

# 从多种角度发展幼儿体能

王春梅

(青川县乔庄幼儿园 四川 广元 628100)

**[摘要]** 学前教育时期是幼儿身体和心理发展的关键期,“健康的身体和心理是实现幼儿全面和谐发展的基础和重要条件”。在发展和锻炼幼儿的体能过程中,要充分激发幼儿的兴趣和培养幼儿的意志力和创造力,使幼儿充分发挥其主观能动性,发展身体素质,培养良好的道德品质,促进幼儿身心的和谐发展。本文以《3—6岁儿童学习与发展指南》为依据,以幼儿体能发展为突破口,以办有质量的学前教育为目标,开展了一系列的尝试与探索。

**[关键词]** 幼儿体能;发展;锻炼;本土

## 一、早操改革新实践

如果按常规开展幼儿体能活动势必会遇到诸多困难,如组织管理不易、不安全因素增多、场地器材不足、师幼互动不全面等。为了化解这些困难,我们做了创造性的改革思路和实践。一是丰富体能活动的组织形式,除了有计划、有组织的体能游戏、体能集中教育活动外,还将体能活动有机地融入一日活动的相关环节,如早操、区域体能等。二是添置体能活动的材料器械,既有功能单一便于竞赛监测的器械,又有功能多样利于探究合作开展的器械。三是改革体能活动的实施策略,更多地让幼儿与同伴互动、与器械互动、与场地互动,让幼儿自主探索、自主建构相关体能经验。例如,在早操实践中,我们的器械“就地取材,方便取放,一物多玩”,我们的模式是“团体操式整体互动,肢体器械巧妙融合”,以发展速度、平衡、灵敏协调、柔韧素质为主,辅以力量和耐力素质等内容,借此改变原有早操“器械烦琐化”“互动缺乏化”“锻炼较弱化”的趋势,全面发展幼儿的体能。

### (一)筛选早操器械

我们原有早操器械繁多,场地布置起来费人、费时、费力,此轮早操化繁为简,以一种器械结合幼儿的肢体完成所有的体能发展。同时,器械的选择以生活中的常见材料为主,最主要的是体现一物多玩,取拿方便。多方筛选、多次实验后,分别确定为:(1)大班:篮球,可拍、传、单脚站、坐、躺等;(2)中班:木盆,可坐、站、卧、敲击、重叠等;(3)小班:圆木板,可坐、站、滚动等。

### (二)梳理早操结构

早操的各个环节必须遵循“曲线上升、波形进展和曲线下降”的规律,动静交替,运动强度适宜。因此,科学合理的早操结构包括四个部分:热身运动(队列练习)—操节运动—体能运动—放松运动。

第一,热身运动(队列练习):做一些简单的动作,如拍手、举臂、走走、跑跑,辅以由易到难、从简单到复杂的队列练习,让幼儿身体动起来,情绪“热”起来。

第二,操节运动:塑造美的体形、锻炼美的体态的手段之一,主要包括徒手操和器械操,其间也有简单的队列练习。

第三,体能运动:利用器械操的器械,结合幼儿的肢体,全方位地锻炼幼儿体能,充分感受早操活动的乐趣。

第四,放松运动:此阶段最重要的是让幼儿得到充分的休息以及放松身心,使幼儿的身体机能由较兴奋状态逐步转入平静状态,以便顺利地过渡到下一个活动。

### (三)优化早操音乐

音乐是早操的灵魂,起着口令、节拍的作用,能增强幼儿动作的节奏感和韵律感,更能激发幼儿情绪饱满地积极参与早操活动。因此,选配适合的早操音乐显得尤为重要。首先,向家长、教师征集音乐素材;其次,选取符合幼儿年龄特点的音乐,切忌成人的爱情歌曲;再次,确定音乐组合形式,如中国风、动画风等;最后,将编辑好的音乐让幼儿试听,与幼儿一起探讨调整,配上适宜的、幼儿感兴趣的说白,如“嗨、哈、嘿”等。比如,大班:民族与世界的多元融合,如《西班牙斗牛士》《北斗神拳》“Fantastic Baby”等;中班:地域特色的提炼萃取,选择“印象武隆”大型实景演出的音乐,如《川江

