

第一章

Chapter 1

学前儿童体育教育概述



目标透视

1. 了解有关学前儿童体育教育的概念。
2. 了解幼儿体育活动在幼儿教育中的意义及特点。
3. 掌握幼儿体育活动的目标和基本内容。
4. 能够合理运用幼儿体育教学方法。
5. 把握学前儿童体育活动各环节的设计要旨。



本章导读

体育是学校教育的有机组成部分，也是学前教育的重要组成部分。因此，从事学前教育的工作者，都应该对体育和学前儿童体育有一定的认识，并掌握一定的体育常识，才能正确地理解和贯彻党的教育方针，才能培养出 21 世纪的建设人才。

学前儿童体育是学前儿童全面和谐发展教育中的一个重要组成部分，对幼儿智育、德育、美育起着基础作用。对学前儿童体育概念及含义的把握和对学前儿童运动系统及原理的解析是幼儿园体育教育内容和策略

选择的重要科学依据，同时也为有效实施幼儿园体育教育和培养健康的儿童提供重要的基础理论指导。科学的、规范的、适合学前儿童的体育活动，是增强幼儿体质最积极和最有效的方法，也是增进儿童健康的一种积极手段。身体运动对学前儿童的发展具有两大功能和价值：促进幼儿身体机能和运动技能的协调发展；以身体运动为方式或手段，促进幼儿心理的健康发展。

第一节 学前儿童体育的概念

一、体育的概念

“体育”一词，具有广义和狭义之分。广义的体育，指现代体育，它是社会文化的组成部分，是一种社会活动，旨在增强人的体质、提高运动技能水平、丰富社会文化生活。根据人们从事体育活动的具体目的不同，现代体育通常包括竞技体育、大众体育和学校体育三个方面。

至理名言

身体教育和知识教育之间必须保持平衡。体育应造就体格健壮的勇士，并且使健全的精神寓于健全的体格。

——柏拉图

学校体育是指在学校中体育与德育、智育、美育相配合，成为整个学校教育的组成部分。它是有目的、有组织、有计划地根据年青一代生长发育的特点与基本规律，以促进其身体全面发展，增强其体质，提高其健康水平为目的所进行的一系列的教育活动，是以传授锻炼身体的知识和技能，培养高尚的道德品质和坚强的意志为目的的一个教育过程。

从社会指定的、受教育者的角度而言，体育是人类的一种有意识地对他人施加影响、使其发生改变的社会实践活动(学校、幼儿园体育)；从活动借助的媒介和活动方式的角度而言，体育的教育价值是通过身体运动来实现的；从课程内部结构的角度而言，体育活动是教育活动的一种方式，是教育目标的具体组成之一；从学校体育的教育价值角度而言，体育是包括身体及身体运动教育在内的人的身心全面和谐发展教育或个人潜在价值全面提升和展现的教育活动。



★ 案例

体育概述

学前儿童体育就是保证学前儿童身体健康成长和增强学前儿童体质的教育，是全面发展学前教育的重要组成部分。

幼儿体育工作或健康教育的主要目标，就是要增强幼儿体质，增进幼儿健康。体质就是人体的质量，表现在体格、体能、适应能力和心理因素等方面的相对稳定的特征，体质是身心各方面因素的综合表现。一个人的体质强或弱，受多方面的影响，既有遗传的因素也受后天条件的影响。概括起来，体质包括以下五个方面。

（一）体格

体格主要是指人体生长发育的水平，主要包括体形、身体姿势和营养状况。发育，是指人体的细胞与器官不断变化、机能逐渐成熟、形态逐渐完善的过程，反映了人体质变化的复杂过程。体形正常与健美，身体姿势端正，可以促使人的外形更加完美，并在某种程度上反映着人体生理机能的完善程度。营养状态与食物的摄入、消化、吸收和代谢密切相关，其好坏可作为鉴定健康和疾病程度的标准之一。人体的生长发育是相互依存、相互促进、密切关联的。

（二）生理功能状态

身体的生理功能可以直观地理解为某物质或某个器官对生命自身的新陈代谢所做出的贡献，对完成正常的生理活动所发挥的重要作用。所以，身体的生理功能状态包括新陈代谢水平和各器官系统的效能。

（三）人体的适应能力

人体的适应能力是指人体在适应内、外界环境中所表现出来的机能能力。人体应具备的最基本、最主要的适应能力是对环境条件及其变化的适应能力和对疾病的抵抗能力。

（四）心理状态

心理状态良好，是指人的精力充沛，并具有良好的情绪、精神状态、意志品质和开朗的性格等。我国古代医书《内经》中就有“怒伤肝、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾”之说，说明不良的情绪会直接有伤于人的身体器官。所以，身和心两个方面是密不可分的，要使身体健康，良好的心理状态是很重要的。情绪愉快、积极开朗、意志坚强是体质良好的标志之一。

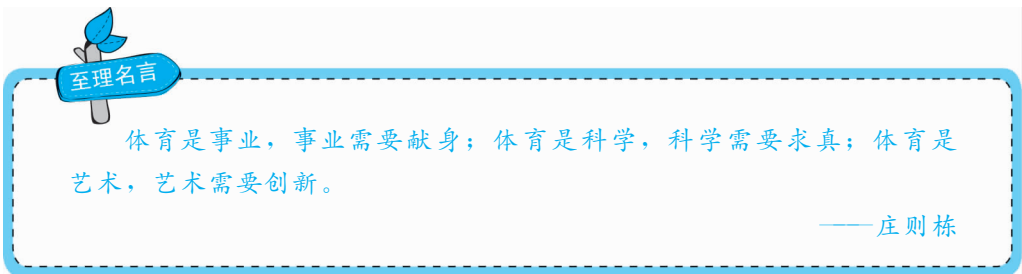
（五）体能

体能是人体各器官系统的机能在体育活动中表现出来的基本能力。其中，主要包括力量、速度、灵敏、耐力和柔韧等基本身体素质，以及人体的基本活动能力，如走、跑、跳、投掷、攀登、爬越、悬垂和支撑等。

体质所包含的上述各方面，是相互联系、相互促进的一个统一体。身体素质就其

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

本质而言，是指人的体质的强弱和运动的机能能力。1984年中文版《体育词典》中指出：“身体素质是指人体活动的一种能力，指人体在运动、劳动与生活中所表现出来的力量、速度、耐力、灵敏及柔韧等机能能力。”这条定义指出身体素质不仅仅是人体运动的机能能力，而且也是人体劳动和生活机能能力。



