

## 幼儿体育活动及其内容体系的思考

庄弼<sup>1</sup>, 任绮<sup>2</sup>, 李孟宁<sup>3</sup>, 荆鹏飞<sup>3</sup>

(1.广东省教育研究院, 广东 广州 510035; 2.华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510006;  
3.广州体育学院 研究生部, 广东 广州 510500)

**摘 要:** 在我国大力推进学前教育发展的背景下, 试图从人类身体活动基本技能出发, 对当前幼儿园体育活动开展现状存在的问题及其影响因素进行分析和思考, 并根据教育部《3~6 岁儿童学习与发展指南》的具体要求, 提出了构建幼儿体育活动体系的思路, 旨在为学前教育体育活动的改革与发展提供参考。长期以来我国的学前教育体育活动内容体系较为混乱, 表现为: 幼儿体育活动概念混乱, 内容体系缺乏科学性, 缺乏安全、环境、器材设施要求及幼儿体育教育专业人员, 测试及评价成人化。建议: 理顺幼儿体育活动的定义及范畴, 根据幼儿身心发展敏感期变化规律, 在实验的基础上建立以幼儿身体动作发展为中心, 构建以发展幼儿平衡、力量与持久力、灵敏与协调等能力为中心的、循序渐进的内容体系, 以及可测量、评价的指标。

**关键词:** 幼儿体育活动; 体育活动内容; 学前教育

中图分类号: G61 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2015)06-0064-07

### Children physical activity contemplation and content system construction

ZHUANG Bi<sup>1</sup>, REN Qi<sup>2</sup>, LI Meng-ning<sup>3</sup>, JING Peng-fei<sup>3</sup>

(1.Guangdong Academy of Education, Guangzhou 510035, China; 2.School of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510006, China; 3.Graduate Department, Guangzhou Sport University, Guangzhou 510050, China)

**Abstract:** Under the background that China is vigorously boosting preschool education development, the authors tried to analyze and contemplate problems currently existing in the current state of development of kindergarten physical activities and their affecting factors based on basic skills for human physical activities, and put forward ideas for constructing a children physical activity system according to specific requirements stipulated in Children Aged 3 to 6 Learning and Development Guide issued by Ministry of Education, so as to provide a reference for the reform and development of physical activities in preschool education. The content system of physical activities in preschool education in China has been chaotic over a long period of time, which is embodied in the followings: the concept of children physical activities is chaotic; the content system of children physical activities lacks of scientificity and requirements for safety, environments, equipment and facilities, and children physical education professionals, measurement and evaluation are adultified. Proposals: clarify the definition and scope of children physical activities; according to the patterns of changing in the sensitive period of children physical and mental development, and on the basis of experiment, establish a gradually progressing content system that bases its center on children body movement development and develops children's movement abilities in such areas as balance, strength, stamina, agility and coordination, as well as a measurable and evaluable index system.

**Key words:** children physical activity; physical activity content; preschool education

自 20 世纪 80 年代以来, 加强学前教育成为世界未来教育的主要目标之一, 学前教育逐步被纳入义务

教育和终身教育体系。早在 1996 年, 国家教育委员会颁布的《幼儿园工作规程》中就明确指出, 幼儿园的

收稿日期: 2015-09-13

基金项目: 国家社会科学基金“十二五”规划 2012 年度教育学一般课题“构建广东省幼儿体育活动实践体系的研究”(BLA120092)。

作者简介: 庄弼(1957-), 男, 编审, 研究方向: 学校体育学。E-mail: zhuang9851@163.com

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”<sup>[1]</sup>。并把“体”放在了首位，幼儿时期的运动发展水平关系到成年以后运动发展水平的基础。由此可以看出，幼儿阶段的“体”育工作是首位的，也是重点的。因为幼儿阶段是体质和心理发展的奠基期，没有“体”的发展，“德、智、美”就没有完善的可能。但是目前幼儿体育活动没有得到应有的重视，幼儿体育活动概念混乱，内容体系缺乏科学性。因此，本研究在分析幼儿体育活动现状的基础上，尝试构建幼儿体育活动内容体系。