号子》《太阳出来喜洋洋》《火锅火锅》等;小班:军旅风格的整合优化,如《一二三四》《打靶归来》《我是解放军》等。

改编后的团体式早操,同伴之间的交流互动得到增加,空间方位的感受也更加深刻,非智力因素的培养如合作、意志力等落实了,参与的积极性也更高了,体能发展更加到位。两三百名幼儿随着音乐的变化,有序变化出中圆、小圆、四路纵队、两路纵队、阳光光芒等多姿多彩的队形,场面之恢宏、反应之灵敏、速度之快捷常常引得众多家长、行人驻足观看,惊叹不已。幼儿获得了积极愉悦的情感体验,自主性得到充分张扬。

## 二、区域体能新探索

在区域体能活动中,教师往往因担忧幼儿发生伤害事故而采取降低难度、过分保护或限制等方式,来干预幼儿的体能活动。那么,如何让幼儿真正地成为活动的主人,让幼儿充分活动又能保证他们的安全呢?

### (一)科学规划

根据场地性质和适宜的体能发展需要,我们几经尝试,几经调整,分别规划出以各类球为载体的球场(塑胶);以木板、木梯、木墩、竹块、滚筒等为载体的自主建构场(塑胶);以铁环、陀螺等为载体的传统游戏场(硬地),从不同角度全面发展学生的奔跑、平衡、跳跃、钻爬、力量、柔韧、灵敏、耐力等的能力和素质。

### (二)调整区域器械

在器械的存放上,将原来按功能来分类存放的,如平衡类、钻爬类、跳跃类、玩水类、玩沙类等,且各类器械尽量不重复,不交叉。虽然材料丰富,区域划分非常清楚,但幼儿玩起来就是不尽心、不开心,水平也不高。活动结束后,幼儿也不能按照之前的分类标准来存放,器械区域永远是杂乱的……这引发我们的思考。大家研讨后一致认为:器械的功能仅仅是成人赋予的,缺乏儿童的视角,必须改变区域器械的存放、投放方式。

经过一系列的改变,每天2小时的户外活动时间得到强有力的保证;经过一系列的改变,我们看到区域体能的全新气象:场地上一片生机,一片井然,一片忙碌,每一个幼儿都做着自己喜欢的事情;我们看到了幼儿学习的真实发生:奔跑跳跃,分享合作,探究解决,享受着自己做事的美好;我们更收获了师幼水平的全面提高:教师持续观察,深入解读,及时调整。每一个师幼都建构着自己完整的成长,教师专业素养不断攀升,幼儿身体素质和运动能力明显高于我县其他幼儿园的平均水平。

总之,通过对幼儿体能活动的探索和实践,幼儿在身体生长发育、动作发展、身体素质、心理品质等各方面都得到较大的发展,这里需要强调的是,让孩子更多的在带有体能元素的游戏里尽情的玩和享受体育带来的乐趣,培养孩子的认知能力和动作模式的建立,在某种意义上比训练更为重要,从而促进他们逐步养成运动的习惯,爱上运动,把养习教育贯穿到学习和体育中去。

### 参考文献

- [1]张堂.动作发展视角下的幼儿体育活动内容实证研究[D].北京体育大学学报,2012:35.
- [2]马凤霞.幼儿户外活器械有效性研究—财源街道中心幼儿园“体能欢动课”实验与研究[J].科技风,2012,8(21):44-45.

# 浅谈幼儿教师怎样做好与家长的交流工作

唐凤莲

(青川县木鱼镇幼儿园 四川 广元 628100)

**[摘要]** 在幼儿教育中,家园共育作为发挥教育资源的一种手段,越来越受到幼教工作者的关注。孩子能够茁壮成长,也是老师和家长的共同愿望。尽管如此,由于教师和家长之间教育观念、思考角度不同,常常会引发一些矛盾和冲突,如何解决家长的批评和抱怨,是幼儿教师艺术的重要内容,在工作中,我们把解决问题的方式建立在理解和沟通的基础上,取得了较好的效果。在做家长工作时幼儿教师要尽力对他们做耐心的解释,本着尊重、理解的出发点,处处为家长着想,家长也就会非常支持我们的工作,从而达到家园共育的目的。

