子在这里华丽登场,光焰四射,技压群雄,吸引了数万现场观众和数十亿电视观众的眼球,盛况空前。恰在此时,在远离首都的中国南方的一个美丽的滨海城市,一群健康活泼的小朋友,像扑棱着翅膀的渴望蓝天的小鸟,在他们逢春向阳的“暖巢”里,尝试着各式各样的儿童体育活动,没有转播,没有观众,气氛平淡又浓烈,自由又快乐。

这个“暖巢”的名字叫宁波市李惠利幼儿园。

李惠利幼儿园的幼儿体育活动研究肇始于1994年。那一年,老师们在园长林红的带领下,秉承“健康从娃娃抓起”的理念,开始创建体育特色幼儿园。她们在创建过程中发现,常规性的体育活动往往是在教师指导下的以班级为单位的集体活动,教师是主导,孩子们只是服从地参与,活动的方式和内容规整划一,因缺乏选择性而不利于幼儿主体性的调动和兴趣的培养。于是,林红和她的团队开启了体育课题研究和课程改革的探索过程。她们从寻求体育特色、幼儿成长、园本发展的有机整合目标入手,在研究的各个阶段注重机制的建立、内容的挖掘、范围的拓展。通过一系列课题的循序研究,渐入佳境,终于形成了崭新的幼儿体育教育理念。她们认为,幼儿的健康发展是一个需要外部“健康促进”和幼儿内在动机的互动过程,必须打破单一传统体育课的外部环境,取而代之以构建适应幼儿身心发展需求的多样化的外部环境,包括层次化的体育目标、多元化的体育内容、“菜单式”的活动项目、社区化的活动范围等等,以满足身心各异的幼儿的活动需求,用具有开放性、趣味性和针对性的体育项目促进幼

儿身心获得主动发展。

理念的苗干新枝往往挂满瑰丽的实践之葩，进而形成千娇百媚的春天意境。现在，李惠利幼儿园的幼儿体育教学已成蔚然大观：在常规性体育活之外，乒乓球、小小足球、轮滑、跆拳道等适应社会发展的新项目广为幼儿喜爱；多项传承中国传统文化和民间文化的体育项目，如武术、中国象棋、围棋、叠罗汉、跳皮筋、踢毽子、抖空竹等已植根于沃土之中；这道亮丽的幼儿体育的风景綫已成为我市全民健身运动的特色品牌、课程改革的示范样板。特别值得关注的是，课程改革已发挥出良好的育人效果和综合效应：幼儿的身心和谐发展，良好意志品质的养成，教师教学水平与专业发展的提升，教育资源的拓展、整合与优化等都显见成效，彰显出改革的旺盛生命力和美好前景。

最近，林红园长和她的研究团队准备将研究成果整理出版，在付梓之前邀我写序。自忖功力不济，恐成续貂之作，然盛情难却，这便是这篇序文的由来。翻检着书稿，我为她们锲而不舍的精神所打动，也为已取得的研究成果而高兴。我相信，书中提供的经验、反思与探究方法对我市幼儿体育水平的提升一定大有裨益。

是为序。

宁波市政协副主席

陈大中

目 录

MULU

● 第一部分 ●

理论·实践

- “我运动,我做主”——构建开放、自主、多样的幼儿体育教育新模式
..... 林 红(2)
- 让幼儿在多样的体育活动中健康成长——拓展幼儿园体育教育活动的实践与研究
..... 李志虹(14)
- 在特色中研讨——扎根于特色课程的园本教研的实践与研究
..... 周 霞(24)
- 欢乐社区行——利用社区资源拓展幼儿体育活动的空间
..... 陈燕燕(34)
- 户外强身拓展营——户外区域体育活动指导策略
..... 郁静波(39)
- 我的运动乐园——探求小班体育集体活动中的分层指导策略
..... 谢 瑛(44)
- 快乐大本营——优化体育活动环境,激发小班幼儿的活动兴趣
..... 陈 燕(50)
- 室内健体俱乐部——幼儿园室内体育活动探索之旅
..... 郁静波(56)
- 小脚印,走世界——大班多元化远足活动初探
..... 邬晓萍(62)
- 体育器械DIY——大班自制体育器械的开发和利用
..... 郁静波(68)
- 飞轮滚滚——开展轮滑运动,促进幼儿身心和谐发展
..... 谢 瑛(77)
- 大手牵小手,“棋”乐融融——家园合力,让幼儿在棋类世界翱翔
..... 李志虹(83)
- 畅游棋海——开展国际象棋活动,促进幼儿多元潜能发展
..... 陈 燕(91)