## 1 幼儿体育活动在身心发展及素质教育中的作用

### 1.1 幼儿身心发展的特点

幼儿身心发展规律具有顺序性、不平衡性、阶段性、个别差异性、分化与互补的协调性等发展规律。但由于个体遗传素质和生活环境的差别，每一个儿童的身心发展，在表现形式、内容和水平方面，都可能会有自己的独特之处。以幼儿的动作发展为例，首先得到发展的是大骨骼与大肌肉，而后才是小骨骼与小肌肉群的发展与协调，因此，在骨骼与肌肉的协调发展过程中幼儿经历着各阶段的既定运动发育过程并呈现一种不变的顺序。即幼儿的动作发育依照着自上而下发展，先能抬头、抬胸、翻身，然后会坐，再以后才能完成直立、独走等大肌肉动作；离躯干近的大肌肉动作先发育，待掌握肢体远端的小肌肉活动，然后才有可能出现写字、绘画、用手取物等小肌肉的精细动作，眼手协调能力也逐步趋于完善<sup>[2]</sup>。在不同年龄阶段幼儿身心发展的速度并不是完全与时间一致，因此，体育活动内容安排应符合各年龄段幼儿身心发展特点。从心理发展的角度看，幼儿可以通过各种体育活动来感知世界和探索外界环境，通过运动来积累经验，可以为他们的心理发展和社会适应能力培养打下基础。

### 1.2 体育活动在幼儿素质教育中的作用

新中国3次幼儿园教育改革经历了4个主要阶段：分别以1952年的《幼儿园暂行教学纲要》、1981年的《幼儿园教育纲要》、2001年的《幼儿园教育指导纲要(试行)》和2012年颁发的《3~6岁儿童学习与发展指南》(下称《发展指南》)为标志<sup>[3]</sup>。它们的总体目标是一致的，那就是促进幼儿体、智、德、美的全面发展，幼儿的身体始终排在第一位。从幼儿身心发展的特点上来看，学前期幼儿正处在生命刚刚起步的阶段，促进幼儿身体健康发展乃是此时期的首要任务。《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》中

强调“学前教育对幼儿习惯养成、智力开发和身心健康具有重要意义。遵循幼儿身心发展规律，坚持科学的保教方法，保障幼儿快乐健康成长。”<sup>[4]</sup>“体育活动具有多重育人功能，它不仅能够培养幼儿良好的情绪情感，促进幼儿各种机能及身体发展；而且能够促进幼儿良好性格的形成，增进幼儿们的交流，促进社会性发展。亚里士多德<sup>[5]</sup>指出：“体育应该首先作为最初的教育。”我国著名的学前教育家陈鹤琴<sup>[6]</sup>说：“孩子是生来好动的，是以游戏为生命的。”从儿童游戏(包括体育游戏)的相关研究及著作中，可以看出，幼儿体育在幼儿素质教育中起着非常重要的作用。

## 2 幼儿体育活动的内涵

### 2.1 世界主要国家对幼儿体育活动的认识

幼儿体育，本质上是对幼儿身体的养育、教育过程，并非我们平时所理解的体育。因此许多国家制定的学前教育纲要或课程指南中大多把幼儿体育活动纳入健康的范畴中，并以游戏或体育活动完成对幼儿身体的养育。

20世纪美国就已经重视幼儿整体性发展，包括社会性发展、认知发展、情感发展和身体发展。1993年4月，美国政府颁布《2000年目标：美国教育法》指出，儿童将接受入学时应具备身心健康所需要的营养、体格锻炼及健康护理。《2007年改进提前开端法案》表述：为低收入家庭儿童提供学习环境，支持他们在语言、读写、数学、科学、社会性和情绪情感、艺术创造、身体运动技能及学习方法等方面的发展<sup>[7]</sup>。

2007年英国教育和技能部出台了《儿童早期基础阶段》，建立起一个统一的以游戏为基础的儿童早期学习和发展框架。英国学前教育对幼儿体育发展的价值是促进幼儿情感、身体、社会和智力等方面的全面发展，帮助儿童做好入学准备<sup>[7]</sup>。

日本在1999年进行的《幼儿园保育大纲》的修订中，幼儿园教育领域被修改为5大领域：健康、人际关系、自然、语言、绘画和手工以及音乐律动。在健康领域中，重点强调游戏的作用，针对性地通过大自然及户外开展幼儿健康教育活动<sup>[7]</sup>。

2003年印度的《国家儿童宪章》对学前教育提出几个方面要求：儿童的生存、生活和自由；推进健康和营养高标准；保证最低需要和生命安全；游戏和娱乐等<sup>[7]</sup>。

法国母育学校体育活动的目的是通过为儿童提供保持健康所需的运动条件，使儿童自己练习其运动技能，促进儿童适应能力与合作能力的发展，体育活动内容具体包括：全身运动机能活动，如走、奔跑、跳