**[关键词]** 幼儿教师;家长;交流

《幼儿园教育指导纲要》的组织与实施中明确指出:“家庭是幼儿园重要的合作伙伴,应本着尊重、平等、合作的原则,争取家长的理解、支持和主动参与,并积极支持、帮助家长提高教育能力。”家庭是幼儿成长的第一摇篮,每个孩子可以选择不同的幼儿园教育,但无法选择家庭教育,可见,家庭教育是何等重要。幼儿园和家庭是幼儿发展中影响最大、最直接的微观环境,作为幼儿最早接触的社会文化环境,它对幼儿发展所起的作用,是其他任何因素所不可比拟的。因此,家长工作在我们幼儿园工作中是不可忽视的重点工作之一。

我是一名农村幼儿教师,经过几年时间与家长的接触,了解和交往,我发现农村幼儿家长在教育幼儿方面存在许多偏见和误区,主要集中在以下几个方面:一、只注重幼儿认知能力的发展,不注重幼儿能力的培养。二、对幼

儿过度偏爱。幼儿提出的任何条件,他们都尽力满足,不能满足的就空口承诺。时间一长幼儿不吃这一套,每天入园时就哭闹。三、家长对幼儿教育认识不足。四、家庭教育环境不良。面对这样家长,如何做好家长工作,经过几年时间摸索,我从主要以下几方面去做家长工作:

### 一、树立为家长服务的思想

在家园沟通问题上,教师要确立为家长服务的思想,把家长作为平等的合作伙伴,真心实意做家长的朋友,耐心倾听他们的意见,切实帮助家长解决在育儿过程中遇到的问题。同时要换位思考,对家长产生的急躁情绪及冲动要冷静思考,学会体谅。只要我们态度诚恳,方法得当,就一定能赢得广大家长的拥护、支持。

### 二、尊重家长,平等对待;因为我们是教育的合作者

由于每个家庭环境的不同、家长文化素质的不同、孩子个性的不同，家长之间也存在着学历、职位、性格方面的差异，但无论家长间存在什么样的差异，从他将自己的孩子送到幼儿园的那一天起，家长与教师就开始了共同的历程——教育好孩子。因此，教师应该学会与每一位家长交流，让每位家长都能感受教师的关注或重视。

### 三、谈话要委婉和注重可接受性

在家园交流中，双方难免会谈到孩子的缺点，这时教师就要充分发挥语言艺术的魅力。首先，要先扬后抑，即先肯定孩子的优点，然后点出不足，这样家长就易于接受，也愿意接受教师的建议，愉快地与教师合作，对孩子的优缺点也能正确认识和正确对待。其次，要避免就虚，即不要一开始就切入主题，待家长心情趋于平静的时候再自然引出主题。比如教师说：“豆豆今天画画很认真，进步非常大，但有攻击性行为，不会与小朋友交往，今天他又推人了。”然后教师趁机提出：“我们希望与家长互相配合，对孩子进行一致教育，来改掉这个不良习惯，使孩子能够做得更好。”我相信教师这种谈话方式家长会很乐意接受。即让家长明白：谈论孩子的不足，目的是希望得到家长的支持，以便家园共同引导孩子形成良好的行为习惯。

### 四、做家长的知心朋友

每位幼儿家长的性格不一样，家庭条件也不一样，因此与家长交流的方式与方法不一样。只有通过你细心的观察和了解，去做他们的知心朋友，才能针对性的解决问题。吕涛小朋友自入园以来，表现一直很好，不爱说话的妈妈每天都笑眯眯的。有一天幼儿入园后一直叮嘱妈妈不要走，妈妈也恋恋不舍的看着幼儿，眼中充满泪水。见此情景，我把幼儿叫到一边问明情况。原来他父亲在外面打工惹了祸，妈妈生气要离婚，幼儿怕妈妈走掉，才出现入园时的一幕。了解情况后，我拨通了他妈妈的电话，从幼儿的心理发育到心理健康以及对孩子会造成的影响进行了分析，劝说她三思而后行。下午接幼儿时，她对我说感谢，说从孩子的角度想了想，决定不离婚了。现在每次遇到生活琐事都愿意与我谈一谈。孩子是家庭的一分子，父母离异会给他幼小的心灵留下一道抹不去的阴影，造成的心理伤害有可能影响他的一生。

