

幼儿基本体操

科学论文选集

李尚棠



(一九九一年——一九九四年)

中国关心下一代工作委员会幼儿基本体操促进会编

人民体育出版社

301579

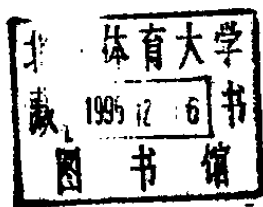
G831-53

T3/19/24

幼儿基本体操科学论文选集

(1991—1994)

中国关心下一代工作委员会
幼儿基本体操促进会 编



人民体育出版社



北体大 B00072138

(京) 新登字040号

图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿基本体操科学论文选集: 1991~1994/中国关心下一代工作委员会幼儿基本体操促进会编; 岳大川等著.-北京: 人民体育出版社, 1995

ISBN 7-5009-1197-1

I. 幼… II. ①中… ②岳… III. 学前儿童-体操-学术会议-文集 IV. ①G613.7 ②G831

中国版本图书馆CIP数据核字 (95) 第04803号

人民体育出版社出版发行
河北定兴印刷厂印刷
新华书店经销

787×1092毫米 32开本 13.625印张 200千字
1995年6月第1版 1995年6月第1次印刷
印数: 1—2,200册

ISBN 7-5009-1197-1/G·1105

定价: 11.00 元

社址: 北京市崇文区体育馆路8号 (天坛公园东门)
电话: 5113708 (发行处) 邮编: 100061
传真: 7916129 电挂: 8474
(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行处联系)

责任编辑 刘 沂

主 编 岳大川 刘 英 李世铭

编 委 李国英 陈蒂侨 陈碧英 刘以珍

编 者 的 话

以增强体质为主要目的的幼儿基本体操，是近几年发展起来的幼儿体育领域中一个新项目。全国幼儿基本体操表演活动，是在我国各级领导及广大幼教工作者的大力支持下，才逐步在全国范围内开展起来的。由于此项运动起步晚、事业新，有关这方面的资料相对较少。为此，幼儿基本体操促进会的领导为了使幼儿基本体操实践活动与理论同步进行，向着更加科学与健康的方向发展，预防理论落后于实践，在开始阶段就把开展幼儿基本体操的科学研究工作放在非常重要的位置，并在每次表演大会期间，同时举行幼儿基本体操科学研讨会，进行论文报告。为了将各地良好的教学、训练成绩和科学研究成果进行交流，达到相互学习和借鉴的目的，我们把1991—1994年以来入选科学研讨会的部分优秀论文编辑成册，出版此论文专辑，其目的是推广有关科研成果，介绍开展幼儿基本体操活动的经验，进一步推动开展幼儿基本体操的群众性科学研究工作，为提高教学和训练水平提供科学理论依据。

我们在本书中收集了各地论文共67篇，提供有关科学研究的参考资料共9篇。鉴于此项工作开展时间短、理论水平和经验不足，难免有不妥之处，望广大读者批评指正。

在此，我们仅对所有参加科学研讨会的同志、积极进行幼儿基本体操科学研究工作的同志、为幼儿基本体操活动的

开展做出努力的幼教工作者和体育工作者，一并致以谢意。

编者

1994年12月

认识不断深化 水平不断提高

——开展幼儿基本体操五年回顾

中国关心下一代工作委员会幼儿基本体操促进会

全国性的幼儿基本体操活动开展至今已经四年了。四年来，在全国体操界朋友们大力支持和幼教工作者的积极参与下，参加这项活动的队伍不断扩大。随着各地幼教老师基本体操教学水平的提高，基本体操的技术水准也不断地提高。随着专业科研和群众性科研活动的开展，对开展这项活动的意义，在认识上也不断地深化。这项有益于幼儿身心健康的活动受到了广大幼教工作者的普遍重视和广大家长的欢迎，也引起了国际体操界的广泛重视，这项活动走向世界已指日可待。

一、对祖国未来的共同关心，是这项活动广泛、快速发展的基础

鉴于我国少年儿童的体态、素质发展的落后，在全国开展幼儿体操活动先进省、市经验的启发下，1990年举办了北京市首届幼儿体操邀请赛，共有11个单位160名幼儿园小朋友参加了表演。