我
运
动
我
快
乐

“武”动的小精灵——武术训练促进幼儿身心发展的实验研究

..... 邬晓萍(97)

快乐对弈——中国象棋教学中幼儿学习兴趣的培养

..... 郁静波(103)

乐在“棋”中——大班幼儿开展国际象棋的实践与研究

..... 李 波(108)

● 第二部分 ●

活 动 · 原 创

小 班

- 好玩的靠垫 蔡姣娜(114)
- 抗震救灾小勇士 谢 瑛(116)
- 蚂蚁搬豆 谢 瑛(119)
- 送鸭蛋 周 霞(122)
- 小刺猬采草莓 郁静波(124)
- 小猫捉鱼 周 彬(127)
- 快乐的小鸡 陈燕燕(130)
- 小猫运水 蔡姣娜(133)
- 小兔运果子 应培君(135)

中 班

- 帮助小动物 周 彬(138)
- 小兔搬家 郁静波(140)
- 勇敢的小猴 郁静波(143)
- 运水果 李 波(146)
- 聪明的小兔 傅维波(149)
- 倒车 傅维波(152)
- 会动的身体 邬晓萍(155)
- 能干的小义工 谢 瑛(157)
- 汶川救援 毛 怡(159)
- 小螃蟹去旅行 傅维波(162)
- 能干的小猫 周 霞(165)





猫和老鼠	毛 怡(167)
骑小车	郁静波(170)
让我长大	毛 怡(173)
突破重围	谢 瑛(176)
小小特警队	陈 燕(179)
新年心愿	李志虹(182)
野外训练	周 霞(184)
乐在席中	郁静波(186)
孙悟空学本领	毛 怡(189)
天高任我飞	毛 怡(192)
玩鞋盒	陈燕燕(195)
我是草原小骑兵	李文华(198)
蜈蚣走路	李 波(200)

● 第三部分 ●

特色·多样

轮滑特色队活动计划	(204)
轮滑教学活动——巧过山路	(206)
武术特色队教学计划	(208)
武术教学活动——看谁变得快	(211)
跆拳道特色队活动计划	(214)
跆拳道教学活动——前踢技术	(216)
中国象棋特色队教学计划	(219)
中国象棋教学活动——学习马的走法	(222)

● 第四部分 ●

区域·户外

小班区域体育活动——小蚂蚁过冬	(226)
小班区域体育活动——小小游乐园	(234)
中班区域体育活动——拓展大本营	(240)
中班区域体育活动——东钱湖农家乐	(245)
大班区域体育活动——丰收了	(253)
大班区域体育活动——合作闯关	(258)



我
运
动
我
快
乐

● 第五部分 ●

操节·精彩

小班响钵操操节	(266)
小班花朵操操节	(268)
中班拳击操操节	(272)
中班罐圈操操节	(275)
大班响罐操操节	(280)
大班彩绳操操节	(283)

第一部分

理论 · 实践





“我运动，我做主”

——构建开放、自主、多样的幼儿体育教育新模式

◇ 林 红

一、背景及意义

(一) 社会背景

21世纪是知识经济高度发展、充满各种机遇与挑战的时代，国际竞争的日趋激烈导致对人的整体素质的要求越来越高，国力的竞争也就成为人才的竞争。学前儿童是祖国的花朵，是我国21世纪的接班人，担负着振兴中华、建设现代化强国的重任。现代社会需要我们具备良好的素质和能力，而良好的身体素质是保证人的全面发展的基础。江泽民总书记曾强调：“一个民族的新一代，没有强健的体魄和良好的心理素质，这个民族就没有力量，就不可能屹立于世界之林。”儿童教育家陈鹤琴先生就认为健康对于儿童个体以及国家前途具有重要意义，“健全的身体是一个人做人、做事、做学问的基础”。个体要求得生存并获得良好的社会发展，首先必须具备健康的身体。生命的健康是保证儿童全面发展的前提。科学地、适当地开展儿童体育活动，对于学前儿童提高身体素质、增强体质、增进健康水平，为将来能更好地适应社会生活等，都具有重要的促进作用和深远的意义。

但是，当今社会和部分家长对儿童的身体素质方面的培养不够重视，“重智轻体”大有人在，家长更愿意把孩子送往钢琴、绘画、英语等培训班，而很少有家长花精力在孩子的身体素质培养上；独生子女的家庭环境往往使幼儿从小生活在“温室”之中，经不起一点“风雨”；大部分幼儿在体育活动中，往往表现出动作协调性差，速度、耐力都不够，胆子较小等弱点。