跃、爬行、攀登、投掷、运载、保持平衡；运动协调活动，如敏捷游戏、速度游戏、对抗游戏、舞蹈及伴有歌唱的圆舞；人体表现活动，简易表演全部动作。

俄罗斯学前教育对儿童进行教育的基本途径，主要是通过游戏和各种活动来促进儿童体力、智力、道德、艺术能力的发展。俄罗斯学前教育机构认识到体育活动不同于运动游戏，必须使幼儿体育系统化。因此，俄罗斯幼儿园一般面积宽敞，运动器械丰富。为了使儿童的活动天性得到满足，幼儿园里一般时间安排运动项目，把传统的体育项目与非传统的结合起来。普遍的体育训练项目有早操、韵律操和健美操、羽毛球、拍球，乒乓球、雪橇、跑楼梯、跳绳、跑步及日光浴等。这些不同种类的体育活动是为不同年龄阶段的幼儿安排的。俄罗斯的幼儿园很重视跑步训练，也很重视耐力的训练。重视运动与游戏相结合，也是他们幼教教育的特色之一<sup>[8]</sup>。

我国一直以来对幼儿体育活动均以“体”为先。《幼儿园工作规程》在总则提出“对幼儿实施体、智、德、美诸方面全面发展的教育”，目标是“促进幼儿身体正常发育和机能的协调发展，增强体质。”2001年的《幼儿园教育指导纲要(试行)》和2012年颁发的《3-6岁儿童学习与发展指南》开始把幼儿体育活动置于健康领域之下，但均未对幼儿体育作诠释。

## 2.2 幼儿体育活动的界定

长期以来我国对幼儿体育活动的理论研究较少，幼儿体育活动概念混乱，目前国内学前教育比较有影响的专家对幼儿体育的认识也不尽相同，对幼儿园的体育活动出现“幼儿体育教育”、“幼儿体育”，“幼儿身体活动”、“幼儿身体运动”、“幼儿身体动作内容”等表述。其概念定义、范畴不清。

学前教育专家许卓娅<sup>[9]</sup>把幼儿体育称作为“幼儿园体育”。幼儿园体育基本内容包括基本动作、基本体操和体育游戏3个方面，律动、舞动和表现性、创造性的身体活动也纳入幼儿园体育基本内容的体系。

学前教育专家刘馨<sup>[10]</sup>把幼儿体育定位为幼儿“身体运动”。身体运动主要是通过对幼儿的身体施加一定的刺激(即运动的刺激)来实现。一定的运动刺激作用于幼儿的机体，使幼儿的机体承受着相应的生理负荷，这种刺激的经常化，促使幼儿机体内部不断地进行调整而逐渐产生适应性的变化，从而使机体在形态、结构和机能上得到一定的完善和提高。

刘馨在书中把“体育活动与身体运动(身体锻炼)”并列提出，意思是两者具有不同的内涵，认为体育活动是社会文化的组成部分，幼儿的体育不同于学校体育，它是融幼儿保育和教育为一体的特殊的教育领域。

身体运动对学前儿童的发展具有两大功能或价值：促进幼儿身体机能和运动机能的协调发展；以身体运动为方式或手段，促进幼儿心理的健康发展。刘馨将幼儿体育称之为“身体运动”，主要是通过对幼儿的身体施加一定的刺激(即运动的刺激)来实现。一定的运动刺激作用于幼儿的机体，使幼儿的机体承受着相应的生理负荷，这种刺激的经常化，促使幼儿机体内部不断地进行调整而逐渐产生适应性的变化，从而使机体在形态、结构和机能上得到一定的完善和提高。

庞建萍、柳倩<sup>[11]</sup>提出“学前儿童体育是在遵循0-6岁儿童身心发展的特点和规律的基础上，融保育与教育为一体的特殊的教育领域。”

王占春、陈珂琦<sup>[12]</sup>认为：“幼儿体育是遵循幼儿身体生长发育规律，以增强体质，提高健康水平，促进幼儿身心全面、和谐发展为目的所进行的一系列的教育活动。”

比较各种对幼儿体育的表述，本研究认为均未能从本质上阐明幼儿身体发展的目标，因此提出幼儿园的体育称为“幼儿体育活动”为宜。这个提法既有助区别于中小学阶段的体育教育，又实现“幼小衔接”理念，其理由如下：

(1)体育教育应包含身体运动、游戏和教育指导等要素。“幼儿体育”的表述过分侧重运动和教育指导，难免强化训练意识，带有竞技意味，淡化游戏的快乐。“幼儿身体活动”的概念强调了身体练习、身体运动，其锻炼效果与幼儿身体的生长发育、体质增强有关，体育的教育意味较弱。

(2)幼儿体育包含了体育教育、运动及竞赛的内容。在幼儿园开展“幼儿体育”容易导致把竞技体育的内容、方法、技能直接引入幼儿园的体育活动中，从而出现拔苗助长的现象。

(3)“幼儿体育活动”的提法带有身体运动、玩耍、快乐的涵义。在幼儿阶段的体育，除了增强体质的目标之外，应偏向通过快乐的活动来激发和保持幼儿参与身体运动的兴趣，同时快乐的体育活动可使幼儿的情感需求得到满足，从而促进心理和身体的健康发展。