我们的目的是通过这项活动，在广大幼儿园里进行一次深入的发动，以积极体育锻炼的方法，防止儿童“小胖墩”、

“豆芽菜”体形的发展，提高幼儿园里的体育教学水平，也为我国的竞技性体育尽早地发现一批人才。

在成功地举办了北京市首届幼儿基本体操邀请赛后，我们倡议举办全国“幼儿基本体操表演大会”。这一举措得到了全国体操界和社会各界有识之士的热烈响应和积极的支持。国家体委体育发展公司承担了大会的全部经费，北方交通大学承担了全部的接待任务，北京儿童医院派出了随队保健医生等。在各方面的大力支持下，“第一届全国幼儿基本体操表演大会”于1991年“六一”节期间在北京胜利举行。国家副主席王震出席了闭幕式并讲话、为优胜者发奖，国家体委、广播电影电视部、全国妇联、宋庆龄基金会、北京市的一些领导也出席了大会的开、闭幕式。从此以后，在体育发展公司、天津手表厂、首都奥星发展促进会、香港中建集团、北京华腾体育信息咨询服务中心、中国包装技术协会、太平洋保险公司等单位大力支持下，使这项活动成为每年“六一”期间的一项传统的、全国性的幼儿体育赛事活动。

参加单位从第一届15个单位的218名小朋友，发展到第四届15个省、市、自治区、解放军、四个行业体协（电力、前卫、火车头、机电）、三大院校（北大、北方交通大学、中国农科院）的28个基层幼儿园的400名学龄前小朋友。

此外，幼儿基本体操事业的发展，也曾得到中央顾问委员会、广播电影电视部、北京市体委、宋庆龄基金会体育促进会、北方交通大学、北京铁路局、中国少年儿童活动中心等单位领导的大力支持和帮助，使我们的工作得以顺利开展，事业逐年兴旺。

1993年2月，中国关心下一代工作委员会在审视了我们几年来的工作情况后，批准成立了“中国关心下一代工作委

员会幼儿基本体操促进会”，使这一项活动纳入中国关心下一代工作委员会的工作范畴。

历届的表演大会，都受到各种传播媒体的重视，给予大篇幅的宣传报道，前三届被列入中央电视台的“新闻联播”和中央人民广播电台的“新闻和报纸摘要”。1994年的表演大会，经联合国第四次世界妇女大会中国组织委员会宣传动员委员会批准，列为迎接世界妇女大会的宣传动员内容，称为《迎接1995年第四次世界妇女大会全国幼儿基本体操表演大会》。因此，宣传、报道的范围就更广泛了（新闻发布会有22个单位的51名记者参加），中央电视台、中央人民广播电台国际台播发了新闻；新华社发了通稿；各大报纸都发了新闻或报道；美联社记者也进行了采访。正由于宣传报道的面广，更引起社会上各方面的关注和支持。如一些厂矿企业提出了“抓一个孩子，解放两个职工”的口号，把这项活动的开展作为企业精神文明的建设、贯彻优生优育政策的一个重要工作，积极参加省、市选拔和全国性表演大会。在“为了孩子们健康全面地发展，为了体育事业的后继有人”的口号下，领导和群众愿意看，企业愿意解囊支持。有了领导的关怀和重视，有了广泛的群众基础，有了资金赞助，更是有了一批甘于奉献的骨干。全国幼儿基本体操表演大会才办得一年比一年好。

幼儿基本体操表演活动之所以受到各方面的关怀与重视，很重要的一点就是：参与的各方有着相同的共识：这是一项关系到子孙后代的身心健康、关系着21世纪我国人民形态素质的“希望工程”，是尽早发现和培养下一世纪体育人才的重要手段。

二、科研工作先行保证了幼儿基本体操活动健康发展

为了保证幼儿基本体操事业沿着科学与健康的方向发展，力争做到实践与理论相结合。在这项活动开展初期，由于认识上的不同，一些人对在幼儿园开展这项活动，持有异议。为了把这项活动的发展建立在科学监督的基础上；为了不断地总结经验，我们从第一届表演大会起，就建立了由运动训练学、运动心理学、运动解剖学、运动生物化学、儿童医学、体育情报学等方面的专家、学者组成的科研小组。在表演大会前和表演进行中，对孩子们进行了身体发育情况、形态素质指标、运动中心率、血乳酸、血红蛋白变化、骨矿含量和各项心理指标的测试。几年来，积累了数万个科学数据，为这项活动的健康发展提供了可靠的科学依据。

实践使我们认识到，高水平的学生来自高水平的教师。因此，在我们举办的各种幼儿教师基本体操培训班中，将科研手段和方法都列入教学内容，旨在培养幼教工作者的科研能力。在每次全国表演大会期间，都要举行幼儿基本体操科学报告会，发动广大幼教工作者、学生家长撰写论文参加报告。四年来，共收到论文71篇，其中19篇被评为一等奖，19篇被评为二等奖，29篇被评为三等奖。

群众性科研活动开展的结果，一是为这项活动的开展积累了大量的科学数据，更重要的是培养了基层幼儿园教师的科研意识，教会她们科研方法。每年论文报告会的评奖活动提高了幼儿教师参加科研活动的积极性，论文的质量也年年提高。

三、坚持“在普及基础上的提高，在提高指导下的普及”