衡量幼儿体质的强弱，应该从图 1-1 诸方面来全面考虑，若要增强幼儿的体质，也必须使图 1-1 中诸方面都能得到适宜的、全面的、协调的发展。影响幼儿体质强弱的因素很多，有遗传、疾病、营养状况、生活环境与条件、体育活动与身体锻炼等。其中，科学的、适合幼儿的体育活动(或称身体运动)，是增强幼儿体质最积极、最有效的方法，也是增进幼儿健康的一种积极手段。

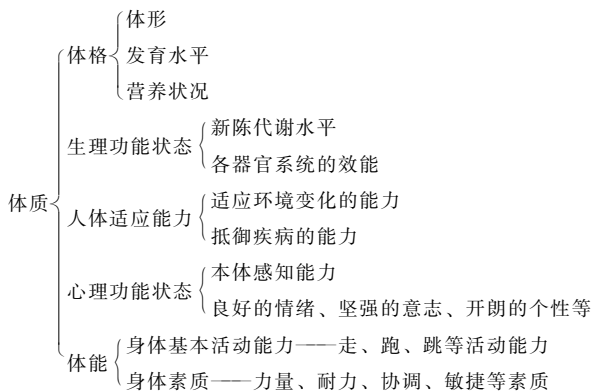


图 1-1 衡量幼儿体质强弱的因素

一个健康的幼儿，不仅要体格发育正常，形态端正无异常(如四肢、背、视力等无异常)，体能正常无障碍(如无龋齿、慢性病、遗传病等)，而且要活泼愉快、自信自主、富有好奇心、乐意分享和合作。为此，衡量一个幼儿是否健康，应当从体质的各个方面的表现来综合考察与评价。那种以为小孩子长得胖就是长得好的观点是一种谬断，肥胖并不能说明健康水平，肥胖往往使幼儿运动机能降低、抵抗力差；认为身体结实、不生病就是健康的看法也是不全面的。

一个人体质的强弱或好坏，是先天因素与后天因素、外部因素与内部因素等多种因素相互作用的结果。以促进幼儿身体正常发育、增强体质、提高幼儿健康水平为目的的体育教育，才可以为幼儿的身体发展创造良好的条件。

二、学前儿童体育教育概述

(一) 学前儿童体育概述

学前儿童体育是学校体育组成的部分，是遵循 0~6 岁儿童身体生长发育的特点和规律，以增强体质，初步培养运动能力和身心素质，提高健康水平为目的所进行的一系列教育活动。



知识链接

学前教育是指从出生到进入小学以前对儿童进行的教育，它是基于人生起点的奠基教育，关乎国家的发展前途和中华民族的伟大复兴。从古至今，体育都是人类促进健康和增强体质的重要手段，学前儿童健康是人类追求和实现健康人生的基石。追溯学前教育的百年历程，学前教育史是一个在曲折中向前推进的历史，各个年代国内外的学前教育发展进程都有着鲜明的时代烙印。

(二) 学前儿童体育活动概述

学前儿童体育活动，主要是通过教师有计划、有目的的指导，对儿童身体施加一定的运动刺激(身体运动)，使幼儿身心素质得到全面提高而采取的一系列活动。

(三) 学前儿童体育教育在学前教育中的地位

儿童从出生到学前阶段，必须要保证他们生存的物质基础——健康的身体，才能为其健康成长，接受全面发展的教育，创设根本的保证条件。

《幼儿园工作规程》(以下简称《规程》)中明确指出，“幼儿园的任务是：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。”

从《规程》中的指示，我们可以得出结论，对学前儿童实施全面、和谐发展的教育时，应该将体育放在第一位，实行保育与教育相结合的原则。由此可以看出，在学前儿童教育中，学前儿童体育是占据着首要地位的。

深入思考

1. 在以健康为主旋律的 21 世纪，未来学前儿童体育与健康教育有哪些价值呢？
2. 课下简要了解我国学前儿童体育与健康发展的历史。

Chapter 1

Chapter 2

Chapter 3

Chapter 4

Chapter 5

Chapter 6

Chapter 7

Chapter 8

Chapter 9

第二节 学前儿童体育活动的特点及意义

体育是一种复杂的社会文化现象，它是以身体与智力活动为基本手段，根据人体生长发育、技能形成和机能提高等规律，促进全面发育、提高身体素质、增强体质与提高运动能力，从而改善生活方式，提高生活质量的一种有意识、有目的、有组织的社会活动，是与美育、智育、德育等相配合的整体教育的组成部分。学前儿童体育活动则是遵循3~6岁幼儿身心发展规律，以幼儿的身体练习为基本手段，以促进其生长发育，提高其体质与健康水平，培养其合作精神与道德意志品质为目的的综合性教育活动。

一、学前儿童体育活动的特点

（一）活动内容具有体能发展性和社会发展性

体能也被称为体适能，是指能保证日常学习、生活和运动而又不容易疲劳的身体适应能力。体能包括身体素质和身体的基本动作。在幼儿阶段，幼儿跑、走、跳、投等各种基本动作和体能，一方面是随着幼儿快速自然的生长发育而发展的，另一方面则是通过各种科学而有目的的体育活动获得发展的。

社会发展性是指作为社会的一员，人类在活动时所表现出的有利于集体和社会发展的特性。幼儿在体育活动中，相互配合、协同运动、彼此尊重，分享运动乐趣，共同遵守游戏规则和组织纪律，从而有效促进幼儿社会交往能力的启蒙和发展。幼儿进入幼儿园，就像进入了小型社会，慢慢地开始接触不同的人、不同的环境。多姿多彩的体育活动（如早操等）有利于幼儿集体观念的形成；角色类游戏能让幼儿认识到社会中不同的角色，并自觉地遵守游戏中的各种活动规则，提高控制自身行为的能力，为其适应未来社会生活和道德规范奠定良好的基础。同时，有效的体育活动还可以促进幼儿竞争意识的形成和发展。

（二）活动形式具有游戏性和多样性

幼儿体育活动具有明显的游戏性特征。在幼儿体育活动中，根据幼儿的身心发展水平和年龄特点，在身体练习的基础上给体育活动内容加入一定的游戏情节、主题或者结构，使之具有教育性、趣味性和健身实效性，达到促进幼儿身心全面发展的目的。

幼儿体育活动还具有多样性，如户外体育活动、幼儿早操活动等。各种组织形式的体育活动都有其自身的特点以及局限性，在开展体育活动时要合理规划、统筹安排、科学实施。开展丰富多样的幼儿活动是实现幼儿体育目标的基本途径。