(二) 幼儿园体育教学现状及问题

随着教育改革的深入，幼儿园层面也在不断改进体育教学活动，但相比其他领域的改革还显得远远不够。这主要表现在：

1. 很多幼儿园还是停留在传统意义上的“体育课”，注重对幼儿动作技能的训练，缺乏对幼儿综合身体素质的培养。



2. 注重成人对幼儿体育要求的完成,缺乏对幼儿个体自主体育活动需求的关注,只停留在一刀切的幼儿体育发展目标上。

3. 担心幼儿的安全而不敢放开体育活动的方式,幼儿体育活动受到很多器械、场地、方式的限制。

4. 体育活动内容比较单一,往往只涉及基础活动技能或队列队形和幼儿操等,教材内容缺乏时代性、缺乏可变性,幼儿参与时容易乏味,而且这些内容家长完全陌生,因而缺乏广泛的社会基础,难以使活动持续、经常地展开,这都影响了活动的效果,在一定程度上不利于甚至严重妨碍了幼儿身心的健康发展。

5. 幼儿园女教师一统天下的格局也导致了幼儿园的体育活动柔性有余而刚性不足,活动缺乏挑战性,不能很好地培养孩子勇敢、不怕困难的优秀品质。

(三)课题理论支撑及改革意义

1. 主体性教育理论

陈鹤琴先生主张:学习应以幼儿为主体。他说:“儿童的世界是儿童自己去探索、去发现的。他自己求来的知识才是真知识,他自己发现的世界才是真世界。”当儿童有好动的天性和能力的时候,儿童才愿意做游戏——我要玩。当幼儿主动参与时,不仅能充分调动自己的学习和发展潜能,积极地吸收游戏情景中的信息,主动地适应情景,而且有助于幼儿形成一个积极的自我概念。

2. 开放性教育理论

福禄贝尔认为,在大自然中的户外生活,尤其对年轻人来说,比一切都要重要。他指出,教育是儿童自我实现的过程,教育的目标是认识生活,他强调“把每一儿童带入自然安排的世界,正确地观察呈现在其面前的事物或真理”。实用主义教育家杜威则更是充分吸收了这些思想,吸取了个别早期进步教育实验的成果,比较系统地提出了开放教学的思想与主张。他认为儿童的经验与学科知识间具有内在的统一性。学校既非与社会隔离的孤岛,也非社会的单纯模仿,而是真实的社会情境、提升了的社会情境。人类资源的有限性,决定了区域教育资源的稀缺,且教育需求具有无限性和多样性的特点,充分挖掘和利用社区教育资源,更好地为教育教学服务,也是课题研究的重要价值所在。

3. 新《纲要》理论

《幼儿园教育指导纲要》指出,“开展丰富多彩的户外游戏和体育活动,培养幼儿参加体育活动的兴趣和习惯,增强体质,提高对环境的适应能力”。“用幼儿感兴趣的方式发展基本动作,提高动作的协调性、灵活性”,“在体育



活动中,培养幼儿坚强、勇敢、不怕困难的意志品质和主观、乐观、合作的态度”,“培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标,要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动,吸引幼儿主动参与”。

主体性教育思想和开放性教育思想及《纲要》的理念,为我们更好地改革体育教育活动,促进幼儿身心健康发展指明了方向。新课程理念下传统的幼儿园体育教育已经不能满足和促进幼儿身心和谐健康的发展,我们认为,幼儿的健康发展是一个需要外部的“健康促进”和幼儿内在的主动发展的过程,我们为幼儿打破传统的体育课的外部环境,取而代之为适应幼儿身心发展需求的多样化的外部环境:层级化的体育目标、多元化的体育内容、超市化的体育活动、社区化的专项运动等等,满足身心存在很大差异的幼儿的不同活动需求,避免整齐划一的体育目标和要求对幼儿发展造成的伤害,以开放的态势,有趣味性和针对性地促进幼儿身心自主、自愿、自发地获得主动发展。

宁波市李惠利幼儿园新都分园,前身是老的第三幼儿园和李惠利紫鹃分园,一直坚持秉承“健康从娃娃抓起”的办园理念,于1994年开始创建“体育特色”。多年来,幼儿园努力致力于体育课题研究和课程改革,不断探索体育的有效手段,寻求体育特色、幼儿发展、园本发展的有机整合。在研究的各个阶段中,我们从机制建立、内容的挖掘、范围的拓展入手,依托《体育活动促进幼儿身心素质发展实验研究》、《幼儿园区域体育活动的实践研究》、《武术训练促进幼儿身心发展的实验研究》等课题,不断深入开展体育教育的研究。本次的课题对幼儿园体育教育进行重新的审视和调整,将更大程度地促进幼儿的发展和幼儿园体育特色的深化。