为了推广这项运动的广泛普及，我们采取了以下措施：

1. 制订修改“幼儿基本体操规则”。

为了引导幼儿基本体操进一步的开展与普及，为了遏制过分追求动作难度的倾向；为了在评分方法上更科学、准确、无偏差，特于1992年集中了几名经验丰富的体操国际裁判和专家学者，编制了《幼儿基本体操评分规则》（试用），其中规定了十个必做的动作。经过实践又进行了一次修定与增删，于1993年出版了《幼儿基本体操评分规则》，从而防止了幼儿基本体操追求竞技化、难度化的倾向，引导着幼儿基本体操活动朝着正确的方向发展。

2. 编制了不同类型的幼儿基本体操以促普及。

为了培养幼儿“站有站相，坐有坐相”，“举止有度，横平竖直”，于1992年特组织了几位体操专家和学者，编制了五套不同类型的幼儿基本体操。当在中央电视台播出后，曾引起各地区广大幼儿园的兴趣，掀起了一个幼儿基本体操表演的热潮。当年和次年的“六一”节期间，从北京到地方的电视台节目中，到处可见幼儿文体表演中的体操表演。这正是我们开展这项活动的主要目的之一。

这五套操在编制和实验过程中，曾得到北方交通大学幼儿园、石景山实验幼儿园、总政治部幼儿园以及北京铁路局第一直属幼儿园的领导和教师的支持、协作，付出了辛勤和汗水，以最短的时间，完成训练和拍摄工作，取得了成功。

四、培训教师是提高教学能力和水平的关键

提高幼儿基本体操的教学能力，是不断提高训练和教学最重要的措施。我们和宋庆龄基金会体育促进会、北京市体操协会，曾于1990—1994年四次举办了地方、铁路系统和全国性幼儿基本体操教师学习班，教给她们教学、训练、保护帮助、科研方法、裁判规则等教学内容和方法，以及在特

殊情况下应采取的措施等，使她们多掌握一门全面育人的手段，弥补幼儿园体育教材的不足。因此受到幼教老师的欢迎。

几年来，共培训了160名学员，她们来自全国各地（台湾、西藏除外）。这些教师回原单位后，积极开展幼儿基本体操的活动，成了组织、宣传、实践、开展此项活动的主要力量，从而使幼儿基本体操的教学、训练逐步科学化、系统化，并不断地提高了教学质量和训练水平，对此项活动的开展起了推动的作用。

此外，还加强了幼儿园和少年体校的联系，扩大了少年体校的选才面，对于我国竞技体育体制的改革也甚为有利。开展幼儿基本体操还可“一箭双雕”，既使幼儿获得全身心的发育，又为国家培养未来的体育人才。现国家队的女队员和雪梅，就是十年前在云南楚雄彝族自治州中心幼儿园练幼儿基本体操而培养出来的（云南开展幼儿基本体操已有十年的历史了）。

五、各地体操工作者是开展这项活动的骨干力量

各省、市、自治区体操协会、体操队的同志们是大力支持搞好这项活动的骨干力量。我们是受到云南、陕西、四川等地开展幼儿基本体操先进省的启发，才搞起这项活动的。我们举办全国活动的倡议，得到了各地协会的支持，各地的体操教练员是各地举办学习班的教学力量，他们也是各地的幼儿基本体操表演大会的组织者。他们对各基层幼儿园代表队进行了认真的选拔，是他们派出教员辅导，提高了参加表演大会各幼儿园的表演水平，使全国表演大会越办越精彩。一些省、市已在筹建本省、市的“关心下一代工作委员会幼儿基本体操促进会”。我们预祝各地的幼儿基本体操运动更

加蓬勃地发展。

全国幼儿基本体操表演大会的表演水平越来越高，随着各国友人的参观和各种传媒的宣传，这项高瞻远瞩、有益于儿童身心全面发展的项目——幼儿基本体操活动，正受到国际体育界的重视。我会陆续收到了波多黎各、澳大利亚、美国等国的邀请，希望我会派队出访示范。

1994年世界技巧锦标赛于10月下旬在北京举行。在开幕式上，由山西省长治钢铁总公司幼儿园表演的幼儿基本体操，获得很大成功。广大观众和参加国际技巧比赛的运动员、教练员，不时地为小朋友们的精彩表演长时间地鼓掌，并频频拍照。幼儿基本体操这项活动必将迅速地走向世界，这对加强各国民间交往，宣传我国的优生优育政策，都有着重要意义。

为了孩子全面健康发展，为了体操事业后继有人，让我们共同努力把幼儿基本体操活动更加广泛地开展起来吧！

1994年12月

目 录

幼儿基本体操对身体机能和身体素质的影响

在幼儿中开展基本体操可行性的初步研究……………(1)

四至六岁半儿童完成基本体操练习的心率分析……………(13)

幼儿基本体操表演过程的遥测心率分析……………(19)

幼儿基本体操比赛规则的研究……………(24)

