

享受运动 健康成长

——幼儿园体育活动探索

吴海云 著



福建省中小学教师工程丛书



享受运动 健康成长

——幼儿园体育活动探索

吴海云 著



海峡出版发行集团 | 福建教育出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

图书在版编目 (CIP) 数据

享受运动 健康成长: 幼儿园体育活动探索/吴海云著.
—福州: 福建教育出版社, 2015. 8
(福建省中小学名师工程丛书)
ISBN 978-7-5334-6914-6

I. ①享… II. ①吴… III. ①体育课—教学研究
—学前教育 IV. ①G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 158013 号

福建省中小学名师工程丛书
Xiangshou Yundong Jiankang Chengzhang

享受运动 健康成长

——幼儿园体育活动探索

吴海云 著

出版发行 海峡出版发行集团

福建教育出版社

(福州梦山路 27 号 邮编: 350001 网址: www.fep.com.cn)

编辑部电话 0591-83726908

发行部电话 0591-83721876 87115073 010-62027445)

出 版 人 黄 旭

印 刷 福州泰岳印刷广告有限公司

(福州市鼓楼区白龙路 5 号 邮编: 350003)

开 本 720 毫米×1000 毫米 1/16

印 张 15.75

字 数 233 千

版 次 2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5334-6914-6

定 价 35.00 元

如发现本书印装质量问题, 请向本社出版科 (电话: 0591-83726019) 调换。

“福建省中小学名师工程丛书”编委会

丛书顾问：鞠维强

丛书策划：陈明庆 高培青

丛书主编：余文森

副主编：郭春芳 郑健成 陈 峰

编委会：（按照笔画顺序排列）

王 永 王云生 王瑞气 任 勇 李 迅 李必成

余文森 陈 峰 陈日亮 林 藩 林泰昌 郑健成

洪 明 袁书琪 郭春芳 温 青 薛常明

中学卷主编：郭春芳

副主编：林 藩

编委：鲍道宏 陈柳娟 黄军生 陈光明 吴新建 陈 欣

林晨峰 陈俊英 陈 超 邹开煌 黄宇星 姜秀英

小学卷主编：余文森

副主编：成尚荣 王 永 洪 明

编委：张荣伟 刘家访 丁革民 黄向真 蔡旭群 刘冬岩

幼教卷主编：郑健成

副主编：彭琦凡

编委：华爱华 林 菁 柳 倩

总 序

2014年教师节前夕，习近平总书记同北京师范大学师生代表座谈时的讲话指出：“一个人遇到好老师是人生的幸运，一个学校拥有好老师是学校的光荣，一个民族源源不断涌现出一批又一批好老师则是民族的希望。”民族振兴、社会进步有赖于教育，中华民族伟大复兴需要一大批好老师勇当中华民族“梦之队”的筑梦人，扎扎实实做好塑造灵魂、塑造生命、塑造人的工作。

新中国成立以来，福建基础教育界涌现出一大批在省内享有盛誉的教学名师。这些名师，成就了一代又一代学生的人生辉煌，这些学生中有许多成为国内外知名的政治、经济、军事等方面的杰出人物。诸多名师的示范、辐射和引领，对福建基础教育质量在上世纪五十年代末跃居全国前列功不可没。改革开放后，福建省委、省政府进一步加大教育投入，坚持教育优先发展，始终将建设一支师德高尚、业务精湛、结构合理、充满活力的高素质专业化教师队伍作为重要的战略举措，并在全国率先出台了一系列政策措施，对提高基础教育师资队伍水平、激发广大教师投身教育综合改革的积极性主动性创造性产生了重要的作用。

2010年，为贯彻落实省政府《关于进一步加强中小学教师队伍建设的意见》，福建省教育厅印发了《关于实施福建省中小学名师培养工程的通知》，计划用3年时间，培养一批教育理论素养深厚、教育教学艺术精湛、在省内有较大影响的教学名师，以此带动中小学教师队伍整体素质和水平的提高。2011年，省教育厅在全省遴选了首批96名中小学、幼儿园优秀教师作为培养人选，并成立了“福建省中小学名师培养工程专家工作委员会”，负责具体组