(三) 活动场地和活动器械具有安全性和年龄层次性

通过身体的运动并且配合适宜的场地和器械是幼儿体育活动的基本开展方式，因此，练习方法的科学性及场地、器械的适宜性是非常重要的。无论是身体练习的方式方法、教师的保护帮助还是场地、器械的选用都应该在安全性和年龄层次性方面有所体现。如在发展跑跳能力的游戏中，需选择干净、平坦且较宽敞的场地，尽量避免因奔跑带来的碰撞、扭伤等安全隐患。此外，运动器械的提供需建立在幼儿感兴趣及了解熟悉的基础上，如为小班幼儿提供的锻炼器械不宜过多，而且应是他们熟悉或是平时玩过的，在其对玩法熟练的基础上，逐步加大难度；为中、大班提供的运动器械则需从活动的方式方法上加以变化，提高锻炼的效果。

知识链接

适量性指的是幼儿体育活动的运动负荷量要按幼儿的生理和心理特点加以安排。在中小学的体育教学中也须考虑适量性的问题，但稍微过量不至于对中小學生造成什么损害，而对幼儿却不然，超负荷的运动量会对他们的身心发展造成损害，甚至会影响他们未来的生长发育。因此，适量性便成为幼儿体育的一个突出特点。举例来说，由于儿童的骨骼又软又韧，不够坚固，凡是不符合幼儿特点的超强度动作练习，都易使骨骼弯曲，造成畸形。他们脊椎的生理弯曲不稳定，卧位时弯曲消除。因此，不正确的坐、站、躺的姿势会使骨骼形态发生变化，一旦不正确的姿势成为习惯，就会对血液循环和呼吸机能产生不良影响，使骨骼发育不健康。又如，幼儿骨关节白窝较浅，且骨与骨之间的结缔组织(韧带)较松、不厚实，易脱臼、损伤，因而不可让幼儿做悬吊、牵拉等易损伤关节的动作。幼儿的心血管系统经历着很大的形态变化和机能变化，心脏重量逐渐增加，脉搏比成人快，常常节律不均匀，变化也较大。因此，要控制每次活动的运动强度，以免造成机体损伤。

(四) 活动指导教师的角色具有双重性

幼儿体育活动的一个重要特征是教师在幼儿体育活动中不仅仅是组织者还是参与者。在许多幼儿体育游戏活动中，教师需充当一个重要角色，在组织游戏活动的同时，还要和幼儿一起共同完成游戏练习。

二、学前儿童体育活动的意义

幼儿体育活动在幼儿园中的重要作用在《规程》中已经明确指出，幼儿教育的任务是向幼儿进行“德、智、体、美等方面全面发展的教育，促进幼儿身心健康和谐发展”。《规程》确立了体育在幼儿全面发展教育中的先导地位及其重要性。幼儿体育活动的意

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

义具体表现在以下四个方面。

（一）促进幼儿生长发育，使其身体健康发展

儿童的生长发育在幼儿时期速度非常的快，一方面是各系统、器官、组织及身体质量的增加和容积的快速增长，即我们俗称的长身体；另一方面是各种细胞、组织系统形态结构的不断分化和功能的逐步完善。在幼儿生长发育的过程中，结合一些符合幼儿身心特征或者生动有趣的组织形式开展幼儿体育活动，能够有效促进幼儿正常的生长发育，发展跑、走、投、跳等各种基本活动能力，使身体协调、灵活，体形匀称，体格健壮。

1. 体育活动有助于促进幼儿骨骼、肌肉良好发育

幼儿进行体育活动，能够通过运动对骺软骨产生有效的作用力，使之不断骨化，从而促进骨骼的增长，使幼儿身体长高。同时运动能改善骨的血液供给，使骨小梁的排列更加整齐、有规律，并且骨骼也会逐渐变得粗壮而坚固，从而提高幼儿骨骼的抗扭转、抗变形和抗折等机能，促进幼儿骨骼良好发育。有研究表明，从小进行有益的运动锻炼，可使身高在正常生长情况下再增长 8~12cm，同时身体各部位的损伤率远比不经常参加锻炼的人群要低。此外，运动能增强幼儿关节周围的肌肉力量、增厚韧带和关节囊，有助于维持关节的稳定性；而且运动能有效提高关节周围韧带、肌肉的柔韧性和弹性，这就使得幼儿关节的灵活性和伸展性也得到增强。

使人体产生运动的动力器官是肌肉，骨骼在肌肉收缩力的牵拉下使人体产生运动。由于肌肉是由血管、肌纤维和神经组成的，它具有黏滞性、伸展性和弹性。幼儿参加体育活动，可以使肌纤维变粗，增加肌肉中的供能物质和肌肉的血液供给量，从而增强肌肉的绝对力量和耐久力。

2. 体育活动有助于完善幼儿的心、肺功能

幼儿的心、肺功能尚未发育完全，经常参加体育活动的幼儿，其心血管的形态、机能和结构都会发生一系列良好的适应性变化。运动时，身体对氧的需求迅速增加，增强了心肌细胞的收缩力，心肌逐渐变得发达有力。此外，在运动时肌肉在不断运动和挤压，使得回心的血流量增加，心脏的容积增大。以上变化使得幼儿心脏每搏输出量（心脏每跳动一次所输出的血液量）大大增加，从而提高了幼儿心脏的工作能力，使幼儿能够有充沛的精力和旺盛的体力从事各项活动。

体育活动能有效提高肺的呼吸机能，使肺能够得到良好的适应性发育，具体表现在提高了肺活量。组成肺的最小单位是肺泡，人体正是通过肺泡进行体内与外界的气体交换。幼儿在运动时，身体的需氧量大幅度增加，呼吸加深加快，每次呼吸进出肺泡的气体量也相应增加，使得通气肺泡的数量增加，肺活量提高。

3. 体育活动有助于提高幼儿的身体适应能力

身体适应能力是指人体在适应外界环境中表现出来的机能，包括对外界自然环境和社会环境的变化所表现出来的调节自身功能和保持身体内部平衡的能力。

体育活动有利于幼儿适应自然环境的变化。在正常情况下，人体能够通过自身调

整适应环境的一般变化,并维持其正常功能。当外界环境变化的幅度过大,超出人体所能适应的范围时,人就容易患上各种疾病。体育活动主要在室外开展,这可以使幼儿充分接触阳光、沙石、水、空气和草木等自然条件和环境,并在外界环境的不断变化中锻炼身体。

