

昌吉市幼儿园跆拳道项目开展现状研究

马 杰

乌鲁木齐市第六十三中学 乌鲁木齐 830019

摘 要: 通过对昌吉市幼儿园跆拳道项目开展基本现状的研究, 分析幼儿园跆拳道项目的开展在场地器材、学员、上课时间、训练内容、管理以及教练员态度情况等问题, 并对场地设施、教练及学员家长等进行调研、统计、分析, 并提出发展对策, 旨在促进昌吉市幼儿园跆拳道项目更加完善、合理化, 目的是为了昌吉市幼儿园的小朋友能够拥有一个健康快乐的童年, 同时为昌吉市幼儿园开展跆拳道项目的经营与管理提供理论与实践依据, 以促进昌吉市幼儿园跆拳道项目的进一步普及与持续发展。

关键词: 昌吉市; 幼儿园; 跆拳道

Research on the current situation of taekwondo project in Changji kindergarten

Jie Ma

Urumqi No. 63 Middle School Urumqi 830019

Abstract: Based on the research on the basic status of the kindergarten Taekwondo project in Changji City, this study analyzes the problems of venue equipment, students, class time, training content, management and coaches' attitude in the development of the kindergarten taekwondo project. and parents of students to conduct research, statistics, analysis, and put forward development strategies, aiming to promote the improvement and rationalization of Changji Kindergarten Taekwondo Program, the purpose is to enable the children of Changji Kindergarten to have a healthy and happy childhood, and to provide Changji Kindergarten at the same time. Carry out the operation and management of Taekwondo projects to provide theoretical and practical basis to promote the further popularization and sustainable development of Changji Kindergarten Taekwondo projects.

Keywords: Changji city; Kindergarten; Taekwondo

跆拳道的动作简单易学, 适合各个年龄的人群练习, 跆拳道运动能帮助培养幼儿的顽强、果断、自信、坚毅的品质, 提高幼儿身体的灵敏协调性记忆自控能力。通过各种踢腿、手臂的上格、下截、拉伸等动作, 使幼儿的肌肉和骨骼得到增强, 肌腱、韧带、肌肉的弹性得以提高, 从而增强幼儿的体力和柔韧性。根据国际权威机构研究, 从小参加跆拳道训练的人, 成年后比不参加训练的人平均高出 5-10 厘米, 因此跆拳道运动也是幼儿园开发和利用教育资源的措施之一, 为幼儿教育增添色彩, 促进幼儿全面发展。

1 昌吉市幼儿园跆拳道基本情况分析

1.1 学员年龄结构

根据调查显示, 昌吉市幼儿园参加跆拳道项目训练学员 4 岁一个月至 5 岁之间的学员占总跆拳道训练人数的 48%, 3 岁一个月至 4 岁之间的学员占总跆拳道训练人数的 26%, 5 岁一个月以上的学员占总训练人数的 19%, 3 岁的学员占总跆拳道训练人数的 7%。幼儿园的学生主要是 4 岁左右的孩子, 所以练习跆拳道的学员在 4 岁一个月至 5 岁之间较多; 3 岁一个月至 4 岁的学员年龄较小选择练习跆拳道相对较少; 5 岁以上的孩子因为即将步入小学

以至于选择练习跆拳道的孩子较少; 3 岁的孩子年龄太小, 所以选择的人数是最少的。为更好地发展幼儿园跆拳道项目应该多吸引 4 岁左右的孩子参加。

表 1 昌吉市幼儿园跆拳道学员年龄统计表 (N=100)

类别	选择人数	百分比 (%)
3 岁	7	7%
3 岁一个月至 4 岁	26	26%
4 岁一个月至 5 岁	48	48%
5 岁一个月及以上	19	19%

1.2 幼儿园跆拳道学员性别结构

根据调查显示。昌吉市幼儿园参加跆拳道项目训练学员男生占总跆拳道训练人数的 79%, 参加跆拳道项目训练的学员女生占总跆拳道训练人数的 21%。幼儿园跆拳道运动主要是男生的参与度比较高, 只有少数的是女生。应多吸引女生参加, 使男女选择人数平衡才能更好地发展这项运动。

表 2 昌吉市幼儿园跆拳道学员性别统计表 (N=100)

类别	选择人数	百分比 (%)
男	79	79%
女	21	21%

1.3 幼儿园跆拳道学员训练效果分析

昌吉市幼儿园跆拳道学员家长让孩子选择跆拳道运动的动机中,其中跆拳道学员的家长选择有礼貌占总跆拳道训练人数的 82%,跆拳道学员的家长选择胆子大占总跆拳道训练人数的 71%;跆拳道家长选择很有上进心不服输占总跆拳道训练人数的 69%;跆拳道学员的家长选择应变能力强占总跆拳道训练人数的 67%;跆拳道学员的家长选择愿意与人交流占总跆拳道训练人数的 63%。跆拳道学员的家长选择认真学习占总跆拳道训练人数的 56%。

