

以“健”为基，铸“五育”之魂

——成都教科院附属幼儿园“五育并举”视域下的体育活动课程实践

唐学军

(成都教科院附属幼儿园, 四川 成都 610036)

摘要: 幼儿园的一项重要任务是帮助幼儿实现德、智、体、美、劳这“五育”的全面发展,这对于幼儿的未来成长至关重要。“五育并举”是新时代的教育理念,倡导“五育”之间深度融合,发挥教育活动的最大教育价值。因此,本研究选择以“五育并举”为研究视角,探讨幼儿园的课程实践,本研究以幼儿园体育活动的课程建设为抓手,提升幼儿身体素质和运动能力,促进幼儿的全面发展。

关键词: 五育并举; 体育活动; 课程建设

五育并举的教育方针在2019年7月,中共中央、国务院印发的《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》中明确指出:“坚持五育并举,全面发展素质教育,突出德育实效,提升智育水平,强化体育锻炼,增强美育熏陶,加强劳动教育。”这一教育方针的确立,让我们思考:在幼儿园的启蒙阶段,教育者应该如何理顺“五育”各要素的关系?如何发挥“五育”各要素的独特价值?如何以幼儿园体育为抓手,进而为实现“人的自由全面发展”做好铺垫和启蒙。基于以上问题,结合《3-6岁儿童学习与发展指南》《幼儿园工作规程》,我园结合幼儿园实施体育教育方面进行科学探索,探索了一些初步的思路和做法:通过提升体育教育质量,加强幼儿体育锻炼,切实增强幼儿体质,来健全幼儿人格品质,促进幼儿身心全面和谐发展。

一、五育并举视域下幼儿园体育的价值审视

毛泽东曾在《体育之研究》就提出:“欲文明其精神,先自野蛮其体魄”,习近平总书记也在2020年讲话中强调:“文明其精神,野蛮其体魄”,“野蛮其体魄”就是强身健体。因此,我们将体育教育作为孩子在幼儿园阶段“五育并举”启蒙教育的主抓手,幼儿园也将“五育融合”纳入幼儿园的重点工作。

我们认为,五育并举,体育是基础,它是其他四育和谐发展的先决条件,是素质教育和精神文明建设中的重要内容,体育教育可以促进幼儿的生长发育,使其体格健美、身体健康,让幼儿有充沛的精力学习,当幼儿掌握体育知识后,可以促进良好思想品德行为和生活习惯的形成,为他们将来能获得高质量的生活奠定基础、创造有利的条件。

以体育教育为切入口和抓手,可以发挥多种教育方式和教育领域的作用,可以“以体立德、以体启智、以体育美、以体促劳”调动、整合教育教学资源,激发“五育”的教育功能,彰显全人发展目标的独特价值。

二、五育并举视域下幼儿园体育活动课程构建与实践

成都教科院附属幼儿园秉承“为孩子的美好,培养美好的孩子”的教育理念,“育人在游戏活动中,成长在自然生活中”,整体构建“五育并举”的幼儿发展目标,不断完善幼儿园“健智品”育美课程体系,打造“小种子,大教育”的“田园、花园、乐园、家园”的美好文化,实现五育融合,让幼儿在丰富多彩的活动中成长。

(一) 构画——搭建四育课程活动体系

在课程建构方面,主动把握幼教改革方向,迎接机遇与挑战,坚持以儿童为本,遵循教育规律,营造自然环境,确定了以儿童“健康发展”为首要的育人目标,并且围绕“健康”的课程目标,搭建了“食育、体育、心育、劳育”活动体系,整体建构“健智品”育美的园子课程。

1. 食育活动:通过市级课题《新冠疫情下幼儿园食育活动的实践研究》我们发现体育与食育二者关系紧密相连,食育是体育的基础,但同时体育也是食育的“强心剂”,二者之间的紧密联系与良性互动乃是幼儿园体育活动中的重要内容。食育即饮食教育,简单地说,就是良好饮食习惯的培养教育。它包括“食育与教育”,是指通过膳食平衡、饮食安全、饮食行为、饮食文化的教育,树立科学膳食理念,让幼儿养成良好饮食习惯,正确地选择食物,使自己的食物更加符合营养要求。

(1) 食育主题活动:各班级积极开展食育主题活动,在探索班本化食育课程的路径中,适当与户外种植区植物进行联动,结合班级幼儿年龄特点与幼儿身体发育现实表现,帮助幼儿形成正确的饮食认识,培养幼儿养成健康的饮食习惯,增进幼儿对“食”的理解。

(3) 食育体验式活动:从幼儿园食育工作坊、节日节气食育活动、班级植物角、户外种植体验区、幼儿家庭微种植几个方面让幼儿亲身体验蔬果的生长过程,体验劳动的艰辛、食物的来之不易,培养幼儿节约粮食的好习惯以及认识各种有营养的时令水果蔬菜。