(二)促进幼儿心理健康,使其身心和谐发展

有效的体育活动能良好地刺激幼儿心理的发展,促进幼儿智力的发展。

幼儿在进行体育活动的过程中,始终伴随着情绪、情感、认知和个性等方面的心理变化,如幼儿进行体操练习,需要认真地观察、模仿、记忆各个操节的动作顺序,练习和掌握每一个动作,并能够在音乐的伴奏下,做出正确的动作,有效发展了幼儿的运动知觉、空间感知,以及观察、想象、注意和记忆等认知方面的能力。同时幼儿在做体操时,有节奏欢快、旋律优美的音乐作为伴奏,能够使幼儿产生愉悦的情绪以及良好的运动体验,激发幼儿潜在的表现力和美感,从而发展幼儿乐观、积极、自信的心理品质及审美能力。

(三)促进幼儿形成良好个性,锻炼其意志品质

意志是人自觉确定目的,并根据目的支配、调节行动,克服各种困难,实现目的的心理过程,包括自觉性、果断性、坚持性等。一个人形成良好的意志品质对今后一生的工作、生活乃至身心的发展都有促进作用。

在幼儿期,幼儿已经初步表现出意志品质的状态,如对于自己特别喜欢的运动,则表现出不可思议的主动性和坚持性。因此,体育活动对培养幼儿的意志品质具有重要的意义。体育活动主要是通过身体练习的手段来发展幼儿的身体素质、身体动作的。在活动过程中,幼儿的身体必须接受一定的运动量与运动强度,承受因运动负荷的变化所引起的肌肉、骨骼、呼吸以及心跳等不适感,从而培养幼儿勇敢、坚强,不怕累和苦的意志品质。另外,幼儿体育游戏中的竞争性、集体性、规则性,不仅能有效地培养幼儿遵守纪律、诚实、公平竞争以及团结协作的优良品质,还可培养幼儿的集体荣誉感以及交往和协作等能力。

(四)能提高儿童感受美和表现美的能力

教师在指导儿童参加体育活动的过程中,要注意自己的仪容仪表要美、教态要美和动作要美的示范作用,同时,也要运用场地器械、玩具的布置美和利用自然环境的美进行美育。学前儿童正处在长知识时期,模仿性和求知欲强,具有好问、好奇、好动的特点。这样教师自身的言行就成为审美的对象。与其他活动相比,体育活动榜样的影响更加突出。

利用自然环境条件进行美育也是行之有效的办法,进行审美教育最好的课堂就是大自然。实践证明,适当地有计划地组织儿童参加远足、野游等活动,贯穿体育活动到自然美之中,走出托儿所、幼儿园和家庭,开阔眼界,振奋精神,在锻炼身体的同

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

时可以有效地陶冶情操，提高幼儿的审美能力。



深入思考

1. 体育教育“促进幼儿生长发育，使其身体健康发展”具体体现在哪些方面？
2. 简述学前儿童体育教育的特点。

第三节 学前儿童体育教育的目标和内容

一、学前儿童体育教育的目标

(一)总目标

根据《规程》及《幼儿园教育指导纲要(试行)》(以下简称《纲要(试行)》)中有关健康领域目标的精神，幼儿园体育活动的主要目标是喜欢参加体育活动，健康活泼，动作灵活、协调，文明乐群，好奇探究，勇敢自信，并逐渐具有自我保护的意识和能力。



(二)分目标及具体要求

1. 积极参与运动

通过开展符合幼儿年龄特点的生动有趣、丰富多彩的体育活动，吸引幼儿主动参加，培养幼儿积极主动参与体育活动的兴趣和习惯。在《规程》和《纲要(试行)》健康领域的内容、目标和要求中，多处强调要引导幼儿积极主动参加体育活动，并要重点培养幼儿的兴趣和习惯。这样，才能为实现幼儿体育的总目标以及终身体育理念的形成立奠定良好基础。

2. 保证身体健康

保证幼儿身体的正常发育，并帮助幼儿逐渐形成正确的身体姿势，提高动作的灵活性、协调性、行动的安全性和平衡能力。在体育活动中发展幼儿走、跳、跑、投掷、爬、钻、攀登等基本动作能力，能促进幼儿独立生活和活动能力的发展。

3. 促进心理健康

增强幼儿认知能力，培养幼儿创新意识、探究好奇及乐观自信、不怕困难、坚强勇敢的意志品质。儿童心理是在活动中发展起来的。在复杂多变的体育活动中，幼儿只有集中注意力，思维灵活、敏捷，准确记忆，才能够随时根据活动的变化改变自己的行动，这就要求儿童积极思考，自信勇敢，主动创新，从而促进幼儿心理健康的发展。

4. 培养适应环境的能力

通过各种组织形式的体育活动,提高幼儿对社会环境和自然环境的适应能力,让孩子在集体生活中,不仅心情愉快,而且学会与他人交往和合作。为了提高幼儿对自然环境的适应能力,建议多在室外开展各种形式的体育活动。

二、学前儿童体育教育的内容

实现学前儿童体育活动任务的基本手段是动作练习。依据学前儿童年龄的特点及身心发展的水平,以下四个方面的动作内容,比较适合学前儿童的练习:一是学前儿童基本动作的练习;二是学前儿童基本体操的练习;三是学前儿童体育游戏活动;四是学前儿童运动器械的练习。这四方面的内容也是学前儿童体育活动的主要内容。除此之外,在我国香港、台湾地区以及一些外文文献中将舞蹈、律动和具有创造性、表现性的身体活动也包含在了学前教育基本内容的体系中。

(一)基本动作

基本动作,即人身体基本的活动能力,指人们在社会实践活动和日常生活中最基本的、必需的身体运动的技能。例如走步、跳跃、跑步、攀登、投掷、爬、钻等动作,有时也会被称为基本运动动作。

学前儿童基本动作的发展既受环境教育因素的影响,又受遗传因素制约。遗传因素决定了儿童身体的先天基础素质和后天发育的先后顺序和水平高度,是基本动作发展的基础和前提。环境教育因素对幼儿基本动作发展具有很大的促进作用,要特别重视和发挥教育对幼儿的促进作用,使幼儿的基本动作得到顺其自然而合理的发展。

(二)基本体操

学前儿童的基本体操,是通过对幼儿身体的锻炼促进幼儿机体协调发展的一种易于普及、形式简便的动作练习。根据学前儿童年龄的特点,学前儿童基本体操可以分为幼儿基本体操和婴儿体操。

(三)身体素质练习

身体素质练习是以发展某一种或几种身体素质为主要锻炼目的,而专门设计或组织的身体练习活动,如速度练习、柔韧练习、灵敏性练习等。这种练习可以与其他方式的练习相互交叉、整合,如利用游戏或利用器械进行身体素质的练习等。