二、研究的设计

(一)对构建开放、自主、多样的体育教育新模式的界定

以提高幼儿身体的综合素质为宗旨,以层级化的体育教育目标为指导,以与幼儿生活紧密相连的多元活动内容为载体,以超市化、游戏化、社区化活动方式为途径,以幼儿自主活动、主动活动为准则实施的体育教育新模式。

(二)研究的目标与内容

本研究主要依托于体育特色幼儿园的基础,深入挖掘促进幼儿身心发展的好方式、好途径,探索构建新型的体育教育方式,从已有的经验中链接、整理一种开放、自主、多样的体育教育模式:

1. 构建层级化的体育教育目标:在整齐划一的目标上构建园本的目标,关



注幼儿的个体差异,鼓励幼儿的超前发展和在自我原有水平上的发展。

2. 开发多元化的体育教育内容:现代社会有幼儿喜爱的运动内容,传统的小兔跳、蚂蚁爬等并非一定受到幼儿的欢迎,而乒乓球、小小足球、轮滑、武术等等既传统又现代的运动内容具有鲜明的时代气息和社会的关注而广受幼儿的喜爱。

3. 探索超市化的体育活动:体育活动如何让幼儿成为主人,获得主动的发展。在我们的探索中,体育活动的超市化、区域化是幼儿最愿意参与活动,也能使其主体性得到充分发展的活动样式。根据幼儿的发展水平,为幼儿创设超市式的体育运动的区域场地,各种“超市”的目标指向幼儿平衡、跳跃、攀爬、投掷等等运动能力的发展,幼儿在选择的过程中,挑战自我获得自我的成功。

4. 拓展社区化的专项运动:体育活动是一项开放的运动,幼儿园的空间有限,广阔的社区资源的挖掘和利用为幼儿园开展体育活动提供了很好的契机。幼儿远足活动、与大自然互动的活动、社区人士的参与等等,为我们的幼儿打开了运动的大门。

三、研究的主要过程

(一)研究的对象、方法与时间

以李惠利幼儿园的新都园为基地开展研究实践。园长林红担任课题总负责人,负责课题的层级化目标的制定;新都分园的园长助理李志虹和教研组长周霞担任课题小组长,负责体育活动内容开发和超市体育活动的组织研究;分园的体育专职男教师毛怡为课题主要成员,负责专项体育运动一块;所有分园教师全体参与课题的研究与实施。

研究的具体时间:2006年11月—2007年12月。

(二)研究的步骤

第一阶段:准备阶段(2005年起—2006年12月)

1. 在原有的区域体育等的研究基础上加以深入,成立课题组,制订研究的方案。

2. 通过寻找资料和自身存在的问题,学习理论,统一认识,转变观念。

3. 开题论证,请专家指导。

第二阶段:研究阶段(2007年1月—2007年9月)

1. 进行各自分工的研究,并进行实际的尝试。

2. 交流各负责小组的研究情况,调整和重试,写出阶段的报告。

第三阶段:应用阶段(2007年10月—2007年12月)

1. 组织课题组成员进行课题的完整的实践应用,修改部分的内容和方

法,完成整理工作。

2. 完成“开放、自主、多样的幼儿体育教育新模式”的活动实录光盘。
3. 完成各自课题的报告。

第四阶段:总结阶段(2008年1月—2008年5月)

1. 修改论文。
2. 完成主报告。

四、课程新模式的构建

(一)构建层级化的体育教育目标,关注幼儿多方面发展

在幼儿园层面,我们往往注重成人对幼儿体育要求的完成,缺乏对幼儿个体自主体育活动需求的关注,因此我们的目标基本上是划一的。我们园在整齐划一的目标上重新构建园本的目标,关注幼儿的个体差异,鼓励幼儿的超前发展和在自我原有水平上的发展。教研组经过多次修正,对本园幼儿的体育发展目标进行了重新界定,即第一层级的幼儿体育发展总目标(1. 促进幼儿身体的正常发育,增强幼儿的体质;促进幼儿身心和谐健康的发展。2. 培养幼儿对体育活动的兴趣和积极参加体育锻炼的习惯,发展幼儿的基本动作,引导幼儿利用各种器械进行运动,同时培养幼儿活泼、开朗、勇敢、不怕困难等心理品质。3. 帮助幼儿获得基本的运动知识和技能,培养良好的活动习惯以及运动能力)。第二层级的幼儿园小中大班幼儿的学期发展目标及学年评价标准。第三层级的各种体育活动类型的目标,如区域体育活动目标、轮滑运动目标、武术教学目标、象棋发展目标等等,构建了整体到个别的细化目标。对于每个幼儿在身体素质和体能情况上都在开学初进行测试,为我们针对性开展体育教学积累了最宝贵的第一手资料。