(4)“幼儿体育活动”包括以活动、游戏为手段的体验过程。在体育活动中根据幼儿自身的特点渗透活动情节，适应幼儿模仿和参与成人活动的心理需求和幼儿社会化的需求，以引发幼儿通过探索性活动参与锻炼(比如旋转的方式探索身体不同部位的运动方式；用抛、接的方式探索身体与物体的共同运动方式；翻滚体验身体与空间的关系等等)，而不偏重动作技能学习。动作技能学习是学校阶段的体育教育目标。

综上所述，幼儿体育活动是指对幼儿(3~6岁)进行

身体基本活动能力培育及发展的过程。

### 3 当前国内幼儿体育活动的开展现状

#### 3.1 幼儿体育活动目标凌乱、内容欠缺

学前教育中所指的“体”是身体的全面协调发展，在幼儿阶段“体”不应该理解为日常生活中的体育，而应该理解为对幼儿身体的养育过程，这个过程不能简单地开展成人的体育，而应该以人类基本活动能力的培养为主线，幼儿体育活动内容应符合“以幼儿后继学习和终身发展奠定良好素质基础为目标，以促进幼儿在体、智、德、美各方面的全面协调发展为核心”的发展任务<sup>[1]</sup>。从目前幼儿体育活动的现状来看，活动目标不甚明确统一，要求不甚具体；活动内容缺乏一定的连续性、系统性和灵活性，且存在一定的盲目性。由于目前我国幼儿园体育活动没有统一的内容标准和教学大纲，在幼儿园体育教学实践中出现了不少比较严重的偏差，使幼儿体育活动目标容易与竞技相联系，导致幼儿园出现成人体育教育的活动项目，而忽视幼儿身体基本活动能力的培育、教养和养成。

针对以上问题，教育部于2012年制定的《3~6岁儿童学习与发展指南》(下称《发展指南》)，根据3~6岁幼儿学习与发展的基本规律和特点，提出了3个年龄段幼儿身体发展的要求与目标，即在身体健康中提出发展幼儿平衡、力量与耐力、灵敏与协调等的活动能力。然而，“发展指南”只提出目标要求，缺乏对3~6岁各年龄段幼儿的体育活动内容的具体指引，特别是针对不同年龄组的特点，选择发展幼儿身体的最佳动作方面有待细化。有人选取3~4岁年龄段的幼儿进行为期6个月的实验研究，结果表明根据取向理念设计的体育运动会提高3~4岁幼儿动作完成质量，激发幼儿的运动潜能，提出当前幼儿期体育活动内容存在忽视了幼儿运动经验的储备，内容单一，特殊项目技能练习欠缺，练习动作的形式与种类不足，不重视练习动作的负荷强度，不重视精神环境的营造等问题<sup>[4]</sup>。

幼儿体育活动目标的凌乱与内容的脱节，使幼儿园体育活动的安排处于混乱状态。

#### 3.2 幼儿体育活动内容和形式随意性较大

以发展幼儿基本活动能力为主线的体育活动是其未来学习阶段的基础。但目前对幼儿体育活动的整体组织，活动量的科学监控，活动内容的选择，基本活动能力的培养，养成和教养、幼儿体育活动的测量与评价标准等方面的研究，与中小学体育研究相比显得极为薄弱。不少幼儿园体育课的活动内容和形式缺乏科学依据或随意性大，未能依据幼儿的身心发展特点安排体育活动内容，存在成人化趋向。

国际儿童教育领域有这样一种共识：过早的技术训练反而会妨碍孩子的想象力和创造力。不少教师对“体”的理解上缺乏全面性，受传统体育的影响，均从竞技体育的层面上认识幼儿园的体育，缺少对幼儿进行基本活动能力的培养、养成和教养。Seefeldt认为“除非个体的多种动作技能都得到基本的发展，否则他们的动作技能水平将难以发展到‘金字塔’中的高级水平——即达到运动、竞赛和舞蹈动作技能所要求的熟练程度。”他进一步提出“儿童应该在儿童的早期到中期这一阶段获取广泛的技能基础之后才有可能发展到位于‘金字塔’的更高层级的动作技能。”<sup>[15]</sup>不少带竞技性的运动项目进入幼儿园，如篮球、足球，甚至有部分幼儿园出现了高尔夫，严重脱离幼儿的身心发展规律，3~6岁阶段幼儿的动作发展特点是，细肌肉发育仍处于一个比较低的水平。过早进行技术训练，让肌肉还没有发育完全的孩子做一些无法做好的动作，就好比让瘦弱的孩子挑重担，让他自己跟自己较劲，很容易使得孩子产生挫折感，进而影响自信心和兴趣。造成这种现状，与当前缺少幼儿体育活动内容相关指引，教学内容选择随意性有很大的关联。