(四)器械练习

器械练习专指身体的锻炼是通过运用体育器械来进行的。其中既包括利用各

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

种大型(如攀登)、中型(如车)、小型(如球)专门性体育器械进行的游戏活动和身体练习活动,还包括利用各种替代性的或自制的器械进行的身体练习活动,甚至也包括利用假山、游泳池、树林、沙池和其他一切幼儿园以外的人工环境、自然环境中的可利用的物质条件进行的游戏活动和体育锻炼。

(五)创造性身体活动

创造性身体活动是指通过利用身体进行自我表现的活动。创造性身体活动的具体内容可以是某种主观想法、内心的情绪情感,也可以是对客观事物的描述或模拟,对音乐或故事的理解或解释,对身体运动可能性的各种探索等。舞蹈、律动以及更具有创造性、自由性的韵律体操也包括在创造性身体活动中。

(六)体育游戏

幼儿园体育活动中最主要的内容是幼儿体育游戏。它是以基本动作为主要内容,以游戏活动为形式,以增强幼儿体质为主要目的的一种活动。游戏是具有一定情节、动作和竞赛因素的一种特殊形式的体育活动,其形式生动活泼、内容丰富多彩,备受幼儿喜爱。

知识链接

体育活动中的游戏,主要是由各种走、投掷、跑、越过障碍物、跳跃和各种对抗性练习等基本动作组合而成的身体练习,是全面发展幼儿身体素质的重要手段之一。游戏的最大特点是能使幼儿情绪高涨、活泼愉快,比其他的身体练习更能引发幼儿的兴趣。正确地开展和组织游戏活动,能够充分调动幼儿参加体育活动的主动性和积极性,从而有利于帮助学前儿童掌握和提高投、跳、跑等各项运动技能,也有利于发展幼儿灵敏、速度、耐力、力量等身体素质,有利于发展幼儿记忆力、注意力、控制力,调动幼儿思维活动的主动性与积极性,促进学前儿童智力发展。同时,体育游戏也有助于培养幼儿遵守纪律、朝气蓬勃、团结互助的集体主义精神和果断、顽强、机智、勇敢等优良品质。

深入思考

1. 学前儿童体育教育的分目标及具体要求。
2. 学前儿童体育教育的内容分类。

第四节 学前儿童体育教育的组织与实施

体育教学原则是体育教学客观规律的反映，是长期体育教学实践经验的总结和概括，是体育教学工作必须遵循的要求与准则。正确地理解和贯彻体育教学原则，能使教师进一步掌握和运用体育教学的客观规律，对提高教学效果，加速教学过程，完成体育教学任务，具有重要意义。

在开展幼儿园体育活动时，要根据幼儿年龄的特点、体育活动的特点，遵循一定的教育教学原则，从实际出发，合理、科学地安排活动，使幼儿在体育活动中得到充分的发展。对于幼儿园体育活动的原则，许多教师、专家从不同的角度提出了不同的组织原则。其中，大多数专家认可以下几点主要的组织原则。

一、学前儿童体育教育的组织原则

(一) 日常性原则

日常性原则，也被称为经济性原则，是指幼儿体育活动的要安排在幼儿日常生活的各个环节中。《规程》中第3章第19条明确规定：“要积极开展适合幼儿的体育活动，每日户外体育活动不得少于1小时。加强冬季锻炼。”幼儿在体育教学活动中各种身体素质的练习、基本动作、体育游戏和新的体操的练习需要科学地按次数、时间去重复练习、巩固并提高。这一原则要求，体育活动必须重复安排在日常户外的活动时间进行，所以幼儿每日都应该进行适当的体育活动。

(二) 适量性原则

适量性原则是指在幼儿体育活动过程中，应严格控制活动次数、活动时间、活动强度和活动密度。由于幼儿身心的发展尚未成熟，骨骼柔软，过重的力量负荷会使脊柱弯曲、骨盆变形，用力较猛容易发生关节脱臼或组织损伤。而且学前儿童心肺功能差，不能进行持续性较强的活动。在运动负荷安排上，要遵循适量性原则，防止过度疲劳或过度兴奋，以免影响身心健康。

在组织学前儿童体育活动过程中，教师要科学安排体育运动负荷与密度，在具体实施过程中的要求有以下几点。

1. 合理调节负荷节奏

一般来讲，基本部分的前半部分应抓住幼儿头脑较清醒的时机安排新的较难的动作，以增大幼儿的认识负荷，而后半部分则宜安排认识负荷较小的带复习性质的内容。对情绪负荷，基本部分的前半部分不应过大，以避免因幼儿情绪过度兴奋而影响新动作的学习掌握，在后半部分可安排适当的内容以让幼儿的情绪负荷达到高潮。对意志

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

负荷,学习新动作和较难动作时应先大后小,学习较易知识或复习旧动作时则可以先小后大。

2. 周密计划和科学安排各项活动的时间和分量

体育活动组织过程中教师对讲解和示范时间的长短、次数的多少,幼儿练习的内容以及用时,休息的时间和安排等一系列问题都应在课前备课时周密计划。同时,注意精讲多练、讲解与示范紧密结合,在活动中尽量减少不必要的过渡环节,消除消极等待现象。

3. 灵活运用教学方法

在实际教学时不能僵化地照搬教案,应根据具体情况做适当灵活的处理。在选择教学内容、课的类型、教学方法上都应充分考虑到兴趣性原则,充分调动幼儿的积极性,提高幼儿参加活动的主动性。

4. 课前做好准备工作

课前做好准备工作主要包括课程内容准备和物质准备等,要充分利用场地、器械。

此外,安排运动负荷时还应考虑季节和气温因素。在炎热的夏季,可适当降低幼儿的运动负荷;而在寒冷的冬季,则应适当增加幼儿的练习密度和运动负荷,但运动强度仍不应太高。

(三)动静交替性原则

动静交替性原则是指在组织幼儿体育活动时要强调活动的重要性、节奏性,注意急缓结合、动静交替。不同性质、不同类型的运动应该讲究搭配合理。坚持动静交替性原则的物质基础是大脑皮层的镶嵌式活动原理。根据活动性质、类型的改变,大脑皮层的抑制区和兴奋区不断轮换,使各个区域的大脑皮层轮流休息,尽量避免大脑皮层的过度疲劳,有利于较长时间保持工作能力。幼儿神经系统尚未完全发育,兴奋极易扩散,注意力无法持久,这就更需要遵循动静交替性原则。

