

学前儿童体育的理论和教学法



[苏] A. B. 克涅曼 Д. B. 胡赫拉耶娃著

徐志文 吴建军 冯育民译

徐志文校

人民教育出版社

学前儿童体育的理论和教学法

[苏]A. B. 克涅曼 Д. B. 胡赫拉耶娃著

徐志文 吴建军 冯育民译

徐志文校

人民教育出版社

А. В. Кенеман

Д. В. Хухлаева

**Теория и методика физического
воспитания детей дошкольного возраста**

Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец.

«Дошкольная педагогика и психология».

Изд. 2-е, испр. и доп.

Москва «Просвещение», 1978

学前儿童体育的理论和教学法

[苏] А. В. 克涅曼 Д. В. 胡赫拉耶娃著

徐志文 吴建军 冯育民译 徐志文校

责任编辑 诸惠芳

*

人民教育出版社出版

新华书店北京发行所发行

北京市大兴县印刷厂印装

*

开本 850×1168 1/32 印张 10 字数 237,000

1984年2月第1版 1984年7月第1次印刷

印数 1—6,500

书号 7012·0715 定价 1.20 元

目 录

前言	1
第一篇 体育理论的一般问题	3
第一章 体育理论的研究对象	3
第二章 苏联体育制度	12
第二篇 学前儿童体育的理论和教学法	23
第一章 学前儿童体育的理论	23
第二章 学前儿童体育的任务	40
第三章 体育的手段	45
第四章 从出生到七岁前儿童身体发育的年龄特征。	
学前早期儿童的体育	60
第五章 体育过程中教学和发展的基础	85
第六章 体操	117
第七章 活动性游戏和球类运动	153
第八章 运动练习	178
第九章 学前机构中体育的组织形式	189
第十章 学前机构中体育工作的计划与考核	236
第十一章 学前机构中体育工作的组织方法	263
第三篇 教学法专家的工作	
师范学校中“学前儿童体育的理论和	
教学法”课程的教学	285
第一章 教学法研究室中体育教学法专家的工作	285
第二章 师范学校中“学前儿童体育的理论和教学法”	
课程的教学	298

前 言

师范学院学前教育系培养具有多种专业技能的专门人才，如教学法视导员、儿童机构主任、师范学校教师。他们都负有积极参与解决我国学前机构所肩负的任务的使命，即对正在成长的一代进行共产主义教育。

正确地进行体育是学前儿童工作的基本任务之一。未来的师范学院毕业生应该掌握开展体育教学法工作、教学工作和组织工作所必需的理论和实际技能。

为了培养将来能胜任实际工作的大学生，在学前教育系的教学计划中设置了《学前儿童体育的理论和教学法》课程。本教材就是为了更好地掌握这门课程而编写的。

本教材根据现行的教学大纲编写而成。全书共分三篇。第一篇《体育理论的一般问题》，规定了体育理论的对象，阐述了苏联体育制度。第二篇《学前儿童体育的理论和教学法》，阐述了体育理论的对象，论证了体育的任务和手段，说明了学前早期和学前儿童的发育特征，幼儿园教学和教育的理论基础，身体练习的教学方法，体育的组织形式（体育课、早操等），论述了学前机构中体育工作的计划与考核，体育的组织工作和医务监督。

第三篇介绍了体育教学法视导员的工作，以及在师范学校讲授《学前儿童体育的理论和教学法》课程的方法。

本教材为第二版，它以一九七二年的第一版材料为基础，经过修改，并补充了近几年来的一些科研资料和实验成果。

原教材的结构基本上保持不变，但增添了一些新的章节，如

《学前儿童体育的理论》、《从出生到七岁前儿童身体发育的年龄特征。学前早期儿童的体育》两章；在《体操》一章中增加了《学前儿童身体素质的培养方法》一节，在《学前机构中体育工作的组织方法》一章中增添了《体育的医务监督》一节。

本教材第二版由荣膺列宁勋章和劳动红旗勋章的莫斯科国立列宁师范学院副教授 A. B. 克涅曼和莫斯科国立函授师范学院副教授 Д. B. 胡赫拉耶娃主编，苏联卫生部莫斯科国立少年儿童卫生研究所高级研究员 Г. П. 尤尔科也参加了编写工作。