1.4 幼儿园跆拳道学员家长对跆拳道认知情况分析

昌吉市幼儿园跆拳道学员的家长选择了解占总跆拳道训练人数的 67%,跆拳道学员的家长选择非常了解占总跆拳道训练人数的 24%,跆拳道学员的家长选择不了解占总跆拳道训练人数的 8%。这是由于跆拳道项目进幼儿园的时间较短,幼儿园及教练在宣传方面做得不是很到位导致家长对跆拳道运动关注度不是很高,所以今后幼儿园园长应该和教练多沟通加大宣传力度,将跆拳道运动推广下去,同时也让孩子们通过跆拳道项目多多锻炼,让孩子能够拥有一个健康快乐的童年。

表 3 昌吉市幼儿园跆拳道学员家长对跆拳道认知情况统计表 (N=100)

类别	选择人数	百分比 (%)
非常了解	24	24%
了解	67	67%
不太了解	8	8%
不了解	1	1%

2 昌吉市幼儿园跆拳道教练的基本情况分析

2.1 昌吉市幼儿园跆拳道教练员性别、年龄、学历、段位、教龄、工作态度分析

通过调查,昌吉市幼儿园跆拳道教练共 6 人,年龄在 22-27 岁之间。其中 5 人都是本科学历,一人专科学历;一人是黑带 3 段,一人是黑带 2 段,4 人是黑带一段;黑带三段的教练是 6 年,黑带二段是 4 年,黑带一段是 3 年;因为幼儿园跆拳道教练工作态度直接关系到家长是否选择让孩子学习跆拳道,关系到教练能否拿到教授的费用,所以教练都持认真负责的态度。

2.2 昌吉市幼儿园跆拳道训练内容分析

通过访谈了解到昌吉市幼儿园跆拳道训练内容依次是跆拳道国旗礼、教练礼、原地热身活动、徒手操、集体精神展示口号、马步冲拳、格挡练习、踢腿、游戏、体能、

下课学生向教练礼、向家长行礼,下课。

2.3 昌吉市幼儿园跆拳道品势训练分析

通过调研了解到昌吉市幼儿园跆拳道品势训练内容有:马步冲拳、下格挡、中格挡、上格挡、弓步格挡练习、品势前踢、太极一章,学的时间久的学生也有练习太极二章。

2.4 昌吉市幼儿园跆拳道竞技、体能及游戏训练内容分析

通过访谈了解到昌吉市幼儿园跆拳道竞技训练内容有:原地高抬腿、原地提膝练习、原地步伐练习、后手直拳练习、弹提踢脚靶等。体能训练内容有:屈腿俯卧撑、屈腿仰卧起坐、原地高抬腿、坐位体前屈等。游戏训练内容有:老鹰捉小鸡、骑跳跳球、击鼓传花、丢手绢等。

3 昌吉市幼儿园跆拳道相关设施基本情况

3.1 昌吉市幼儿园跆拳道场地设施情况分析

表 4 可知,昌吉市幼儿园跆拳道学员家长选择室内木地板占总跆拳道训练人数的 55%,跆拳道学员家长选择室内地毯占总跆拳道训练人数的 24%,跆拳道学员家长选择跆拳道正规垫子占总跆拳道训练人数的 21%。可见,幼儿园跆拳道训练场地大多都是室内木地板,正规跆拳道垫子很少。建议教练和幼儿园做好沟通,为孩子提供更安全更舒适的场地,防止孩子在训练过程中出现受伤的情况。

表 4 您孩子所在跆拳道训练场地情况统计表 (N=100)

类别	选择人数	百分比 (%)
跆拳道正规垫子	21	21%
室内木地板	55	55%
室内地毯	24	24%
室外操场	0	0%
其他	0	0%

3.2 昌吉市幼儿园跆拳道器材情况分析

表 5 可知,昌吉市幼儿园跆拳道学员家长选择脚靶占总跆拳道训练人数的 94%,跆拳道学员家长选择跳跳球占总跆拳道训练人数的 73%,跆拳道学员家长选择跳绳占总跆拳道训练人数的 47%,跆拳道学员家长选择放形靶占总跆拳道训练人数的 23%。可见幼儿园跆拳道训练只有脚靶的情况居多,缺少器材设施,这就极大地影响了学员的跆拳道技术发展。建议教练准备跆拳道所需器材,以至于小朋友们能够更好更全面地学习跆拳道技术。

(表 5 昌吉市幼儿园跆拳道器材情况统计表 (N=100))

类别	选择人数	位次	平均选择系数	百分比 (%)
脚靶	94	1	0.40	94%
跳跳球	73	2	0.31	73%
跳绳	47	3	0.20	47%
方形靶	23	4	0.10	23%
护具	0	5	0	0%
靶桩	0	6	0	0%
沙袋	0	7	0	0%
靶杆	0	8	0	0%
其他	0	9	0	0%