(四)全面发展性原则

全面发展性原则是指在体育教学中使幼儿身体的各个部位、各器官系统的生理机能、各种身体素质和基本活动能力都得到锻炼和发展。在幼儿身体锻炼活动中应该尽量使幼儿身体的各器官系统、各个部位的机能和基本活动技能得到全面的发展,同时也要注意培养幼儿的个性、意志品质和社会性的全面发展,以便于幼儿今后更好地适应社会环境。另外,坚持全面发展性原则,要求一次体育活动中应该尽量使幼儿的身体各器官、各部位的功能及各种基本活动的的能力都能够得到全面的锻炼和协调发展的目的。比如,活动重点是下肢的活动(跳)时,就应该再添加一个上肢的活动(投掷)或者安排一个让下肢休息的环节(爬),来减轻下肢的负担,达到身体全面协调的发展。活动中,最好做到下肢部位活动与上肢部位活动相结合,右侧肢体活动与左侧肢体活动相结合。

贯彻全面发展性原则应注意以下三点:

(1)制订体育年度或学期计划、进度时,应注意各类教材的合理搭配,尽力做到全

面锻炼；

- (2)在选择和安排一次课和活动的教材、游戏内容时，应注意全面锻炼身体；
- (3)要激发幼儿对各种游戏和不同运动的兴趣。

(五)从实际出发原则

从实际出发原则是指体育活动和教学的任务、内容、组织形式、方法以及运动量的安排，既要符合幼儿的年龄特点和身体发展水平，也要结合地区和本园的实际情况，这样才能使幼儿受益，也有利于工作的顺利开展。

贯彻这一原则应注意以下三个方面的问题：

- (1)要深入观察和了解幼儿，切实掌握幼儿的具体情况；
- (2)做到一般要求与个别对待相结合；
- (3)时刻记住幼儿的年龄特点。

(六)差异性原则

教师在体育活动中要充分考虑到幼儿的个体差异，对不同能力水平的幼儿要提供不同的锻炼条件，给予不同的指导，做到因材施教。要落实差异性原则，首先要了解每个幼儿的发展水平状况，然后再根据需要创设不同的活动条件，如高低不同的悬挂物、高低不同的平衡凳、距离不同的运动路线、宽窄不一的小河等，让孩子们自由选择适合自己的运动路线，从而调动起所有幼儿参与活动的积极性，使每个幼儿都能找到适合自己的锻炼方式，在原有水平上有所发展和提高。

(七)兴趣性原则

兴趣性原则是指在向幼儿讲授知识动作、游戏时，无论是内容，还是形式和方法都要适合幼儿，是他们能接受的，又是他们喜欢的，只有这样才能调动他们的积极性和主动性，幼儿才能学得快、记得牢。

二、学前儿童体育教育的组织形式

幼儿体育活动的组织形式是幼儿园实现幼儿体育活动目标的基本途径。幼儿体育活动的组织形式是多种多样的，其中最基本的组织形式有幼儿早操活动、幼儿体育教学活动和幼儿户外体育活动等。此外，远足、幼儿运动会等组织形式在幼儿体育活动中也越来越受到重视。不同组织形式的活动具有不同的活动内容和任务，并形成了各自的特点。在幼儿体育活动中，各种组织形式要相互补充，共同实现幼儿体育活动的目标，促进幼儿身心全面和谐发展。

(一)幼儿早操活动

幼儿早操活动是幼儿园组织幼儿在早晨进行的一种身体锻炼的组织形式。通过早

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

操活动，可使幼儿精神和身体处于良好的状态，愉快地开始一天的幼儿园生活。目前，幼儿早操活动的内容主要有以下几种：

- (1) 做体操，包括徒手体操、模仿操和轻器械体操等；
- (2) 队列队形练习，主要通过走步或跑步、排队等不同变化方式练习；
- (3) 简单的舞蹈韵律活动、游戏活动等。

总之，在幼儿早操活动内容的安排上相对比较简单，运动量不是特别大，基本上都是幼儿喜欢和熟悉的内容。

幼儿园早操活动的时间一般安排在早晨 7:30~8:00 或 9:00~10:00，持续时间为 15 分钟左右。根据气候和季节的变化，对早操活动的强度和时间的调整。一般在夏季，活动时间可以适当延长，冬季早操活动的时间就要短一些，但可以增加运动强度。集体活动是早操活动的主要形式，即可以组织不同年龄段的幼儿或幼儿园的全体幼儿同时进行早操活动，内容可相同也可以不同，一般而言，需要适当地调整其难易程度。



至理名言

日复一日地坚持练下去吧，只有活动适量才能保持训练的热情和提高运动的技能。

——塞涅卡

(二) 体育教学活动

体育教学活动是一种有计划、有目的、有组织地增强幼儿体质，发展幼儿身体的教育活动，是实现幼儿体育活动目标的主要组织形式。幼儿体育活动课包括了一定的教学活动，教师要遵循运动技能形成的规律以及体育教学规律，并结合幼儿身心发展的特点，有效、科学地指导幼儿完成各项体育活动，从而系统、全面地发展幼儿跳、跑、攀爬、投掷等基本活动能力，提高幼儿耐力、速度、灵敏、柔韧等身体素质，培养良好的平衡与协调能力，使幼儿能够科学有效地锻炼与活动，增强幼儿体质。

幼儿体育课程一般每周安排 1~2 次。每次活动时间为：小班 15~20 分钟，中班 20~25 分钟，大班 30 分钟左右，形式主要以集体活动为主。

(三) 户外体育活动

户外体育活动是在户外开展的一种体育活动的组织形式。户外体育活动的目的是让幼儿能够在户外按照自身的能力、兴趣爱好、水平，有选择地进行体育活动，这样可以有效地调动幼儿参加活动的积极性和主动性，提高幼儿对体育活动的兴趣。户外体育活动的主要内容包括以下几种：

- (1)利用各种小、中、大型幼儿运动器械的活动；
- (2)通过游戏形式进行的各种基本动作的练习；
- (3)利用空气、沙石、阳光和水等自然因素进行的各种活动；
- (4)户外区域体育活动。

户外区域体育活动是指在一定的体育活动区域内幼儿自愿参加的游戏活动。它是教师根据幼儿健康领域的内容、要求与目标，遵循幼儿的心理、生理特点及运动能力和基本动作发展特点，打破幼儿园内的班级界限，根据幼儿园环境，因地制宜地把各种不同的场地创设为多个不同的体育游戏区域，并有针对性地在每个区域中放置各种玩具、教具和游戏器械，让幼儿自主参与到体育活动中，并且用自己喜欢的方式方法发展基本动作，提高动作灵活性和协调性的一种体育活动形式。区域活动具有自主性、开放性、灵活性、丰富性和层次性等特点。