(3) 家园参与式食育活动:家庭是幼儿食育活动开展起点,家长们始终是幼儿的食育老师。通过食谱宣传与征集活动,提升家长对幼儿食育的重视,以“科学制谱,健康饮食”的理念为主导。家园携手,共促幼儿养成良好饮食习惯和健康身体的形成。

2. 体育活动:以幼儿体格分析为基础,纵横综合分析每月幼儿身高、体重发育情况,重点关注消瘦儿及肥胖儿等身体发育特殊儿童,并结合幼儿生长年龄特点找准发育要求,设置体育活动促进幼儿身体发育。

(1) 探索“1+1模式”下园本户外体育游戏:此模式是我园正在尝试研究的方向,“1+1”模式指每日全园开展50分钟的“户外自主体育游戏”和“户外体育教学游戏”。“户外自主体育游戏”以区域性自主游戏为主,现阶段开设了攀爬区、骑行区、平衡区、综合体能区、球类运动区、沙池区、野战区等,并生成出“四玩日”:同伴合玩日(每日一次),师幼探玩日(每周一次),师师研玩日(半月一次),亲子游玩日(每月一次)。户外体育教学游戏是结合走、跑、跳、攀爬、平衡等八大基本技能及各年龄段运动核心经验和目标,以班级为单位设置活动。两者相互促进、相互补充,最终落脚于园本户外体育游戏的开展。使之成为具有“三性特点”的园本户外体育游戏场景,共促幼儿健康成长。

(2) 运动月主题活动:遵循幼儿的兴趣,设计符合幼儿身心发展的体育游戏,围绕篮球、足球等大球类运动及幼儿体操、跳绳等项目,横向以结合五大领域为主,纵向以各年龄为轴,以月为单位让幼儿全面的、多元的、充分的感受体育之趣。

(3) 趣味足球嘉年华: 我们认为幼儿园的足球活动是用足球做载体, 让幼儿在游戏中去感知运动品质, 提升运动能力, 享受运动乐趣, 实现运动技能协调发展的真正价值所在。不仅促进幼儿与同伴间的交流合作与团结精神, 让他们锻炼受挫能力, 学会规则、理解、宽容、自信, 运动中学习, 在快乐中成长!

(二) 优化——优理念、改方式、活评价

我们制定了课程目标达成的评价指标即: 让孩子做到“四个一”, 即每天体育锻炼不低于一小时, 掌握一种运动技能特长, 会看会讲一种比赛规则, 会分享一种快乐运动。

1. 在以体育立德方面, 践行趣味运动之路, 塑造优良品质之魂

“以体育立德”: 体育活动和游戏可以通过小组合作培养孩子协同、合作的团队精神; 培养幼儿勇于顽强、勇于拼搏的精神; 养成严肃认真、一丝不苟的实事求是精神; 培养幼儿积极进取、活泼开朗的性格, 增强集体荣誉感、锤炼意志品质。

我们在开展幼儿体育运动的过程中, 教师尽量利用多元化的教学思想, 利用个人运动、集体运动等形式多样的方式开展。在运动中蕴藏着生动的德育契机, 教师引导幼儿爱护器械场地; 有序参与活动; 保护同伴和相互帮助; 理解并遵守游戏规则等, 从而形成遵守规则、团结互助、勇敢顽强等良好品德。在集中教学活动教师会有意识地在集中教学活动中, 对幼儿解决问题的能力、表达能力、交往合作能力、规则意识和秩序感各方面及时地嵌入德育培育, “润物细无声”地凸显德育价值。

2. 在以体育启智方面, 萌发运动技能之气, 创造无限想象之力

“以体育启智”: 运动不但能够有效地滋养人的精气神, 还能促进人的智力发展, 幼儿在3-6岁的记忆力、想象力极为丰富, 创造力较强, 体育活动可以增长孩子的健康知识, 学会体育技能, 体会运动的节律和规律, 我们十分注重材料、语言等活动环境, 让孩子首先认识材料、了解材料的用途和游戏的玩法, 讲解安全规则, 发展幼儿正确运用身体感官和语言交往的基本能力, 增进其对环境的认识, 从而发展孩子的认知能力、理解能力、记忆能力和自我管控能力。我们将体育活动分为“静态活动”和“动态活动”, 利用雨天模式和雾霾情况下在活动室和午睡室、走廊楼梯等场地, 运用物资及空间开展室内体育游戏、艺术体操、柔韧翻滚及钻爬技能等体育锻炼, 从而开发幼儿的智力和创造力, 提升幼儿思考问题和解决问题的思维能力, 同时培养幼儿的规则意识和竞争精神。

3. 在以体育美方面, 内化审美感知于心, 外化运动之美于行

“以体育美”: 体育本身还具有审美特征, 体育与美育紧密相关, 幼儿教师可以通过体育游戏和活动的设计融合形体美、创造美及艺术美等多项内容, 提高幼儿对美的事物感受、鉴赏与表达能力, 促使孩子形成审美意识、审美方法和审美情操, 为孩子的审美发展打下良好基础。