#### 3.3 幼儿体育活动的测试及评价成人化

幼儿体育活动的测试及评价标准的准确性与有效性对幼儿身体发展状况的分析与评价起着决定性的作用。从2000年开始，我国每5年对3~69岁的中国公民进行一次体质健康监测，由国家体育总局制定的《国民体质测定标准(幼儿部分)》为幼儿身体发展状况分析与评价提供依据。测试指标包括身体形态和素质指标两类，身体形态包括身高、体重；素质测试包括10m折返跑、立定跳远、网球掷远、双脚连续跳、坐位体前屈和走平衡木<sup>[6]</sup>。目前《国民体质测定标准(幼儿部分)》是采用统一的测试项目，并给予不同年龄段幼儿相应的评价标准。从当前文献检索看，大量涉及幼儿体育活动测试及评价多采用这几项测试项目作为评价依据。

教育部《发展指南》提出的幼儿身体发展的要求与目标，即发展“幼儿平衡、力量与耐力、灵敏与协调等的活动能力”，要全面测试评价这些能力，简单的采用定量评价是不够的。《国民体质测定标准(幼儿部分)》中有些幼儿体育活动能力的测试及评价项目存在成人化倾向，显然未能达到《发展指南》的分年龄段学习和幼儿动作发展要求。因此，有必要按照幼儿的不同年龄段特点制定新的测量与评价标准。而且对应不同身体素质的发展要求，测试项目可以多样化，按照幼儿年龄特点分层制定测定平衡、力量与耐力、灵敏与协调等活动能力项目和评价标准，形成综合评定平衡、协调和灵敏、力量和耐力素质的评价指标及其

判定标准体系。举例来说,用于评定平衡素质的测试项目有多种,如闭眼单脚站立、单脚站物、走平衡木,某年龄段幼儿可选取其适宜的测试项目。悬垂反映 5~6 岁幼儿的力量和耐力的发展状况;闭眼单脚站立反映 3~4 岁幼儿的平衡能力等。经过试验确定符合该年龄段幼儿,然后制定各年龄段幼儿的测试评价标准。此外,有些测试项目是可以通过反复的练习提高测试成绩的,例如走平衡木,一次测试结果未必能真实反映幼儿该项素质的实际水平。眼单脚站立仅依靠大脑前庭器官的平衡感受器和全身肌肉的协调运动,幼儿维持身体重心在单脚支撑面上的时间长短可以反映其平衡能力的强弱。因此,平衡动作测试可以采用闭眼单脚站立替代走平衡木,更可真实、客观地反映幼儿的平衡素质。

### 3.4 幼儿体育活动卫生保健及安全措施不足

并不是所有的运动都能促进幼儿健康成长,确保幼儿在体育活动中的卫生保健与安全是开展体育活动获得成效的前提。在幼儿体育活动中教育者要注意根据幼儿身心发展特点进行科学安排和监控运动量,预防运动中幼儿发生各种意外损伤,并对幼儿从小进行安全教育与保护。教育者要在活动中使幼儿逐步养成体育活动中的自我保护意识和行为,避免和减少幼儿体育活动中的不安全行为。幼儿在活动时身体所承受的负荷量取决于活动的时间、强度、密度等。幼儿体育活动应保持适宜的活动量,活动量如过小,达不到体育活动的预期目标,活动量过大,则易加重幼儿体力负荷,甚至造成活动损伤。目前在这方面的活动指引明晰性不够,缺乏操作规范,主要依靠教育者的观察。结合当前运动科学的发展成果,可为幼儿体育活动的卫生保健及安全保障提供适宜的指引。

### 3.5 缺乏体育活动环境设施

影响幼儿体育活动质量最直接的影响因素是社会、家庭、幼儿园环境中的体育设施和教育者的体育素养,其中幼儿活动场地的体育设施是硬件,教育者的体育素养是软件。幼儿的主要体育活动时间都在幼儿园,园内的体育设施是整个教育环境的重要组成部分,包括幼儿园的活动室、户外体育设备和活动场地等。提高幼儿体育活动质量,关键在于改善环境中的体育设施和提高教育者的体育素养。随着城乡规模不断扩张,适龄入园幼儿的骤增,致使目前幼儿园资源分配不平衡,不同等级和不同办园性质幼儿园之间的体育设施种类、数量存在差异。