本书各章作者如下：第一篇第一、二章——Д. B. 胡赫拉耶娃，第二篇第一章——A. B. 克涅曼，第二、三章——Д. B. 胡赫拉耶娃，第四章——Г. П. 尤尔科，第五、七、九章——A. B. 克涅曼，第六章——A. B. 克涅曼和Г. П. 尤尔科，第八、十章——Д. B. 胡赫拉耶娃，第十一章——Д. B. 胡赫拉耶娃和Г. П. 尤尔科，第三篇第一章——A. B. 克涅曼，第二章——Д. B. 胡赫拉耶娃。

第 一 篇

体育理论的一般问题

第一章 体育理论的研究对象

第一节 体育理论的基本概念

在体育理论中经常运用一些不同的概念,如身体发育、身体训练水平、身体完善水平、体育、体育教学、体育训练、身体练习、运动和体育文化,等等。这些概念既反映不同的现象,彼此之间又有紧密的联系。

目前所运用的这些概念产生于社会历史发展的各个不同时代。随着体育科学的发展和这一科学在实践中的运用,这些概念的含义也越来越精确了。

本章只研究一些基本概念,离开这些概念就无法开始学习《体育的理论和教学法》课程,而其余的一些概念的定义则在讲解相应题目时再进行阐述。

身体发育——系指人在其一生中身体器官形态和功能的变化过程。“身体发育”这一术语仅在狭义上加以运用,它标志着根据人体测量和生物统计学指数所确定的身体发育水平,如身高、体重、胸围(吸气、呼气 and 屏气时)、肺活量、脊椎弯曲的特征和限度、姿态、肩胛角的间距、足弓的测量指数、左右手的握力、背力、头,等等。

从广义上理解,“身体发育”这一术语还包括身体素质(速度、灵活性、柔韧性、目测力、平衡感、力量、耐力)。

身体训练水平——系指动作技能、技巧和身体素质的发展水平,它根据全苏统一规定的“苏联劳卫制”和全苏统一运动等级(运动员的等级和称号)的要求和标准确定。

为学前儿童制订了所有基本身体练习项目的标准指标和完成这些指标的质量要求(《幼儿园教育大纲》)。

身体完善水平——系指受历史条件制约的身体发育水平和高度的健康水平,以及为适应生活、劳动和保卫祖国需要的全面身体训练的水平。

在苏联共产党的纲领中,把身体完善看成是苏维埃人全面发展的特征之一。共产主义建设者在各个方面都应成为一个完善的人,每个人都应朝这个方向努力。

在日益增长的社会需求——生产的需求和人自身利益的需求的影响下,“身体完善水平”这一概念的特征正在不断发生变化。每一个历史时期,其身体完善水平都有自己的特点。只有在摆脱了奴役和剥削的国家里,才能做到使社会的所有成员都达到最高的身体完善水平。在我国和其他社会主义国家里,正在实现人类在精神、道德和身体各个方面和谐发展的理想。

不同职业、性别和年龄的人,其身体完善水平都有自己的特点。

体育——它是共产主义教育的一个组成部分,其目的在于达到身体完善水平,即达到高水平的健康、身体发育和身体训练。

这个定义反映出体育具有相对独立的特点。体育又同其他教育形式,如德育、美育、智育和劳动教育有联系。因此,我国的体育过程也同时解决由共产主义教育目的派生出来的其他教育任务。

体育教学——它是体育的一个方面,包括掌握专门的知识、

动作技能和技巧。

体育训练——它是一种为达到从事劳动或其他活动所需要的身体训练水平的实用性很强的体育训练(例如演员、飞行员、宇航员和运动员等的身体训练)。体育训练的特点是根据具体职业和某些活动的特征而确定进行身体练习的任务、方式和方法。“一般身体训练”这一术语系指体育的过程,其目的是为各种形式的活动取得良好效果而创造总的先决条件。专门身体训练的目的在于从事职业性活动和体育活动进行专门训练。

身体练习——这是作为完成体育任务的手段而选择的各种运动、动作以及复杂项目的运动活动(例如活动性游戏)。人们将以调动人的运动器官积极运动为特点的各种活动称作动作。

“练习”这一术语也表示动作多次重复的过程。

运动——这是一项专门的活动,目的是为了在比赛过程中获得某一体育项目的最好成绩。

体育文化——这是整个文化的一部分,是在社会历史实践过程中积累起来的、在使人的体质完善方面所取得的社会成就的总和。属于物质财富的有:体育设施(如运动场、体育馆、游泳池等)、体育器材、运动服、运动鞋等等。属于精神财富的有:科学、艺术作品(如文学、雕塑、绘画、木刻、音乐等)。