在幼儿早操的背景音乐编辑方面, 精心选曲, 融合音乐的动感及艺术效果, 在动作编排方面, 增加篮球、艺术体操、舞蹈的元素, 使得队列呈现具有一定的美感, 让幼儿在每天的训练中得到美感的熏陶, 在早操的器械提供方面, 如: 绸带、响筒、藤圈、彩棒等, 以此体现运动与艺术的联姻之美。

我们设计各种体育趣味活动, 在活动中关注并支持幼儿饰演各种角色, 这样既能使游戏顺利进行, 幼儿又能在游戏中成功地履行各个角色的义务和责任, 逐渐形成幼儿的自觉行为, 成为一种幼儿与幼儿关系中的积极情感依赖和情感支持, 让幼儿在体育趣味活动的状态中, 爱自己、爱他人, 以此做到体育与生活和社会的融入之美。

4. 在以体促劳方面, 汲取生长奥秘之经验, 就地取材之能动

“以体促劳”: 提高幼儿的劳动能力要从体育入手, 以体促劳是劳动教育的有效手段。一方面, 体育可以锻炼强健的体魄, 为幼儿有效劳动以及提高其生活和生存能力, 打下身体基础; 另外, 可以培养幼儿不怕苦、不怕累、敢于拼搏的意志品质; 第三, 所有养成的习惯都是相通的, 这包括孩子规则意识、安全意识的建立、良好品质的形成, 运动习惯和劳动习惯的建立等等, 这些习惯的建立相辅相成, 互相成就。

幼儿每次体育活动前, 都会在教师的带领下, 创设一定的情境, 自己搭建体育锻炼的活动场景, 体育活动结束后, 幼儿协作共同完成收拾整理体育器械材料。另外, 幼儿园每周五下午开展体育大劳动, 各年龄段幼儿自带劳动工具参与其中, 充分感受体育劳动的快乐与满足。

我们利用食育课程中的“食育工作坊、节日节气食育活动、班级植物角、户外种植体验区、幼儿家庭微种植”活动形式, 结合一年四季、二十四节气的自然变化, 让幼儿亲自参与种植蔬菜水果的生长过程, 用体育锻炼中培养出来的大小肌肉、平衡等运动技能, 浇水、拔草、种土豆、掰玉米、刨花生、挖红薯、摘樱桃、爬树摘梨子、搭梯摘桃子、推车运堆肥、清洗收获的蔬菜水果、包饺子粽子、制作花式月饼、捏土豆泥等, 从而让幼儿体验劳动的艰辛、食物的来之不易, 获得劳动技能, 养成劳动习惯。

(三) 强化——教师体育技能注入

幼儿园教师会根据教师已有的运动特长, 进行自主选择职后体育专项培训(如经开区的幼儿体育研究联盟的培训和教研), 最大程度上激发教师的运动兴趣。幼儿园还帮助教师群体在小中大轮带的三年内必须掌握一项单人运动技能(跑、跳、投、游泳、瑜伽、体操垫上运动等)、一项双人运动技能(羽毛球、乒乓球、网球等)、一项集体运动技能(篮球、足球、排球等)。

三、幼儿园“五育并举”践行中需要延伸的问题思考

我们认为教育是面向人的, 而人是一个完整的机体, 每个孩子的成长都需要健康的体魄、健康的心理、蓬勃的生气, 所以, 在孩子3-6岁的年龄阶段, 我们以体育作为“五育并举”的突破口, 先夯实体育, 用体育带动另外四育的同时发展, 最终达成“五育融合”。

在“五育教育”中任何“一育”之所得所长, 都似乎意味着其他“四育”将有所损失, 如何解决“五育教育”力分散乃至割裂, 做到不是各育的简单拼凑, 而是实现“你中有我, 我中有你”生态自然的五育融合是需要幼儿园面对“长于智、疏于德、弱于体美、缺于劳”的幼儿园现状, 精心进行体育活动设计, 在活动设计中体现体育教育生活化, 游戏化, 科学化, 在课程中帮助幼儿在锻炼中“享受乐趣, 增强体质”, 将幼儿引导到大自然中和生活中去锻炼身体, 使得教师在活动设计中, 不去刻意追求技术动作, 而是通过活动养成幼儿与健康、快乐密切相关的一种生活方式, 可以让孩子享受运动的乐趣, 培养体育运动的精神, 从而最终为实现人的全面发展打下坚实的基础。

参考文献:

- [1] 肖浪, 唐心怡. 五育并举视域下学校体育的价值审视与课程实践[J]. 中国教师, 2021(04): 100-101.
- [2] 杨培明. 基于“大美育”理念的新时代学校美育认识与实践[J]. 教育研究与评论, 2021(01): 14-18.
- [3] 卢新冉. 五育融合视域下幼儿园食育课程建设的行动研究[D]. 河北师范大学, 2023.