织实施名师培养工程。

3年来，专家工作委员会遵循教师专业发展和名师成长的规律，精心设计培养方案，认真组织工程实施，严格培养过程管理，通过专家指导、理论深造、课题研究、名师访学、考察学习、学术交流和著书立说等方式，促进培养人选尽快成长，在实践中形成了具有福建特色的名师培养模式。名师培养工程以“教学主张”为引领，要求教学名师应有突出的教学专长、鲜明的教学风格和自己的教学信条与教学主张，并在教育教学实践中取得突出的成绩。在专家的指导和引领下，名师培养人选努力学习、积极探索、更新观念、大胆创新，在实践中创造性地发展、总结了许多新的教学模式、教学方法和先进的教育思想、教育理念。这些新模式、新方法、新思想、新理念是名师培养人选教育教学成就的总结提升，也是他们刻苦钻研的思想结晶，反映了我省首批名师培养人选孜孜不倦的探索精神和教育教学研究水平，是名师培养工程取得的一项重要成果。

介绍、宣传和推广教学名师的创新经验、先进理念和教学主张，也是名师培养工程的一项重要工作。因此，我们决定组织出版“福建省中小学名师工程丛书”，将教学名师的教学主张，以及先进的教学经验、教学方法等予以整理汇集，以与省内外同行和广大教育工作者共飨。

福建省教育厅厅长 鞠维强

2014年12月

教学主张：教师从优秀走向卓越的专业生长点

教学主张是名师教学的内核和品牌，缺乏教学主张，或者教学主张不鲜明、不坚定，就称不上是真正意义上的名师。无论是名师个体的自我成长还是名师工程的定向培养，主张的提出是关键（前提），主张的研究是核心（中心）。

教学主张是名师的教学思想、教学信念。思想来自于思考，优秀教师在教学实践活动中都会自觉不自觉地对相关问题进行思考，并在此基础上产生或形成对教学的一些看法、想法、念头、观点，我们将其统称为教学思考。这些思考不乏是有价值的见解，但总体而言，是相对零散，不够系统的；是相对浅层，不够深度的；是相对模糊，不够清晰的。只有经过理性加工和自我孵化，教学思考才能提升和发展成为教学思想。教学思想是教师对教学问题的系统的、深刻的、清晰的思考和见解，它具有稳定性和统领性。稳定性意味着思想一旦形成，不容易改变；统领性指的是对教学行为的影响力，行为是由思想而生的。

教学主张是名师的“个人理论”，它来自实践又高于实践。理论来自实践，优秀教师在教学实践活动中都会形成和积累一些行之有效的做法、招数、策略、特点、亮点，我们将其统称为教学经验，这是真正原生态、原发性的东西。我们认为，相应的实践经验无疑是促进理论滋生的最有价值的资源，教师的个人理论一定是来自教师个人的实践和经验，但是，由实践到理论，由个人经验到个人理论，这个过程不是自发产生和实现的。名师不仅要有实践意识，而且需要有理论自觉，一方面把自己的经验，把自己的所行、所见、

所闻、所得加工、提炼、升华为理论；另一方面，用先进科学的理论反思、批判、充实、引领自己的实践和经验。通过这样的双向互动，把自己的经验要素转化为充满思维和智慧含量、可资借鉴（更具有普适性和启发性）的“理论因子”，从而不断形成和完善自己关于教学的“个人理论”，这就是教学主张的内核。

总之，教学主张引领教师从教学思考走向教学思想，从教学经验走向教学理论，这是教师从优秀走向卓越从而实现自我超越的根本支点。对名师个人而言，提出教学主张就是给自己树立一面旗帜！打造一只“天眼”！大凡成功的、有影响的教学名师和流派均有自己鲜明的、独特的、坚定的教学主张，教学主张是教师走向教育家的必经之路。因此，提出教学主张不仅是名师个人成长的关键环节，也是名师工程培养名师的核心抓手。

名师不仅要敢于、善于提出教学主张，而且还要围绕教学主张系统开展研究，它主要包括以下两个方面：

一、教学主张的理论研究

这一研究类似于学者、专家的学术研究，它使名师研究区别于普通教师的所谓校本研究。理论研究的过程是理论思维的过程，是一种形而上的研究。恩格斯曾经精辟地指出：“一个民族想要站在科学的最高峰，就一刻也不能没有理论思维。”中小学名师的教学理论研究就是对自己教学主张的理论论证，它要求教师暂时搁置自己的实践和经验，在理论的高度和轨迹上进行系统和抽象的论证和阐明，从而把自己的教学主张阐明得深刻、清楚、丰富，有逻辑性、有思想性。这个过程对一线的教师是个巨大的挑战，但是名师必须接受这个挑战，并在这个挑战中实现自我突破、自我超越、自我提升，这样才能从普通教师走向教育家。

