

中福会幼儿园教育书系



健康第一步

—— 幼儿体育教育实践录

施滌非 著

百家出版社

中福会幼儿园教育书系

健康第一步

——幼儿体育教育实践录

施滢非 著

百 家 出 版 社

总策划:褚大为
责任编辑:姜逸青
封面设计:贺强

健康第一步
——幼儿体育教育实践录

施滢非 著

百家出版社出版发行

(上海绍兴路5号)

上海市印刷四厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 6.75 插页 4 字数 169000

1999年4月第1版 1999年4月第1次印刷

印数:1—5000册

ISBN7-80576-963-X/G·365 定价:12.00元



“家园同乐”——幼儿的“奥林匹克”



一路展示 行列比肩



袋鼠孩子



袋鼠爸爸



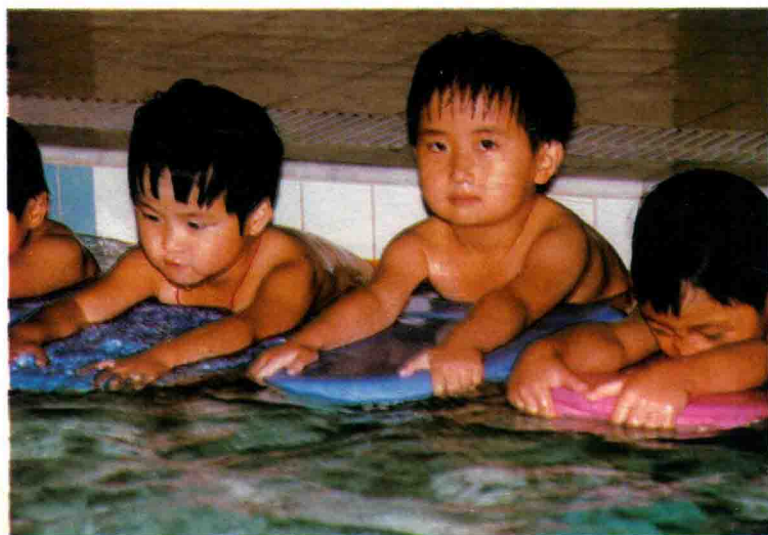
蛟龙出水



“旱鸭子”的第一步



水中“比武”



“抓紧它！”却露出一脸的不怕



手把手



千钧一发



起跑线上



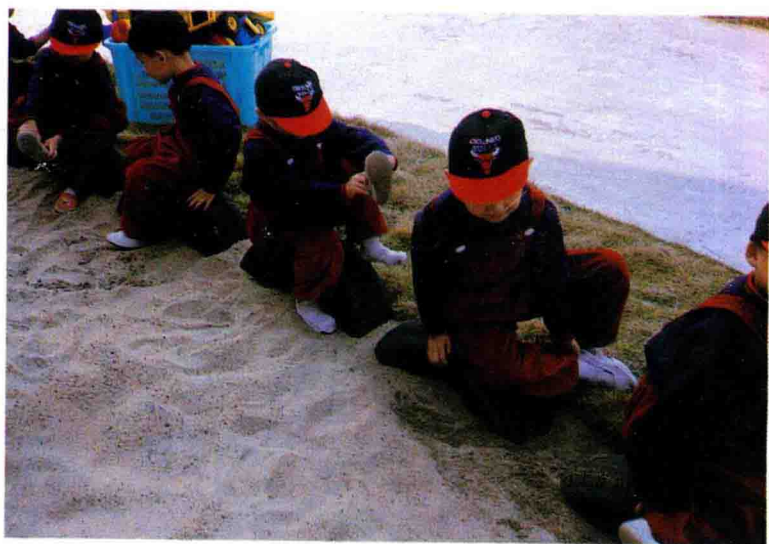
今日压腿 明日“国脚”



雏鹰展翅



“我才不怕呢！”



胜似海滨嬉沙乐



挥手之间

个人简介



1973. 12 出生,取名施滢非。
1992. 9 考入上海师范大学体育系本科(因为受父亲的影响,从小喜欢体育。中、小学时代一直是学校运动队成员,且成绩不俗。一心想成为一名运动员,所以……)
1996. 3 加入上海东方电视台“欢乐蹦蹦跳”节目组,成为这档幼儿节目中带领孩子们做操练身体的大哥哥。找不到一个合适的“艺名”,便将自己的姓拆开,除去一个“人”,成为现在的“方也哥哥”。
1996. 6 大学毕业,带着优异成绩和老师、同学疑惑不解的目光来到了中国福利会幼儿园,荣幸地成为宋庆龄儿童事业的继承者之一。
1998. 1 获中国福利会先进工作者称号。
1999. 1 被中国福利会记大功一次。

前 言

1996年走上幼儿教育工作岗位。园领导的关心和重视,以及其他老师的热心帮助,使我在较短时间内熟悉了幼儿园的工作方式和特点,孩子们对我的喜爱,更增加了我的自信心,我的业务能力和水平获得了较快发展和进步,也开始承担起公开教育教学示范活动的任务。大量承担公开教育教学活动,使我在幼儿体育教育教学方面形成了自己的特色,也有了一定的经验和积累。由于活动设计有新意,难度和要求上有一定突破,还可能是作为男教师所特有的风格,活动受到了大家的好评。几乎每次活动之后,总有听课老师找我询问有关问题、索要教案或是书籍。为什么不把自己的经验和大家分享呢?我产生了写一本书的念头。可我只在一些幼教杂志上发表过文章和教案,写书,我行吗?园领导的大力支持和实际意义上的帮助,让我鼓起勇气,拿起了笔。