(二)开发多元化的体育教育内容,挖掘幼儿多方面潜能

近几年,随着教育理念的不断更新,也为了顺应教育发展的新趋势,我园将“体育”特色进行充实和拓展,除对日常的体育教学活动从选材、教法、学法、评价等方面不断研讨外,还开设了形式多样及适应幼儿发展特点的各项活动,如小小足球、武术、中国象棋、国际象棋等,同时为了扩大体育运动在幼儿园内的普及面,幼儿园自2003年起创造性地开设了区域体育活动,构筑起多层次、多元化的体育活动模式,更加凸显了幼儿在运动中的主体性和参与性,提升了幼儿对各种体育技能全方位的掌握。每学期各班根据自身特点挖掘幼儿的运动潜质,创建具有个性化的班级体育特色,如打陀螺、滚铁环、打乒乓等,在全园形成了浓郁的体育运动氛围。幼儿园已初步形成了一套以体育特色项目为龙头、以年龄段的区域体育活动为核心、以班级的体育特色活



动为基础的园本体育特色课程,课程注重活动开展的普及性与特色性,每个项目都有明确的活动目标及内容。

1. 以早操、户外活动、体育课、体育游戏构成常规性体育教育活动

在幼儿园的体育活动中,早操、户外活动、体育课、体育游戏都是常规性的活动内容,通常被所有的幼儿园普遍使用。这些活动内容在幼儿基本动作的发展培养上有一定的系统性,基本符合同一年龄阶段孩子的发展,因此这些活动是我国常规性体育活动的组成。

2. 以区域体育活动探索体育活动的混龄开放与班级开放

常规性的体育活动往往是在教师组织指导下的以班级为单位的集体活动,活动必须听老师的,孩子们喜欢不喜欢都得服从,活动的方式和内容整齐划一,不利于幼儿主体性的发展和积极参与活动的兴趣培养。因此我们尝试探索一种既打破班级界限又可以让幼儿自主选择活动范围和内容的活动样式——区域体育活动。

3. 以幼儿园特色活动和班级特色活动拓展幼儿体育活动

为了让幼儿有更多的更为丰富的活动可以选择和参与,我们以幼儿园层面和班级层面为两条主线拓展,幼儿除了在班级里有班级特色活动如打陀螺活动可以参加外,如对武术、轮滑等活动感兴趣,也可以报名参加幼儿园的特色运动队。

4. 以武术、轮滑、中国象棋、国际象棋、跆拳道活动组成幼儿园专项体育运动

当今社会,新兴的体育运动项目正迅速地发展起来,高尔夫球、保龄球、轮滑、跆拳道、瑜伽等正成为最典型的新兴体育运动项目进入人们日常生活中,家长和孩子们有的从电视上观赏,有的通过自己的亲身体验,对这些项目有了更多的接触和了解,也由于这些项目的新奇、好玩和健身功能而选择它们作为日常娱乐、锻炼的项目。家长们也希望自己的孩子能在幼儿园里对这些新兴的项目有所接触和学习,有专业的老师教给孩子这方面的知识。而从幼儿园的角度看,也发现了这些新兴项目中确实有能让幼儿身心得到极大锻炼的内容,如已被广州、杭州等城市中小学列入课程的轮滑运动,是孩子们真正积极、自主、独立的运动项目,它能提高体能,促进身体平衡、协调、灵活;由于运动增加了脑的血流量使大脑能更好地发育,它是智力开发的增效剂,它吸收了时尚的健康理念,顺应了学习者的主体意愿。又如跆拳道,教育界人士认为,跆拳道运动除了可以强身健体、锻炼意志外,对于培养小学生的礼仪修养和道德品质都有十分重要的意义。因此,适应社会的发展、时代的需求,从新兴的体育运动项目中寻求适合幼儿园开展的体育活动内容,也成了我国选择体育活动内容的依据之一。