理论研究的内容和要点主要有：

1. 教学主张的概念和内涵界定。提出一个主张意味着提出一个或若干个概念，理论研究都必须从概念界定开始，概念界定也就是界定概念的内涵和外延。关于概念的界定，有必要强调两点：第一，要基于概念的本意，任何概念都有自己的本质内涵，它是在历史的过程中形成的人类共识，名师的概

念解读要以此为出发点和起点。第二，要有自己的新意，名师对教学主张及其概念要是没有自己独特的见解、看法和感悟，那么这个主张及其研究就没有多大的价值和意义。名师一定要善于从不同角度和方面去挖掘、揭示和阐述概念的内涵，这是把教学主张写得丰满和厚实的逻辑前提。

2. 教学主张的理论基础和依据。理论基础是某种主张、某种观点立论的理论依据。任何新主张、新观点都不可能是凭空产生的。名师的教学主张、观点，它的提出和发展同样有其理论基础。教师在提出教学主张的同时，一定要从哲学、认识论、心理学、教育学等学科去寻找其立论的依据。关于理论基础与教学主张的关系，我们要特别强调“有机性”三个字。有机性指两者之间的关系是内在的，不是外加的，就像地基与房屋的联系是一体的而不是拼凑的一样。名师一定要把教学主张的最直接的最核心的理论基础找出来、挖出来，务求准确、简洁、到位，并把两者的内在的逻辑联系揭示清楚，使其成为一个有机的理论体系。

3. 教学主张的具体观点和内容。这是名师研究的中心任务。概念界定和理论基础的寻找只是研究的前奏和起点，教学主张的观点和内容的展开才是研究的重头戏。教师一定要根据教学主张研究的主题、概念内涵和理论基础，从学科教育教学的不同方面和角度去挖掘、构建、提炼教学主张的核心要点，并加以系统阐述，使其成为一个结构和体系。所谓“横看成岭侧成峰，远近高低各不同”，对一个问题要从尽可能多的角度去思考，才能认识更全面、更透彻、更有新意。

二、教学主张的实践研究

这一研究本质上就是中小学教师的行动研究，它使名师研究区别于专家、学者的所谓学术研究。实践研究就是行动研究，是一种形而下的研究。

名师的实践研究的主要内容包括：

1. 教学主张的教材化研究——使教学主张有根有源。教学主张作为名师思想和智慧的结晶，是名师钻研和解读教材的独特视角，是名师发现、挖掘教材新意的探测器。正如尼采所说：有各式各样的“眼睛”，因而有各式各样的“真理”。名师要用主张来统领、解读教材，这是给教材注入、渗透主张、

思想、智慧的过程，使教材个性化、生命化；与此同时，不断从教材中挖掘和提炼出体现和反映教学主张的内容和意义出来，使主张变得厚重、丰富，有根有源。

2. 教学主张的教学化研究——使教学主张看得见、摸得着。教学主张不仅要进入教材，还要进入教学。教学主张的教学化研究，简单的说就是要用教学主张作为教学的导向，并将其融入教学实践的每一个“毛孔”，使名师的教学活动“烙上”自己的思想和个性，进而形成自己的风格。著名特级教师于漪说的好：“教出自己个性的时候，才是学生收获最大的时候。”而教出风格的时候，才是名师成熟的时候。

3. 教学主张的人格化研究——使教学主张名师化、精神化。教学主张不但要进入教材、进入教学，还要进入教师本人，成为教师人格的一部分和特征。名师的主张不仅通过教材、教学表现出来，还要通过名师自己的生活和为人表现出来，这样才更令人信服。

三年来，我们坚定地要求和不遗余力地指导名师培养人选提炼教学主张并围绕教学主张开展深度的研究，这是我们名师培养工程的主题、主线索、主工作。现在摆在我们面前的一本本专著就是这一研究的代表性成果。三年之前，不仅学员，就连我们名师工程的专家委员，都觉得，这是一项不可能完成的任务。名师就是要做“不可能实现的事情”。我们欣慰地看到，不少名师培养人选通过三年的刻苦努力，实现了专业发展的自我蜕变和自我超越，成为真正意义上的名师了。

作为名师培养工程的一名导师，笔者深深地感到：名师是可以培养的，而培养的法宝就是教学主张。

福建省中小学名师培养工程专家工作委员会 余文森

2014年10月

前言

《享受运动 健康成长——幼儿园体育活动探索》是笔者提出的“享受运动 健康成长”教学主张的研究成果，是对3—6岁儿童体育学习与发展目标科学、有效落实的地域性探索。幼儿的运动不仅具有促进生长发育的作用，还具有社会性功能，通过体育运动，幼儿获得身体、感官体验，获得生活世界的体验，获得纯真的生活乐趣，使身心和谐发展。运动的意义不再局限于锻炼身体，而是人格的养成和发展。