幼儿基本体操运动对机体影响的调查与分析……………(29)

幼儿基本体操活动中部分身体形态指标的初步研究
……………(36)

幼儿基本体操训练对幼儿身体素质影响的初步研究
……………(48)

基本体操训练对幼儿部分身体指标影响的初步探讨
……………(55)

探讨幼儿体操促进儿童形态、机能素质、骨骼及思
维的变化……………(65)

幼儿园开展基本体操的实验研究报告……………(74)

幼儿体操运动与营养供需关系的初步探讨……………(82)

体操幼儿班与美术班、声乐器乐班幼儿生长发育比
较分析……………(85)

心理影响与心理素质

体操练习与儿童心理发展关系的调查分析……………(88)

参加基本体操练习对幼儿心理发展影响的探讨……………(94)

对幼儿基本体操运动员几项心理指标的研究·····	(100)
幼儿体操是“培养社会主义建设人才”的一项育雏 工程·····	(115)
幼儿体操与幼儿心理发展·····	(118)
少儿体操跟踪——从两年实践谈起·····	(123)
由“小皇帝”变为“小主人”·····	(127)
对幼儿基本体操组监测的结果及其启发·····	(130)
浅谈幼儿体操训练中注意品质的发展与培养·····	(134)
幼儿基本体操对幼儿身心发展的影响初探·····	(137)
幼儿基本体操的科学训练对其心理发展影响的探讨 ·····	(142)
试论在体操训练中对幼儿意志品质的培养·····	(147)
幼儿体操活动给我园带来了生机·····	(150)
浅谈幼儿基本体操与儿童社会化·····	(153)
浅议运用复杂知觉规律指导幼儿基本体操训练的积 极作用·····	(159)
基本体操训练有利于幼儿意志品质的培养·····	(165)
教学与训练	
幼儿基本体操教学原则初探·····	(170)
幼儿基本体操训练·····	(174)
在幼儿园普及幼儿基本体操教学与训练·····	(180)
幼儿基本体操教学方法初探·····	(189)
幼儿基本体操教学与训练程序的研究·····	(195)
幼儿体操教学要突出“基本”两个字·····	(199)
幼儿基本体操训练中培养美的意识初探·····	(202)
基本姿态从小抓起则终身受益·····	(209)
探讨幼儿基本体操运动的进一步深化与提高·····	(212)

幼儿基本体操启蒙训练的初探·····	(215)
从裁判角度谈幼儿基本体操成套动作的编排·····	(219)
对幼儿基本体操训练原则的初步研究·····	(224)
浅谈结合幼儿基本体操教学的特点实施快乐教育 ·····	(232)
创设适宜训练环境提高幼儿体操训练效果·····	(236)
如何创编幼儿基本体操·····	(242)
幼儿基本体操练习的几点体会·····	(245)
浅谈幼儿体操短期教学·····	(249)
浅议幼儿园的正常体操训练·····	(252)
关于幼儿基本体操表演音乐选择的几点看法·····	(255)
浅谈如何练好幼儿基本体操·····	(259)
组织领导与管理	
坚持不懈努力开展幼儿体操训练为发展彝州体操事 业作贡献·····	(266)
宝鸡市幼儿园的体操工作汇报·····	(272)
北方交通大学办起幼儿体操班·····	(280)
昆钢幼儿园体操专项的建立与发展·····	(285)
全面开展幼儿基本体操活动·····	(288)
辛勤汗水 无私的奉献·····	(291)
浙江省温州市电业局幼儿园情况汇报·····	(294)
5—6岁幼儿基本体操活动的尝试·····	(297)
全面开展幼儿基本体操(摘要)·····	(301)
幼儿基本体操训练的社会效益·····	(303)
基层幼儿园基本体操运动与五大影响因素的研究 ·····	(311)
靠普及奠定基础抓提高促进普及·····	(319)

健身要从幼儿抓起·····	(324)
精心培育幼苗一切为了孩子·····	(329)
为幼儿体操事业奉献青春·····	(332)
执着地追求无私地奉献·····	(335)
不断探索·····	(338)
开展幼儿基本体操中诸多积极因素和良性循环的研究·····	(340)
浅谈提高幼儿教师素质的重要性·····	(343)
参考资料	
前苏联6—7岁儿童具有训练目的的体操课的教法建议·····	(345)
前苏联幼儿体育科研工作点滴情况介绍·····	(358)
学前体育教育组织的新形式及干部培养问题·····	(368)
六岁儿童技术动作教学的最佳负荷量安排·····	(370)
幼儿人体测量方法简介·····	(371)
国外学前教育发展动态·····	(386)
体育运动心理学研究中测验的方法学问题·····	(394)
有关撰写论文的几点建议·····	(414)
有关幼儿基本体操科学论文报告会论文选题参考·····	(416)