体育文化是体育理论所有概念中含义最广的概念,它包含上面所分析的一切概念的内容。

第二节 体育理论的对象

体育理论是论述控制人的身体完善过程的一般规律的科学。

苏联体育理论研究苏联体育制度的目的、任务和原则,揭示体育同其他形式的教育——智育、德育、美育和劳动教育的规律性联

系。它着重注意研究体育手段、体育教学的原则和方法、运动技能的形成、身体素质的发展、探讨运动训练的一般原理和身体练习的不同形式(体育课、早操、活动性游戏等),以及体育工作的计划与考核。此外,它还阐明学前儿童和学龄儿童、青年、成年人和老年人的体育训练的特点。

苏联体育理论在不断发展,并与共产主义建设实践相统一。它利用科学研究的成果,总结实践的优秀成绩,继承过去的先进经验,并吸收世界现代科学中一切先进的东西。

体育理论用科学原理指导实践,并以此促进本身的进一步发展。体育理论的使命也是指明实践的途径,预测采用什么手段和方法能使人的身体完善取得更好的成绩。

体育理论和教学法在师范学院学前教育系作为一门专门学科,它包括三篇。第一篇《体育理论的一般问题》,其中又包含两个题目(《体育理论的对象》和《苏联体育制度》),这两个题目论述了有助于深入研究儿童体育问题的基本原理。第二篇《学前儿童体育的理论和教学法》论述了学前儿童体育的任务和手段,他们的教育和发育,教授身体练习的方法,学前机构的工作形式,以及体育工作的计划与考核。第三篇说明教学法研究室的工作和在师范学校讲授《学前儿童体育的理论和教学法》课程。

第三节 体育理论在科学体系中的地位

体育理论同社会科学、自然科学和教育科学有联系。

马克思列宁主义学说是苏联体育理论的思想基础。马克思、恩格斯和列宁科学地论证了共产主义教育的目的——人的全面发展。体育是共产主义教育不可分割的一部分。

科学共产主义的奠基人指出,教育依赖于社会经济条件、社会

生产发展的特征和统治阶级的政策。在阶级对抗的社会里，不可能有统一的国家体育制度。

只是在伟大的十月社会主义革命胜利以后，我国才能实现在马克思、恩格斯和列宁关于全面发展劳动人民的体能和智能学说基础上的教育，建立统一的苏联体育制度。

马克思列宁主义用认识论的方法指导体育理论，并深入研究具有明确目的的教学的规律性。

体育理论的**自然科学基础**由各科学学科(解剖学、生理学、卫生学、生物力学、生物化学等)综合构成。其中占重要地位的是И. М. 谢切诺夫和И. П. 巴甫洛夫的学说，以及现代关于高级神经活动的研究，这种研究使我们有可能深入了解形成动作技巧和发展身体素质的规律性，正确拟定教学和教育的过程。

生物力学有助于研究身体练习的技术，评价身体练习完成的质量，指出修正出现的错误的方法，取得形成动作技能的最好成绩。

生物化学研究在身体练习的影响下人体中(其中包括肌肉)的化学变化过程，从而改进进行身体练习的方法。

由此可见，体育理论利用自然科学领域中的最新成就是为了有根据地选择动作教学的手段和方法，制定教学法，以便顺利解决各种任务。

体育理论属于教育科学体系，同心理学和教育学，以及个别运动项目(田径、滑雪、滑冰等)的理论和教学法有紧密联系。

了解人的年龄和个人心理特征(想象力、记忆力、思维等)有助于正确地选择教学和教育手段，并在身体练习过程中取得好的成绩。

在完成体育训练任务时，还采用教育学所制定的教学和教育的方法和手段。

在详细拟定教学法和给不同的学生上课时，体育理论应考虑到个别运动项目的一般的和特殊的规律。同样，个别运动项目(滑雪和滑冰等)的研究资料也有助于制订给学前儿童上课的方法。

第四节 体育理论的研究方法

体育的理论和教学法所研究的问题是很广泛的。因此，在研究中不仅采用教育学的方法，而且也利用边缘学科——社会学、心理学、生理学、人类学、生物化学等科学领域中所运用的方法。

体育理论也运用理论分析和概括、教育检查和实验的方法。

理论分析和概括的方法 任何研究工作都是从研究、分析和概括文献资料入手。为此，研究者要熟悉图书资料，选出那些他必需分析的第一手资料，按具体问题加以系统整理，然后按每一个问题再把材料分门别类地加以整理(动态类、概论类和结论类)。