本书上篇是对教学主张的阐述。当前学前儿童体质不容乐观，幼儿身体素质发展滞后、身体活动能力呈下降趋势；我国幼儿园运动课程的趣味性、开放性有所增强，但是重形式、轻基本运动能力和身体素质发展的现象较为普遍；幼儿教师运动学科素养普遍不高……这些都是当前幼儿体育活动普遍存在的问题。

我们在研究中梳理、归纳出了组织体育活动的教学架构，其架构基于幼儿的学习与发展特点，学习与发展需求。其主要方式是教师创设全开放性的环境，提供低结构或非结构的材料，幼儿按自己的意愿选择运动内容、运动环境、运动材料，自由、自发、自主地运动。教师观察、分析幼儿的身体活动方式、运动能力、运动中的安全，再选择贴近幼儿最近运动发展区的内容，选择恰当的组织形式，开展教学。如果是全体幼儿共性问题或需要帮助幼儿梳理、归纳经验的，就采取集体教学活动；如果是个别幼儿需要解决的，则

采取区域性体育活动；如果是部分幼儿需要解决的，则采取小组活动等。这一教育实践架构很好地回应了运动形式和运动目标之间的关系，有效地解决了不同运动形式中顾此失彼的问题。

在研究中，我们关注运动环境、运动渠道、幼儿的学习方式、幼儿的发展水平，对幼儿运动能力进行观察、评估、数据分析，优化课程方案。整个研究设计科学完整、实施严谨，以教育学、心理学、运动学等多学科理论为理论基础，聚焦于运动课程中的师幼共同发展，即让幼儿“享受运动 健康成长”的同时，促进教师专业发展。

下篇是教学主张的实践部分，针对研究中的核心要素，既关注幼儿的运动情感，又重视幼儿身体素质的发展，归纳支持幼儿主动参与运动的策略，提高幼儿身体素质的策略。最后一章从体育器械、民间体育游戏、区域性体育活动、集体教学活动等4个角度例举15个实践案例。这些案例的许多思想和想法源于幼儿具体的体育活动，是在体育活动中获取的经验反馈。每个案例的立意不同。有的是反映教育实践架构的具体实践，有的是基于对幼儿运动能力的评估实施教学，有的是针对不同年龄段幼儿的运动能力开展的教学，有的是遵循幼儿动作技能形成的不同阶段开展的活动。而民间游戏类是教师基于幼儿经验、幼儿学习与发展目标、幼儿学习特点，在顺应与纳入、预设与生成、放手与支持中拓展游戏的内容，关注幼儿全身心参与游戏。区域性体育游戏与集体教学活动的案例，体现教学主张中关注幼儿的身体素质、运动思维与运动情感的教育价值。

一个好的理论总能引发实践的成果，正如每个好的实践都是以理论为基础建立的一样。这些案例以动作发展理论和幼儿运动学习理论为理论基础，体现以幼儿为本的儿童观，凸显基于幼儿发展的运动课程。