一般而言，户外体育活动在上午和下午各安排一次，活动的时间为30分钟左右，活动形式以分散的自由活动为主，集体活动为辅。此外，有关户外区域体育活动，幼儿园可根据自身的班级数量、幼儿人数、场地条件等，采用班级轮换、混龄、同龄等不同模式，分步实施创新体育活动。

(四)其他体育活动

除了幼儿早操活动、幼儿体育教学活动、幼儿户外体育活动这三种最基本、最常见的幼儿体育活动的组织形式外，幼儿园还可以开展幼儿远足活动或短途旅游、室内幼儿体育活动、幼儿运动会等其他形式的幼儿体育活动。

三、学前儿童体育教育的实施

(一)明确学前儿童身心素质特点

幼儿体育活动的主体是学前儿童，要根据他们的体质、年龄、体能、兴趣等身心素质特点和发展规律设计具有针对性和目的明确的课程内容、方法和形式。在此基础上，才能获得有利于学前儿童身心发展的教学效果。

(二)确定体育活动目标及内容

了解学前儿童基本情况后，确定不同年龄班学前儿童的学年、学期及每一次体育活动所要达到的目标，并采取与之相适应的内容、形式和方法，确保各阶段目标都能实现。

(三)制定单元教学目标

根据学前儿童体能、体质和动作发展水平，分配各单元每次学习动作技能的次数，确定每次课上重复安排的次数和所选择教学动作技术的难度，预想可能会出现的学习情境。

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

(四)设计每次体育活动的內容

体育活动内容的侧重点要有所不同，可根据学前儿童兴趣爱好及内容、环境、场地器材条件等具体情况设计合适的活动方式。在每次设计体育活动时需要注意以下几点事项。

1. 科学控制生理和心理负荷量

通过提高练习密度来保证学前儿童每次体育课的运动量，一般一次体育活动安排1~2个游戏，内容可以新游戏和旧游戏相结合。旧游戏和新游戏的安排要根据幼儿生理负荷量来确定，一般按照先小后大的顺序。对于钻、投掷、爬等强度较小的活动，教师要创造条件增加学前儿童练习的次数，例如，增加器械、多分组、变单程往返为迎面或鱼贯练习，尽量减少学前儿童等待的时间，尽可能提高每个学前儿童的运动量；或配以跳跃、奔跑等强度较大的运动使学前儿童运动量达到一定的负荷。一般学前儿童在这类活动中平均心率在140~150次/分，最高的达到160~180次/分。但注意跳跃、剧烈奔跑的活动时间不宜过长，心率超过170次/分的大强度跳、跑活动持续时间最好为1分钟，两次活动的间歇时间不应少于2分钟，一次体育活动课的练习次数宜为3~4次。

2. 遵循季节变化规律

体育活动课的运动负荷量要根据季节的变化进行相应的调整。例如，冬季比较寒冷，可以将运动负荷量适当增大，而在炎热的夏季要适量减少运动量。一般在夏季，如果学前儿童活动量较大，那就应该减小运动密度；冬季学前儿童的运动密度则应该增加。

深入思考

1. 详细阐述适量性原则。
2. 简单介绍幼儿早操的主要内容。
3. 设计体育活动时需要注意几个方面？

第五节 学前儿童体育活动的设计与组织

一、学前儿童体育活动目标的设计

- (1)制定该年龄阶段体育教学活动目标的主要依据是各年龄阶段目标；
- (2)体育活动的形式和具体内容是制定活动目标的直接依据；
- (3)制定下次活动目标的重要依据是上次教学活动的反馈信息。

知识链接

教师在设计运动活动时，怎样才能有效提升幼儿的运动经验？

1. 了解幼儿的最近动作发展区

首先，教师要学习和了解幼儿各年龄段基本动作能力发展的特点，确定不同年龄段幼儿基本动作发展的基准线。其次，教师要在日常低结构的自主式体育活动中，注意观察幼儿在自然运动状态中的动作发展现状，归纳大多数幼儿动作发展现状与应达成的动作发展水平之间的差距，从而了解本班幼儿的最近动作发展区。

2. 把握运动活动的目标定位

运动活动的目标应该反映本次活动想解决的主要问题，目标所概括的价值取向可以将幼儿对运动的态度情感、运动的核心经验和个性心理品质等有机整合。需要注意的是，目标所描述的核心经验要高于幼儿日常所表现的已有运动经验，表述要尽可能具体，并能突出与本次活动内容相连的、体现运动领域特质的幼儿核心经验。

3. 确定运动活动的重点和难点

幼儿运动活动的重点，主要来源于幼儿运动课程的价值取向和幼儿的基本运动经验。幼儿运动活动的难点，就是幼儿难以理解和掌握的内容，主要来源于幼儿缺乏基本的运动经验，或者从来没有接受相关的运动教育，对此没有相应的认知。如幼儿跳跃中，上下肢体的配合和腿部膝关节屈伸动作协调能力较差，脚落地很重，这就成为幼儿跳跃教学中的难点，也成为教师在运动活动中要提升幼儿运动经验的核心要求。

4. 筹划运动活动的过程和方法

教师在设计幼儿运动活动的过程和方法时，要根据活动的目标和重难点，本着体现幼儿年龄特点和运动活动特点的原则来筹划。在活动开始部分，教师一般可以从引出主题、扮演角色、活动身体等角度来设计，主要让幼儿在教师语言和肢体动作的引导下迅速了解活动内容，激发幼儿对活动的参与兴趣。

在活动的主要部分，教师可以围绕活动目标和重难点设计各种运动。以发展运动创新能力为主要目标的内容，可以设计成“关键问题提问法—问题探究法—交流讨论法—再次发现探究法”。在“再次发现探究法”环节，教师要预设比第一次运动经验更高的要求，这样才能提升幼儿的运动经验。

以学习新动作为主要目标的内容，可以设计成“讲解结合示范法—练习法—保护帮助法—纠正错误法—游戏法”。在运用“游戏法”时，教师可以将幼儿学习的新动作渗透到游戏中，并在游戏中变换游戏规则，以提升幼儿的运动经验。

在活动结束部分，教师可以结合前面两部分，组织幼儿开展运动量小的身体放松活动。

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9

二、学前儿童体育活动内容的设计



★ 视频
幼儿跨栏活动

- (1) 要考虑活动内容对活动目标的贡献率；
- (2) 制定活动内容要考虑幼儿的实际水平和年龄特点；
- (3) 在制定活动内容时要充分考虑活动场地器材的利用。

