

# 以某幼儿园为例,浅谈幼儿园体育课程的优化策略

◆向令霞

(湖北工业大学幼儿园 湖北省武汉市 430068)

**摘要:**开展适宜的体育活动不仅能增强体质,更能促进神经发育。该园此前的体育课程存在课程文本相对陈旧,系统性不强,对一线教师课程实践的指导作用不明显,综合操基本不需要动脑筋,整套操节运动量较小;场地虽宽旷,但对幼儿体质体能发展促进不明显,幼儿体育活动并未得到有效开展等问题。近两年采取了合理规划建设户外活动场地,丰富体育运动器械,完善体育课程实施制度,加强师资培训等措施,有效保障了该园体育课程的落实,提升了体育教育质量,促进了幼儿动作水平和体质体能的切实提高。

**关键词:**策略;PCK;场地;器材;制度

《幼儿园工作规程》中指出,幼儿园的主要任务是“实行保育与教育相结合的原则,对幼儿实施体、智、德、美全面发展的教育,促进其身心和谐发展。”幼儿期身体生长发育迅速,新陈代谢旺盛。从医学角度看,开展适宜的体育活动能提高心脏的工作能力,加快血液循环,增大肺活量,使大脑皮层兴奋达到最高点。体育不仅能增强体质,更能促进神经发育。因此,体育在教育领域、孩子的成长过程中占主导地位,是幼儿全面和谐发展教育的一个重要组成部分。

此前,该园体育课程以《武汉市主题探究课程》中相对零散的少量体育课以及多年前的一项户外体育游戏研究成果《园本体育游戏方案》为课程实施文本,开展每周一次的集体体育活动以及每天的户外体育游戏活动。存在文本相对陈旧,系统性不强,对一线教师课程实践的指导作用不明显,幼儿体育活动并未得到有效开展等问题。每天固定时间进行的综合操主要由全国第一套广播体操《世界真美好》、自编的器械操以及编舞蹈韵律的韵律操组合而成。幼儿跟随领操教师做操,基本不需要动脑筋,整套操节运动量也较小,对幼儿体质体能发展促进不明显。

2014年9月以来,为进一步打造该园健康特色,该园采取了一系列的措施优化体育课程的组织与实施,以落实幼儿动作发展,促进幼儿体能提升,凸显该园健康特色。

**一、加强场地建设和器材提供,为体育课程的优化实施提供物质保障**

1.建设多样化的场地。

该园房舍居于园址中央,户外场地环绕于四周,两栋主楼中间各有一个较为宽阔的天井。针对园所户外场地特点,该园先后建设塑胶地、草地、沙土地、木板地、塑料悬浮地板等各种不同材质的场地,以方便开展各种类型的户外活动。塑胶地弹性较好,安全性高,环园一周的塑胶跑道利于幼儿开展大运动量的如跑、跳类的活动。有各种小坡的草田野趣盎然,适合开展走、爬类的活动。将攀爬架、悬垂架、悬索、滑索等器材场地和一片杉树林铺上沙土,能很好地保护幼儿在此类运动中落地的安全。瓷砖地、木板地、悬浮地板等相对较硬的场地适宜开展球类运动、平衡、钻以及各种运动小车等活动。北面的硬质操场是各年龄段幼儿每天轮流进行综合操的地方。

2.提供丰富充足的大、小型运动器械。

结合该园户外场地的布局及各种场地的特点,该园添置了与场地特点相对应的固定运动器材。比如,在东侧跑道边的平土地上添置了木质梅花桩、长达6米的钻爬笼;南面跑道旁沙土地上是各种攀爬架、悬垂架、悬索、滑索;西面跑道紧挨院墙,不适合设置运动器材,就将存放小型运动器材的木质器材房放置于此。

为方便老师们开展体育课程实践,该园在全园多个地方设置了体育器材收纳柜架,方便教师取用。采购了经过专业机构研发

的科学、耐用的,符合幼儿年龄特点及体能发展目标,能促进幼儿各种动作和身体素质发展的可移动式运动器械,为教师开展体育教学活动提供了有力的支持。

**二、建立完善体育课程实施制度,确保体育课程的有效落实**

为保证各年龄段幼儿体育活动有充足的时间和空间,保障课程的有序开展,该园以班级为单位划分了户外活动场地,能保证所有班级同时开展每周一次的集体体育教学游戏活动和每天的户外体育游戏活动;规划了各年龄段综合操的开展顺序。