选好图书资料之后，应该制订研究这些资料的计划，详细考虑做笔记和分析这些资料的方法。

分析和概括文献资料既适用于理论研究，也适用于实验研究。在理论研究中，这个方法可能是唯一的方法。例如，借助于这一方法研究在具体的历史条件下，某些原理和观点是如何发展的。进行实验研究时，应该弄清楚，哪些问题已经研究过，它们在文献中被论证的程度如何，以及其中哪些问题还需要实验验证。

在分析学前机构工作者所写的各类材料时(例如，儿童身体练习年度计划安排表，一星期日程工作计划，体育课、早操、活动性游戏教案，教养员日记，教务会议记录，健康状况、身体发育和身体训练水平考核簿等)，可以发现许多对体育理论有用的重要材料。分析这些文件以后所获得的资料可以用来作为工作的假设(实验研究的设想结果)。

可以利用询问表和调查表来收集实例。询问表中提出的问题应能得到简单的回答“是”或“不是”。而调查表上的答案则应是详细的,例如教养员的年龄、工龄和受教育程度,对从事身体练习的条件的说明,等等。在某些情况下,回答应是书面的。询问表和调查表经常运用于研究工作之初,它们具有辅助作用。

研究者可以按照事先拟定的计划与儿童谈话,从中收集他感兴趣的材料。谈话中向儿童提问题要自然,要鼓励详细地回答问题。例如,教养员问孩子:“你会正确地站吗?做做看,应该怎样站。好,现在你说说,应该怎样正确地站”。

教育检查的方法 这类方法包括教育观察。它与通常的观察的区别在于这是专门组织的观察,具有明确规定的任务和目标、明确的观察对象和被观察的实例的记录体系。而且,研究者并不干涉教育过程。研究者事先拟订观察计划,计划上指明收集实例的顺序,记录和整理实例的体系(笔记中的规定符号)。此外,还要确定工作假设,可以通过观察证实或推翻这种假设。观察应是有选择性的、具体的(例如,讲解的特性,身体练习完成的质量,等等)。

教育观察的优点在于它能在自然条件下研究自己的对象。

教育观察的实例应该是客观的,不受研究者的个人品质的影响。在观察过程中,应该采用对被观察者进行准确记录的方法。例如,记录动作技术可采用照相、电影摄影、运动轨迹摄影、磁带录像,等等。为了记录某些动作的数据,可采用各种仪器(测力计等)。

用测时法来确定完成身体练习和某些动作所耗费的时间,以及课堂教学中某些部分和整堂课的持续时间。测时可用精密表、秒表和其他仪器。

把教养员的话速记和录音下来。

观察的结果要记入教学日记、记分册和记录本。

在观察过程中，必须对记录的材料作出预测性评价。在整理记录材料时，应该剔除偶然事例，找出规律性，进行概括，得出结论。通过研究和概括实例，可能发现实例数量不够或相互矛盾，尚不能据此作出最后结论。在这种情况下，观察还应继续进行。根据重复观察后所获得的材料，预先作出的结论可能得到证实，也可能对最初的假设和观察的组织工作进行修改。

可以采取自我观察的形式，即对自己的动作、体力状况和其他因素进行自我监督，这种观察具有自我观察的性质。自我观察既适用于身体练习过程，也适用于身体练习后研究这种练习对身体的影响。在这种情况下，不可只凭主观感觉（自我感觉），还要依照客观材料，如脉搏次数，等等。自我观察的材料应记入专门的日志，并进行分析。

各种实验方法 实验的实质在于研究者创造出专门的条件，剔除次要现象，排除偶然性，不要把必要的材料搁置太久。此外，可以采用多种多样的实验条件来更准确地弄清楚各种现象之间的因果联系。必要时，例如实例数量不足，实验可以重做。为排除同研究的问题没有直接关系的次要因素的影响，可以经常在非典型的条件下进行实验。

根据典型条件的变化程度，分为自然实验和实验室实验。

自然实验时，课堂作业不能违反日常进行身体练习的条件；如果有所违反，那也只能是最低限度的。

实验室实验在于创造人为环境和排除次要影响。

有些实验可以以研究特定的实例或各实例之间的依赖性为目的（绝对实验）。

有些实验则以对一些指标（教学手段和方法的效果等）进行比较为目的。这类实验称为比较实验。

在进行实验之前，必须明确任务和制订研究计划，提出工作假

设,拟定实验课教学法、实例记录和整理的方法。

比较实验要有两个或几个相同的小组参加(按性别、年龄和身体训练水平)。这种实验作业的特点是只进行同一种项目的练习(例如诱导练习)。在实验课结束时,确定哪一组取得了较好的成绩,例如在形成动作技巧方面。