案例精选

大班运动活动：我来学做小刘翔

活动目标

- (1) 能大胆连续跨跳六个以上障碍物，提升助跑跨跳的能力。
- (2) 尝试分组摆放不同材料、高度、间距的栏架，并开展小组比赛，培养合作能力和勇于挑战的精神。

活动准备

- (1) 运动前向幼儿介绍刘翔刻苦训练、克服困难、为国争光的故事。
- (2) 纸箱、纸棒、高低不同的栏架、四面小旗等。
- (3) 布置分组比赛场地起点、终点线(8m左右)。

活动过程

1. 热身活动

- (1) 幼儿手持纸棍，利用操场空地做各种队形的跑跳交替动作。
- (2) 纸棍操：上肢左右摆动、弓步压腿、上体向左右侧屈、上体前后屈、两脚交换跳(纸棍放在地上)、连续跳过纸棍(把纸棍间隔放在地上分组跳跃)。

2. 学习跨栏

(1) 中国“飞人”是谁？他获得过什么冠军？他有什么本领？我们也来学跨栏好吗？

(2) 教师讲解示范跨一个栏的动作。

方法与要求：先摆放一个栏架，在标志线起跑几步后，一条腿向前抬起跨过纸棍栏杆，另一条腿跟着跨过。可以先跨左腿，也可以先跨右腿，不能碰倒栏架。

(3) 幼儿三人一组跨一个栏。

幼儿三人一组，分散在场地四周，用纸盒、纸棍自主搭建栏架，分小组练习。

教师重点指导：三人是否能完成合作，是否在标志线起跑，是否在跨栏时做到不碰倒栏架。

(4) 教师讲解示范连续跨三个栏的动作。

教师示范摆放有间隔距离的三个栏架，在标志线起跑几步后，跨过一个栏

架，跑几步后再跨过一个栏架，连续跨过三个栏架。栏架之间的距离可以调节，直到固定不动。

(5) 幼儿三人一组跨三个栏。

幼儿三人一组，自主增添至三个栏架，学习连续跨栏。

教师重点指导：器材摆放时小组之间是否有影响，是否能连续跨栏，提示前一个幼儿跨完三个栏后，后面的幼儿再起跑，观察栏架间距是否合适。

(6) 交流分享：请多组幼儿演示连续跨栏。

3. 分组跨栏比赛

(1) 教师讲解示范：分四组开展比赛，每组四个栏架，栏间距 6m，栏高依据之前的练习情况设定，各组听到“预备——跑！”的信号后，第一个幼儿在起点线起跑后连续跨栏，跑到终点以举旗为信号，后者起跑出发。碰倒栏架要摆放好。

(2) 每组按要求摆放栏架并练习。

教师重点指导：帮助幼儿布置场地(放好四面小旗)，查看栏架数、间距是否合理、安全，幼儿练习是否顺利。

(3) 分组比赛。

教师做裁判发令，引发幼儿相互加油。幼儿分组比赛(2 次以上)。

4. 小结讲评、放松整理

(1) 教师简单小结讲评。

(2) 师幼共同收拾整理器材。

(3) 拿取衣物散步离场。

三、学前儿童体育教学活动方案 的表述形式

(一) 活动名称(活动对象)

拟定活动名称时可以用游戏情境命名，也可以用动作技能命名。例如，以动作技能命名的有“一踏二跳三落地”“立定跳远”“一个跟着一个走”等。以游戏情境命名，例如，开展追逐跑活动，可以以猫和老鼠的游戏情境命名为“猫捉老鼠”；再如，投掷活动，可以以猎人与怪兽的游戏情境命名为“打怪兽”等。

活动对象主要指设计的活动方案适用于哪个年龄班或年龄段。可以以年龄表述，例如“3~4 岁”“4~5 岁”；或者以班级表述，例如“大班”“中班”“小班”等。

(二) 活动目标

制定活动目标的角度应该统一，从孩子发展的角度制定活动目标。



Chapter 1

Chapter 2

Chapter 3

Chapter 4

Chapter 5

Chapter 6

Chapter 7

Chapter 8

Chapter 9

例如，大班体育活动“推小车”，活动目标制定为：

- (1) 体验合作玩“推小车”游戏的快乐；
- (2) 在同伴的帮助下学习双脚离地、双手撑地前进的技能；
- (3) 能够与同伴合作完成推小车游戏。

(三) 活动准备

活动准备主要包括三个方面：物质材料(包括器材)、环境(包括场地)准备、已有知识经验。

(四) 活动重难点

本次活动需要重点熟悉和掌握的技能或知识。例如，大班体育活动“跑着走”的重点是跨大步走的动作的练习；难点是在跨大步走的过程中能保证身体的平衡，只走不跑。

(五) 活动过程

活动过程应严格按照开始部分、基本部分、结束部分这三个部分进行。

(六) 延伸活动

布置一个与本次活动内容或下一个活动内容相关的项目，起到承上启下的作用。

(七) 活动的建议或评价

活动结束后，总结评价本次活动。

深入思考

1. 明确学前儿童体育活动过程的设计。
2. 如何根据学前儿童体育教学活动方案中的表述形式制定一份教案？



知识回顾

本章主要介绍了学前儿童体育的概念和学前儿童体育教育在学前教育中的重要地位，有助于学习者对学前儿童体育教育及其重要性有基本的认识。同时，本章还介绍了学前儿童体育教育目标、内容及学前儿童体育教育活动设计的一般原理，旨在引导学习者了解学前儿童体育活动设计的基本原则、基本方法和基本流程。

对幼儿园体育教育目的及其幼儿园各年龄段培养目标的了解和把握是有效开展幼儿园体育活动的重要依据，而对幼儿园体育活动开展方式和多样化手段的开展是有效促进幼儿身心和谐发展的有效措施和幼儿园体育活动开展的重要保证，这也决定了幼儿园体育活动的特殊性和规律性。作为新时代的幼儿园教师，很有必要在掌握幼儿身

心发展规律的基础上开展幼儿体育活动的创新教学,使得幼儿园体育活动的开展方式更加科学化和多样化。



课后演练

1. 试分析幼儿园目前出现的明确对外承诺的含体育专业训练性质的整体性特色课程或“兴趣班”性质的所谓的课外学习课程的价值取向。
2. 围绕我国目前儿童体育理论或实践的某一问题,独立撰写一篇论文。内容应包含问题、问题的性质、问题的原因、问题可能的解决措施。

Chapter
1Chapter
2Chapter
3Chapter
4Chapter
5Chapter
6Chapter
7Chapter
8Chapter
9