规范幼儿园体育活动场地、器材要采取相应的措施,通过制定国家标准,加大幼儿体育设备的投资力度,例如增加活动场所的面积、优化场地材质、增加大中小

型体育器材,尤其是鼓励自制体育器材,充分利用社区资源,积极拓展幼儿的体育活动空间等,可以提高幼儿参加体育活动的积极性。幼儿体育活动与教育者的指导有关,包括教师和家长,提高教师的体育素养,鼓励家长学习相关教育理论,加强幼儿园与家长的沟通,这对促进幼儿的健康成长和身体的发育以及减少幼儿意外伤害事件的发生具有重要的意义。

### 3.6 缺乏幼儿体育教育专业人员

幼儿教师的体育专业技能、课程组织能力、教学能力和实践能力是幼儿体育活动课教育质量的核心问题,幼儿体育教育专业人员的综合素质直接影响着幼儿体育活动的成效。目前幼儿教师以专科、本科学历居多,多毕业于学前教育专业,非专业体育幼儿教师虽然了解幼儿身心发育的一般特点和基本教学方法,但自身缺乏基本体育知识和技能的系统学习,对体育动作的名称、动作技术原理了解不足。我们在广东省幼儿园的调查中发现,体育专业毕业的幼儿教师只占幼儿园教师的 2%。目前不少幼儿园采用外聘体育教师的办法弥补体育师资的不足,但仍远远不能满足幼儿的体育活动的需要,幼儿体育活动的质量难以保证。在一些条件较好的学校会配有专业的体育教师,而民办幼儿园由于资金方面不充足等原因,远远不能适应幼儿园体育活动的发展需要。在幼儿园缺乏幼儿体育教育专业人员的情况下,极大地限制了幼儿教师对幼儿体育活动的施教能力,大多数幼儿教师会凭个人体育学习经验指导幼儿体育活动,缺乏针对性、专业性和科学性。

### 3.7 幼儿体育活动的开展不尽理想的主要原因

(1)国家没有真正把学前教育纳入义务教育范畴,幼儿园的发展,对学前教育的关注度远远落后于世界主要国家。对幼儿体育活动的开展只满足于提出要求,没有开展体育活动内容、场地、器材及师资水平的相关规定,使幼儿园体育活动趋于放任的地步。

(2)虽然《发展指南》重视了身体发展,并把幼儿的动作发展置于健康之下,并要求 3~6 岁幼儿“具有一定的平衡能力,动作协调、灵敏,具有一定的力量和耐力,手的动作灵活协调”的目标要求,但仍然没有具体的学习内容,缺乏幼儿体育活动教学大纲或课程标准。

(3)长期以来受前苏联的教育及体育教育体系的影响。幼儿园的教师接受的是以体育项目为基础的体育教学体系,因此一直以来对“幼儿体育的认识停留在大体育的观念上,过多地把竞技体育的项目及练习方法用于幼儿园的体育活动中,不少幼儿园照搬运动项目的技术、技能进行教学,纯篮球、足球技术教学、

比赛比比皆是”<sup>[17]</sup>。

(4)社会的急功近利思潮影响了幼儿体育活动的正常开展,在教育竞争激烈的环境下,家长们“赢在起跑线上”的意识,给社会幼儿培训机构举办各种体育项目培训班起了推波助澜的作用,影响幼儿体育活动科学、有序开展。

#### 4 建立幼儿体育活动内容体系的建议

目前幼儿园没有统一的体育教学大纲,成人化学习倾向严重,测试评价标准宽泛,一直困扰着幼儿园的体育活动开展,甚至衍生出运动安全问题。根据《发展指南》要求,对幼儿各年龄组(3~6岁)基本活动能力发展内容进行综合研究,建立幼儿各年龄组身体基本活动能力的活动内容、锻炼手段与评价方法,构建符合幼儿身心发展的体育活动体系,将对促进幼儿体育活动的正常开展和幼儿体质健康发展产生深远的影响。

##### 4.1 分层递进构建幼儿体育活动内容体系

根据教育部《3~6岁儿童学习与发展指南》中对幼儿提出的目标:具有一定的平衡能力,动作协调、灵敏,具有一定的力量和耐久力及手的动作灵活协调等要求,以基本动作技能为依据,建立不同年龄阶段的、循序渐进的、由易到难的位移技能(如跑步)、非位移技能(如扭转)及操作技能(如投掷)的可操控的体育活动体系。体育活动体系包括3个方面的内容:3~6岁平衡、协调与灵敏、力量和耐久力的基本动作技能内容体系(如走:自然走步、前脚掌走、脚跟走、小步走、高抬腿走、蹲着走、弹簧步、后退走、变化手臂动作走、拍响走、击响走、持物走、协同走、障碍走、闭目直线走、平行线间走、平衡木行走等);3~6岁不同水平的球类基本动作技能活动体系(如3~4岁进行各种自制球类器械简单的不同玩法,能自由选择及取放材料。4~5岁开始与同伴一起进行合作性的球类活动。5~6岁有独立的主体意识和自觉积极的学习态度并在游戏过程是否创造出不同的玩法。)幼儿园户外体育活动内容体系(如以平衡类器材为主、协调灵敏类器材为主和力量持久力类器材为主的户外体育活动内容)。