注：总人数：100 选择人数：237 单项平均值：2

6.33 总项目：9

4 昌吉市幼儿园跆拳道学员训练情况分析

4.1 昌吉市幼儿园跆拳道学员每周训练次数情况分析

表 6 可知,昌吉市幼儿园跆拳道学员家长选择两次占总跆拳道训练人数的 57%,跆拳道学员家长选择一次占总跆拳道训练人数的 19%,跆拳道学员家长选择三次占总跆拳道训练人数的 18%,跆拳道学员家长选择四次及以上占总跆拳道训练人数的 6%。可见,幼儿园跆拳道学员每周训练次数情况不是很理想,部分学员能够保持每周两次训练,训练的时间明显不足,这也是导致学员技术水平进步慢以至于没有机会打比赛。我们发现每周能够有四次训练时间的学员很少,教练应合理增加课程,而幼儿园也应积极配合教练,这样才能有效地提高训练效果。

表 6 昌吉市幼儿园跆拳道学员每周训练次数情况统计表 (N=100)

类别	选择人数	百分比 (%)
一次	19	19%
两次	57	57%
三次	18	18%
四次及以上	6	6%

4.2 昌吉市幼儿园跆拳道学员每次训练时间情况分析

表 7 可知,昌吉市幼儿园跆拳道学员家长选择一小时到一个半小时之间占总跆拳道训练人数的 63%,跆拳道学员家长选择半个小时到一个小时之间占总跆拳道训练人数的 37%。可知,幼儿园跆拳道学员的训练时间明显过少,对动作的练习和理解不够充分以及小朋友年龄小、

理解能力偏低是导致幼儿园跆拳道项目发展缓慢的关键。

表 7 昌吉市幼儿园跆拳道学员每次训练时间情况统计表 (N=100)

类别	选择人数	百分比 (%)
半个小时以内	0	0%
半小时到一小时	37	37%
一小时到一个半小时	63	63%
一个半小时以上	0	0%

5 影响昌吉市幼儿园跆拳道项目发展的因素分析

表 8 可知,昌吉市幼儿园跆拳道学员家长选择环境卫生差占总跆拳道训练人数的 83%,跆拳道学员家长选择教学内容单一占总跆拳道训练人数的 68%,跆拳道学员家长选择教练员水平低占总跆拳道训练人数的 57%,跆拳道学员家长选择辅助教学器材少占总跆拳道训练人数的 49%,跆拳道学员家长选择组织表演少占总跆拳道训练人数的 41%。可见,环境因素是最主要的,好的环境对学员练习以及学习兴趣起重要作用;教学内容太多单一决定学员学习跆拳道技术水平的高低;教练员在整个学习训练中占主导地位,教学方式以及能否带领学员取得优异成绩是直接影响跆拳道项目的发展;组织表演少直接影响孩子学习的激情及兴趣。建议教练员不仅要在孩子身上下功夫更要在自己身上下功夫,从而使昌吉市幼儿园跆拳道项目发展更加美好。

表 8 影响昌吉市幼儿园跆拳道项目发展的因素统计表 (N=100)

类别	选择人数	位次	平均选择系数	百分比 (%)
环境卫生差	83	1	2.43	83%
教学内容单一	68	2	1.84	68%
教练员水平低	57	3	1.54	57%
辅助教学器材少	49	4	1.32	49%
组织表演少	41	5	1.11	41%
收费过高	35	6	0.95	35%
地理位置不好	23	7	0.62	23%
场地限制	21	8	0.57	21%

学生上课 时间冲突	19	9	0.51	19%
领导不重 视	11	10	0.30	11%
其它	0	11	0	0%

注：总人数：100 总选择人数：407 单项平均值：37 总项目：11

6 结语

跆拳道对于儿童的身心健康发展大有益处,通过调查研究发现,昌吉市幼儿园跆拳道发展有一定的优势,但同时也存在诸多问题。在今后的发展中建议昌吉市幼儿园跆拳道教练应该和昌吉市的幼儿园多多联系,为幼儿园跆拳道项目发展创造更多的条件。昌吉市幼儿园发展跆拳道项目应该在新学期招生的过程中,对女小朋友的家长多进行宣传,使男女生的比例达到均衡;教练多安排一些适合幼

儿身体发展的项目进行练习。除此之外,建议昌吉市幼儿园跆拳道教练员能将跆拳道运动的文化内涵更多地表现出来,通过道场的布置、教练员及学员之间的一些日常表现形式,来影响小朋友去热爱跆拳道运动中优秀的文化内涵,作为日后授课的过程中成为教学内容的一部分,尽可能地将优秀的文化和修养深入他们的内心中,并且带到他们的生活当中去,利用优秀的文化和修养来影响他们及身边的人,通过这种方式为幼儿园跆拳道项目的开展做出良好的宣传教育,以便于幼儿园跆拳道的扩大和发展。

参考文献:

- [1] 刘琪.韩国跆拳道项目的推广特点及其启示[J].当代体育科技,2015,5(13):209-210.
- [2] 范云.少年儿童跆拳道培养重点和方向初探[J].经营管理者,2014,(23):347.
- [3] 李涛,苏庆富.石河子市 5~7 岁幼龄儿童跆拳道训练现状及对策[J].当代体育科技,2016,6(13):18-19.