最后，希望这本书能给广大幼教同行一定的参考借鉴。

目 录

前言 \ 1

上 编

“享受运动 健康成长” 教学主张阐释

第一章 “享受运动 健康成长” 教学主张的提出 \ 3

第一节 教学主张的研究背景 \ 3

一、幼儿园体育教学的混乱现状 \ 3

二、幼儿健康成长的现实需求 \ 4

三、国家对幼儿运动的现实需求 \ 5

第二节 教学主张的内涵特征 \ 5

一、概念的界定 \ 6

二、体现的价值 \ 7

第二章 “享受运动 健康成长” 教学主张的理论支撑 \ 9

第一节 运动与身体健康的关系 \ 9

一、运动能促进幼儿健康成长 \ 9

二、现代人运动保健的理念 \ 10

第二节 运动与幼儿认知发展的关系 \ 11

一、运动是幼儿感知自身与周围环境的方式 \ 11

二、运动是幼儿认知发展的渠道 \ 11

第三节 运动与幼儿个性发展的关系 \ 12

一、运动会影响幼儿自我概念的形成 \ 12

二、运动能促进幼儿良好个性品质的形成 \ 12

第四节 运动与幼儿社会性发展的关系 \ 13

一、运动能调节幼儿的情绪 \ 13

二、运动能培养幼儿的合作能力 \ 13

三、运动能培养幼儿的规则意识 \ 13

第五节 体育教学思想的基本观点 \ 14

一、“终身体育”的指导思想 \ 14

二、“快乐体育”的教学思想 \ 14

第六节 幼儿园体育的教育目标 \ 15

第三章 “享受运动 健康成长” 教学主张的实施架构 \ 16

第一节 创设多元运动环境, 支持幼儿多元的运动体验 \ 17

一、创设封闭性、半开放性、全开放性多元的环境 \ 17

二、投放高结构、低结构、非结构多元的材料 \ 20

第二节 开展形式多样的体育活动, 支持幼儿多渠道参与运动 \ 22

一、全班集体性教学活动 \ 23

二、小组性集体教学活动 \ 23

三、区域性体育活动 \ 24

四、亲子体育活动 \ 24	
五、生活中的运动 \ 25	
第三节 基于幼儿运动中多元的学习特点, 支持幼儿以多种方式参与运动 \ 26	
一、探索性学习 \ 26	
二、暗示性学习 \ 28	
三、挑战性学习 \ 31	
四、模仿性学习 \ 34	
五、合作性学习 \ 35	
第四节 实施多元教育评价, 支持幼儿富有个性发展 \ 37	
一、幼儿的观察评价 \ 37	
二、教师的观察评价 \ 40	
第四章 “享受运动 健康成长” 教学主张的实践效果 \ 46	
第一节 教师观念的变化 \ 46	
第二节 解读幼儿能力的提高 \ 47	
第三节 形成有效的教学架构 \ 47	
第四节 教学具有实效性 \ 48	
一、幼儿喜欢参加体育活动 \ 48	
二、身体素质得到提高 \ 48	
三、良好学习品质的形成 \ 49	
第五节 实现家园共育 \ 53	

下 编

“享受运动 健康成长” 教学主张的实施

第五章 支持幼儿主动参与运动的策略 \ 57

第一节 关注幼儿的年龄特点 \ 57

一、依据小班幼儿的年龄特点创设环境，开展富有游戏性的体育活动
\ 57

二、依据中班幼儿的年龄特点创设环境，开展富有探索性的体育活动
\ 59

三、依据大班幼儿的年龄特点创设环境，开展富有挑战性的体育活动
\ 60

第二节 关注幼儿的生活经验 \ 61

一、玩具中的运动教育元素 \ 61

二、影视文学作品中的运动教育元素 \ 62

三、幼儿对社会事件关注中的运动教育元素 \ 62

第三节 关注幼儿的情感需求 \ 62

一、自我成功感的建立 \ 63

二、挑战自我的愉悦 \ 64

第四节 关注幼儿的运动氛围 \ 65

一、师幼间的运动氛围 \ 65

二、同伴间的运动氛围 \ 66

第五节 关注幼儿的经验交流 \ 67

一、现场展示交流 \ 67

二、影像展示交流 \ 67

第六节 关注幼儿自主创设运动环境 \ 68

一、支持幼儿创设持续变化的运动环境 \ 68

二、引导幼儿创设多样化的运动环境 \ 69

三、确保幼儿自主创设运动环境安全 \ 70

第六章 提高幼儿身体素质的策略 \ 72

第一节 以幼儿身体素质为切入点, 实施教学 \ 73

一、测查幼儿身体素质发展状况 \ 73

二、选择发展身体素质的运动内容 \ 74

三、选取运动的渠道 \ 79

四、效果检测 \ 80

第二节 以幼儿基本动作的发展为线索, 开展体育活动 \ 81

一、动作与身体素质的关系 \ 81

二、动作与幼儿年龄发展的关系 \ 82

三、围绕某一基本动作开展多种形式的体育活动, 提高幼儿的身体素质 \ 83

第三节 幼儿在与器械的有效互动中, 提高身体素质 \ 87

一、根据幼儿动作形成的不同阶段创设环境 \ 88

二、场地的运用、材料的提供追随幼儿运动能力的发展 \ 89

第四节 在多样化的活动中, 提高身体素质 \ 91

一、在生活中开展运动, 提高身体素质 \ 91

二、通过韵律活动开展运动, 提高身体素质 \ 92

三、在户外游戏中渗透运动目标, 提高身体素质 \ 93

第七章 “享受运动 健康成长” 教学主张的案例 \ 94

第一节 器械类 \ 94

大班体育活动: 玩转“面条棍” \ 95

大班体育活动: 自选器械自主玩 \ 108

小中大班体育活动: 不同年龄的幼儿玩长凳 \ 120