##### 4.2 筛选与建立幼儿体育活动测量指标体系

幼儿身体素质的发展状况可以在生活中和不同身体运动中表现出来。针对不同年龄段幼儿体育活动内容,有必要筛选与建立各年龄段幼儿体育活动的测量指标体系和评价方法。在各年龄段幼儿大肌肉的测量指标给予量化标准,通过幼儿完成动作的量来明确量化身体素质发展状况。

目前国外广泛应用的幼儿体育活动测量及评价体系是《大肌肉动作发展测试2》(Test of Gross Motor

Development 2, TGMD 2)。TGMD 2的大肌肉动作发展测验包括“位移动作测试”和“物体控制动作测试”两项,专门用于评估3~10岁儿童大肌肉动作发展情况。位移运动测量的是当孩子从一个方向朝另一个方向移动所需要的身体灵活、协调、优美的大肌肉群运动能力。包括跑步、前滑步、单脚跳、跨跳、立定跳远、侧滑步。物体控制动作测试衡量的是有效地抛、接和击等运动而体现的大肌肉群运动能力。包括击固定球、原地拍球、双手接球、踢球、上手投球、低滚球。其被设计用来评估大肌群在3~10岁儿童中的发展作用,而且已经被验证具有高度可靠性和有效性<sup>[18]</sup>。

在构建科学的幼儿体育活动内容、方法的基础上,通过跟踪、测验、实验、数据统计及分析,对各年龄组以及各类活动内容进行改进与完善,形成幼儿体育活动的测量与评价标准,最终形成较为完善的幼儿体育活动测量指标评价体系。

##### 4.3 创设适宜的体育游戏环境

运动可以在任何自然的环境中发生。设计合理的体育游戏环境是为了给幼儿提供充足的室内和户外运动空间,充分满足幼儿学习运动技能的需要,促进所有儿童的运动能力发展。作为幼儿体育活动的物质条件,体育设施直接影响到幼儿的身体发育和锻炼效果。幼儿园为幼儿体育活动、游戏玩耍所提供、制作的物品、器材应更加注重趣味性,而且环境中的运动设备种类大小、重量要根据幼儿运动需求、身体素质和活动内容而变化。建立家、园、社区共育模式,由教师、父母等为幼儿体育活动创设安全的运动环境和进行运动卫生保健,监控幼儿运动量,鼓励幼儿在运动领域取得成功。

##### 4.4 建立幼儿体育活动教学组织体系

由于幼儿还不具备完全的自我发展能力,幼儿体质健康的维持和促进成效取决于幼儿园教师和家长的教教育水平,其中幼儿教师的专业素质和实践能力是幼教质量的重要保证。教学活动组织是由教育者,包括教师、父母,指导幼儿进行学习的活动。不同的体育活动方案由不同的教师执教会对幼儿产生不同的教学效果,提升教育者体育素养和指导技能可使幼儿接受科学、有效的体育活动指导,促进幼儿健康成长,并使幼儿养成参与体育锻炼的习惯并在学校体育学习时具有更高的起点。

##### 4.5 关注体育活动中有特殊需要的幼儿

近年来国内外都在特殊教育领域开展“融合教育”、“全纳教育”,特殊儿童进入普通幼儿园并享有与正常儿童同等的教育已成为学前教育发展的基本走向。在我国推进“融合教育”的背景下,基于幼儿教育

师专业发展改善幼儿教师对不同特点幼儿的体育教育认知,使其具备应积极为有特殊需要的幼儿制定个性化的教育方案的基本能力,尊重特殊需要幼儿的运动权,提高有特殊需求幼儿整体素质,促进幼儿健康、全面发展,使幼儿养成参与体育锻炼的习惯并在学校体育学习时具有更高的起点。

#### 4.6 幼儿行为规范及规则意识的培养

行为规范和社会规则是人们在社会生活学习和工作中必须遵守的准则,在社会生活中起着非常重要的作用。研究表明3~5岁的幼儿对社会规则的认知来自于其实际社会交往,而且呈现不断发展的动态过程。即随着年龄的增长,幼儿可以学会区分更多的社会规则事件,对规则概念的理解也随之进一步深化,对规则遵守和执行逐渐从他律转向自律,从而内化为自身行动<sup>[19]</sup>。从小培养幼儿的规则意识和执行规则的能力有助于幼儿未来成年后适应社会生活。通过制定体育游戏规则,可以使幼儿在活动中提高和培养行为规范和规则意识。