但写一本书,谈何容易,光是列提纲,就花费了我不少的精力。退,是不可能的了,只有硬着头皮上。再说,第一次总是最难的,但也是最珍贵的。我一定要坚持到底。

经过一段时间的酝酿,听取了一些老师和有关专家的意见之后,基本思路逐渐清晰。首先是关于幼儿园体育活动的认识和观点的体育认识篇,其中包括幼儿园体育活动的意义、任务、目标、原则和形式;接着从幼儿园体育活动的主要形式:体育教学活动、户外体育活动和操节活动,以及有我园特色的游泳活动和感觉统合活动五方面分篇阐述,这是全书篇幅最大的部分,有理论,也有实践,两者结合。

健康很重要,在幼儿时期迈好健康第一步更重要,所以,“健康第一步”即为本书之名。

书,写出来了,是否合格,将由大家鉴定;
我,欣喜万分,作为起点,我会十分珍惜;
盼,读者有益,点滴启发,我将心满意足;
谢,专家领导,关心支持,无言替代感激。

序 一

体育是学前教育学的主要篇章,在幼儿全面和谐发展教育中占首要地位。中国福利会幼儿园对幼儿体育教育活动进行了长期而富有成效的探索和研究,理论结合实际地完成本书,是一件十分有价值的工作。

幼儿的身体正处在迅速发展和成长阶段,身体锻炼活动对幼儿形成健康的身体,健康的心理乃至健康地生活,都有极其重要的作用。书中阐明的幼儿体育以“健康”为目标,即既重视幼儿身体形态、机能和运动能力的发展,又注意加强幼儿的认知(认识身体部位、方位知觉…等)、情感(愉快、成功的喜悦…等)和个性特征(自信、勇敢、克服困难…)的培养。涵盖了身体发展和心理发展两方面的目标是比较完整且有时代特征的。

在幼儿阶段,通过哪些体育活动来发展幼儿的身心,使他们的机体从小得到锻炼?本书突破了以往的体育内容模式,将游泳、感觉统合训练融入其中。所选内容都按照不同年龄安排,除丰富走步、跑步、跳跃、投掷、钻爬、平衡等原有内容外,户外体育活动、体操、游泳、感觉训练有机地结合在体育活动之中,使幼儿的姿势机能、移动机能、技巧技能都得到锻炼,整体地提高了幼儿的身心素质,使幼儿健康地成长。

书中所编的各种教学案例,体现出幼儿体育教学活动形式的多样化、游戏化、儿童化,使孩子们在活动过程中兴趣盎然地进行锻炼,如走步的12种形式,配合感觉统合器材的活动性游戏,蒙台梭利教具和感觉统合器材结合发展幼儿大、小肌肉活动,以及体育器材的一物多用,废旧物品的利用等等无不展示出作者独具匠心的创造。尤其值得提出的是在体育活动过程中师生关系的理解和

实践,作者提出“我和孩子一样高”,“一是实际高度一样高,教师在活动中用蹲或跪的姿势与孩子对话交流,二是在心理上一样高,尊重孩子的人格、意愿和需要”。这种新型的师生关系使幼儿主动性、积极性和创造性得到了发挥,极大地增添了体育活动的锻炼效果。

面向 21 世纪,人们向往着健康的高质量的生活,让孩子从小锻炼吧,形成对体育活动的兴趣、态度和习惯,这将使他们终生受益。

华东师范大学学前教育学系

潘 洁

序 二

一个刚刚从上海师范大学体育系毕业的新教师,踏上幼儿教育工作岗位仅两年多时间。两年来,他以学以致用态度投入工作,将教育理论与工作实践融为一体,进行探索与研究,并注意总结,终于将自己辛勤耕耘的足迹,用书的形式向大家汇报。只有短短两年余教龄的施渫非,犹如一株教育战线上的“幼苗”,确确实实地正在“破土发芽”,茁壮成长了!

我受中国福利会幼儿园徐刚园长之邀,于1996年11月起担任施渫非的指导老师,亲眼目睹了他的成长过程。

(一)

中国福利会幼儿园作为宋庆龄女士亲自创办的幼儿园,几年来已形成了自己的办园特色,在国内外颇具影响。国家教委领导、幼教专家、学者、国际教育参观团、访问团,时有前来指导,切磋幼儿教育的理论与实践。兄弟省市的同行,各级各类幼教培训班学员更是络绎不绝地前往参观该园,几乎每周有接待任务。近一年余来,大部分组团的领导、学员,都向幼儿园领导直截了当地提出希望能在中幼看施渫非老师组织、指导的体育活动。有的学员观摩活动之后,拍手称好、赞不绝口;有的学员会第二、第三次再来观摩、学习,自言百看不厌,满载而归。

施渫非组织、指导的体育活动为什么那么有魅力?其究竟反映在哪些方面呢?

我认为,施渫非组织、指导的体育活动最大特点在于,他具有非常明确的目的性,充分认识幼儿体育活动的宏观目标。结合中福会幼儿园“生存课程”的研究、实践和幼儿发展的实际水平,开展了体育教学活动、户外体育活动、操节活动、游泳活动、感觉统合活动