1.集体体育教学及游戏活动。各年龄班体育教学活动每周安排1-2次。

2.综合操。小中大班在同一场地依次开展活动。

|             |             |                            |
|-------------|-------------|----------------------------|
| 10:10—10:45 | 小班综合操(9分钟)  | 模仿操、徒手操、器械游戏               |
|             | 中班综合操(11分钟) | 队列队形、器械操、体能锻炼、放松韵律         |
|             | 大班综合操(13分钟) | 队列队形(方位)、徒手操、器械操、体能锻炼、放松韵律 |

3.户外体能游戏活动。

| 时间 \ 班级     |    | 小班<br>(5个班)               | 中班<br>(4个班) | 大班<br>(3个班) |
|-------------|----|---------------------------|-------------|-------------|
| 10:30—11:20 | 周一 | 走跑游戏                      | 球类游戏        | 跳绳游戏        |
|             | 周二 | 跳跃、钻爬、平衡、投掷、跑等基本动作的分层游戏活动 |             |             |
|             | 周三 |                           |             |             |
|             | 周四 |                           |             |             |
|             | 周五 | 两周一次数级组体能游戏               |             | 每周年级组体能游戏   |

4.器械活动(自由自选活动)上午中餐前、下午起床后、下午离园前,幼儿根据自己需要自由自选器械活动。

**三、加强教师PCK系统培训,优化体育课程实施质量**

师资水平是一个幼儿园的核心竞争力,也是课程有效落实的关键因素。PCK是指有关学科内容的知识,有关学习者的知识,有关教学过程的知识。(Shulman, 1987)教师的PCK水平对优质体育课程的设计组织与实施至关重要。

该园在探索高效的集体体育活动(体育活动、体育游戏)的设计与实施过程中,通过自学幼儿园体育教学基本知识书籍并书面考核,开展体育教学观摩研讨,邀请知名幼儿体育教育专家加强教师对幼儿基本动作发展目标及体育活动组织方法培训,增强目标物化材料的准确性。先后进行了口令口哨、幼儿动作发展层次关系、高效综合操的设计等方面的培训,使教师们的幼儿园体育课程的学科知识体系有了明显完善。

她们在专家的指导下,调整了以前舞蹈韵律居多、运动量不足的综合操,构建了队形多样化、运动负荷合理的体能锻炼和基本动作发展的综合操,让幼儿有场地体操相互配合的意识,基本姿势到位标准、动作路线及活动部位规范,动作有力、动作幅度适当,相互配合协调。

体育教学活动中,开始注重幼儿实际发展水平及个体差异,体现因材施教。活动形式注重多样性、趣味性,保持幼儿活动的兴趣。尊重幼儿并能及时评价,让幼儿在掌握规定动作后,可根

据自己的主观愿望,运用自己已获得的知识、技能进行锻炼,激发幼儿积极思维。活动前后做到对幼儿体育活动提简单明了的安全要求,教育幼儿自我保护。

每天的户外体能游戏活动中开始关注器械投放符合幼儿年龄特点及体能发展目标,针对器械的不同设计了流动式、循环式、自由式及原地式等活动类型,将多种技能综合体现,使幼儿在户外活动中将各个技能得以巩固和练习。重点探索了通过游戏对幼儿的基本动作和体能进行巩固提升。关注游戏目标要具体要便于操作,包含的内容要全面,要从幼儿的年龄特征出发,培养幼儿关心集体、团结友爱、遵守纪律、勇敢、主动、积极上进的优良品质,激发参与体育活动的乐趣。形式上进一步结合本园场地设施的体能循环活动的设计与实施,突出科学性和趣味性,丰富活动内容。班级分组基本动作活动侧重基本动作的练习,主要是结合班级体育活动中幼儿对基本动作的掌握情况,有计划、有目的的利用相应器械进行巩固和锻炼。年级组体能循环活动中关注多

个基本动作的综合体现,注重体能的发展。

班级分散自选器械活动中,注重幼儿创新玩法和合作意识。能够有充足的活动时间和空间,器械材料符合幼儿基本动作发展的目标要求,能激发幼儿的活动乐趣,保证每位幼儿都有活动器械并且会使用。激发幼儿会用一种器械玩出多种方法,会与同伴合作使用器械。取放器械有序,有自我保护意识。

综上所述,该园在优化体育课程的实施上采取的策略,有效保障了该园体育课程的落实,提升了体育教育质量,促进了幼儿动作水平和体质体能的切实提高。

#### 参考文献:

- [1]中华人民共和国教育部. 幼儿园工作规程[M]. 首都师范大学出版社, 2016.3
- [2]柳倩,周念丽等. 学前儿童健康学习与发展核心经验[M]. 南京师范大学出版社, 2016.8