#### 4.7 感觉统合训练与幼儿体育活动的融合

感觉统合理论由美国南加州大学临床心理学博士爱尔丝(Ayres A.J)于1969年首先系统提出。所谓感觉统合是指人的大脑将从各种感觉器官传来的感觉信息进行多次分析、综合处理,并作出正确的应答,使个体在外界环境的刺激中和谐有效地运作。一般的孩子都在5岁前确立优势大脑,如果优势大脑迟迟未能确立,就会出现“感统失调”,造成以后身体平衡和全身肌肉协调差,表现为手脚笨拙、灵活性差、多动、注意力不集中、性格问题(冲动、任性、脾气暴躁)。感觉统合失调正在威胁着我国儿童,特别是经济发达地区儿童的心理健。据不完全统计,我国目前已有10%~30%儿童不同程度地患有此症。南京铁道医学院附属医院对南京市2486名6~11岁的学龄儿童通过规范、系统的测试,结果发现有34.9%的学龄儿童存在着不同程度的感觉统合失调。实验研究表明,感觉统合训练课程结合幼儿体育活动课程对幼儿身体素质的影响有积极作用,对幼儿全方位的成长具有极为明显的帮助<sup>[20]</sup>。

幼儿教育是我国社会主义教育事业的重要组成部分,是我国基础教育的基础,是提高全民素质的奠基工程,它在培养青少年儿童体育锻炼意识、技能与习惯的过程中起着举足轻重的作用。以适用性、科学性、趣味性、安全性等为原则构建符合幼儿身心发展规律的体育活动内容及评价体系,防止儿童成人化教育,对推动幼儿体育教育改革与发展提供参与与借鉴,有利于提升我国幼儿体育教育的总体水平和促进幼儿体质健康。

#### 参考文献:

- [1] 教育部. 幼儿园教育指导纲要(试行)[EB/OL]. [http://www.gov.cn/gongbao/content/2002/content\\_61459.htm](http://www.gov.cn/gongbao/content/2002/content_61459.htm).
- [2] Greg Payne, 耿培新, 梁国立. 人类动作发展概论[M]. 北京: 人民教育出版社, 2008.
- [3] 教育部. 幼儿园工作规程[EB/OL]. [http://www.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3327/201001/xxgk\\_81893.html](http://www.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3327/201001/xxgk_81893.html).
- [4] 教育部. 国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)[EB/OL]. [http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/moe\\_838/201008/93704.html](http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/moe_838/201008/93704.html).
- [5] 亚里士多德. 政治学(第七卷)[M]. 北京: 九州出版社, 2007.
- [6] 陈鹤琴. 家庭教育——怎样教小孩[M]. 北京: 中国致公出版社, 2001.
- [7] 霍力岩. 美、英、日、印四国学前教育体制的对比研究[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2013.
- [8] 周采. 比较学前教育[M]. 北京: 人民教育出版社, 2013.
- [9] 许卓娅. 学前儿童体育[M]. 南京: 南京师范大学出版社, 2003.
- [10] 刘馨. 学前儿童体育[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2014.
- [11] 庞建萍, 柳倩. 学前儿童健康教育与活动指导[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2014.
- [12] 王占春, 陈珂琦. 幼儿园体育活动的理论与方法[M]. 北京: 人民教育出版社, 2011.
- [13] 教育部. 3~6岁儿童学习与发展指南[EB/OL]. [http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3327/201210/xxgk\\_143254.html](http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s3327/201210/xxgk_143254.html).
- [14] 张莹. 动作发展视角下的幼儿体育活动内容实证研究[J]. 北京体育大学学报, 2012, 35(3): 133-140.
- [15] 耿培新, 梁国立. 人类动作发展概论[M]. 北京: 人民教育出版社, 2008.
- [16] 国家体育总局. 国民体质测定标准(幼儿部分)[M]. 北京: 人民体育出版社, 2003.
- [17] 庄弼. 以体为先为幼儿健康发展奠基[J]. 中国学校体育, 2014(11): 1-3.
- [18] 李静, 梁国力. 大肌肉群发展测试\_TGMD2\_研究[J]. 中国体育科技, 2005, 41(2): 105-107.
- [19] 岳训涛. 儿童社会规则认知特点与游戏规则意识的培养[J]. 基础教育研究, 2012(11): 58-59.
- [20] 游富瑜. 感觉统合训练课程开设现状及其对幼儿身体素质的影响研究[D]. 成都: 四川师范大学, 2011.