参加实验作业的小组称为实验小组。按一般的(通常的)教学法进行教学的小组称为对照小组。

为使实验的结果更加可靠,可采用所谓交叉实验的公式。例如,在第一次实验时,第一组按第一种方法进行,另一组按第二种方法进行。在第二次实验时,第一组按第二种方法进行,而第二组则按第一种方法进行。

为了比较三种或三种以上不同方案的效果而进行研究时,实验分三个或更多的阶段进行,以弄清楚某一种方案的优点。

如果任务是搞清某些因素同时产生的影响,则要采用所谓多因素实验的公式。

数学的方法 在体育理论研究工作中所获得的材料反映的是受试验者的各种数据。研究者的任务是搞清所获得的各数据之间的依存关系。为此目的,可采用数学方法处理各种数据,这种方法可以确定所作结论的可靠程度,可否在所有相似场合推广这些结论。

在体育理论中所采用的各种科学研究方法,具有相对的独立性。往往在一种研究中对体育过程进行多方面的研究。因此,同时可以采用各种不同的研究方法,而且可以用一种方法补充另一种方法。

各种研究方法处于不断变化,逐渐精确之中,这就可以不断获得新的材料,并促进体育理论的发展。

第二章 苏联体育制度

第一节 苏联体育制度的建立

苏联体育制度是整个共产主义教育制度不可分割的一部分，它把对苏联公民进行体育和检查体育活动开展情况的各种组织统一起来。

在我国，统一的国家制度建立于伟大的十月社会主义革命之后。在沙皇俄国，只有社会特权阶层才能从事身体练习。为实现统治阶级的体育，政府采用了外国的制度（如索科勒体操*、德国体操、瑞士体操，等等）。由 П. Ф. 列斯加夫特制定的国家体育制度却得不到支持。但是，尽管沙皇政府的政策阻碍了劳动群众从事体育运动，独具风格的民族运动项目还是发展起来了，人民中间涌现了一些优秀的、举世闻名的俄罗斯运动员，如摔跤运动员 И. 波杜布内，滑冰运动员 Н. 斯特伦尼科夫、В. 伊波利托夫和 П. 伊波利托夫，划船运动员 М. 斯韦什尼科夫等人。

苏维埃政权的建立，为建立符合人民利益的统一的体育制度创造了条件。在建立苏联体育制度时，考虑了国内外的一切进步的东西。

在国内战争和军事武装干涉时期，体育的目的是训练劳动人民武装捍卫十月革命的胜利成果。当时，体育工作由普及军事训练机构领导（1918年）

* 索科勒体操是捷克斯洛伐克的一种体操。——译者注。

在恢复国民经济时期，着重注意增强劳动人民的体质和使他们的健康状况适合于参加劳动。这些年，业余体育团体和体育协会相继成立。1923年，在全苏中央执行委员会下面设立了最高体育委员会，其任务是协调所有体育部门和组织的工作。

在1925年7月13日俄共(布)中央《关于党在体育方面的任务》的决议中和1929年9月23日联共(布)中央《关于体育运动》的决议中，确立了苏联体育制度的思想理论基础、组织方法基础和科学基础。

体育科学研究所的创建促进了体育制度的完善。在制订苏联学龄前儿童体育制度的工作中，一些科学工作者和教学法专家表现了极大的热情，他们是Е. Г. 莱维-戈里涅夫斯卡娅、М. М. 孔托罗维奇、А. И. 贝科娃、Н. А. 梅特洛夫、Л. И. 米哈伊洛娃等人。

在伟大卫国战争时期，体育组织的全部活动服从于群众性的人民卫国军事体育训练的任务。

战争胜利结束后，共产党和苏联政府提出了苏维埃人体育运动的新任务。1948年12月27日联共(布)中央《关于体育运动委员会实施党和政府发展我国群众性的体育运动和提高苏联运动员的技巧的扼要指示的进程》的决议指出，在开展群众性体育运动的同时，必须达到高水平的运动技巧。

在苏共纲领和我党代表大会的决议中，指出了苏联体育制度今后的任务和发展道路。

根据党纲的要求，苏共中央和苏联部长会议于1966年8月通过了《关于进一步发展体育运动的措施》的专门决议，决议具体说明了从群众性的体育运动转入全民体育运动的途径。

在苏联新宪法里，反映出党和政府对人民体育的关心。第二十四条写道：政府促进群众性体育运动的发展。