### 五、多赞美孩子，有利于与家长进行交流

每一位家长，都期望自己的孩子是优秀的，希望得到别人的肯定与赞美，并从中获得愉快的心理体验。哪怕老师一句轻轻的赞美，家长都会感到无比的高兴，比自己得了大奖还要兴奋，而这种兴奋的心情会转移到对待孩子身上，妈妈或爸爸亲亲孩子的小脸，把孩子抱起来，高高地举到头顶上，嘴里说着“好儿子，你真能干！”这种奖励性的行为和语言，在一定程度上又促进了孩子继续努力。同时由于这种肯定优点的交流能够使家长保持一种轻松、自信、愉快的心情去面对，并且会主动向老师说孩子在家的表现，其中有一些不足的地方，期望得到老师的指导与帮助。

### 六、沟通联系

幼儿园的各项工作离不开家长的配合。孩子因故没来园，要向家长电话询问，家长在接送孩子时交代配合的事情要努力完成，这样人气才会越来越旺；家长就能感受到教师的工作热情，积极配合教师的工作，所以，密切联系家长工作很重要，拉近了家长与教师之间的距离，工作就更加得心应手了。

总之，和家长沟通是一个深奥的问题，但我相信，只要我们做个有心人，充分发挥家长园地、家长开放日、作品展示、家园联系册和接送环节的作用，注意多种沟通方式的互相补充，灵活运用，提高工作效率，就能取得家长的满意和信任，从而使我们的工作得到更多家长的良好评价。人们常说教师是人类灵魂的工程师，那么幼儿教师则是埋在土中的一块基石。她们既是幼儿的教师也是保姆，还是家长育儿知识的指导者和朋友。建立和谐的家园关系是幼儿教育成功的第一步。

### 参考文献

- [1] 卢顺凤：家园沟通；要讲一点艺术[J]早期教育(家教版)；2007年11期
- [2] 庞丽娟：《与幼儿教师的专业素质》，《幼儿教育指导纲要(试行)解读》，江苏教育出版社2002年4月版
- [3] 何少梅：幼儿教师应当树立的新理念[J]；教育文汇；2002年06期
- [4] 郝海霞：《教师专业发展与教师知识结构》，《湖南教育》2003年第20期
- [5] 杨晓慧；杨永刚；挖掘家长资源实现家园共育[J]；现代教育科学(小学教师)；2009年05期

## “四要四不要”抓好一年级新生养成教育

史云莲

(通化县实验小学 吉林 通化 134100)

**[摘要]** “养成教育”就是培养学生良好的行为习惯、语言习惯和思维习惯的教育。对于刚刚踏入学校大门的小学一年级新生来说，抓好养成教育，让孩子养成良好的课上与课下、校内与校外习惯，对于今后教育教学将会起到事半功倍的作用。本文总结了对于一年级新生养成教育的“四要四不要”原则。

**[关键词]** 一年级新生；养成教育；策略；“四要四不要”

### 一、要循序渐进，不要急于求成

小朋友们刚刚从幼儿园进入小学，许多生活和学习的习惯仍按照幼儿园的方式进行。形成一定的行为习惯乃至养成行为规范还需要一个过程，每个过程必须以教师为主导，以学生为主体，充分发挥教师的主导作用，调动学生的主体因素，认真地进行引导，使学生能适应新的环境自主地去学习。小到握笔方法、坐姿、课堂发言，大到课堂常规、课间活动常规、进出校门常规、集体活动规范等等，每一项教育内容都应进行精心的设计，以达到最好的效果。对于每一项常规教师除了讲清要求之外，还可以创设情境让孩子进行练习。这样让孩子们进入角色会记得更牢。这一阶段的引导，需要班主任用心地去引导、示范，让孩子在不断地练习中得以养成。第一个月是行为养成的关键期，班主任老师在第一个月能循序渐进地指导，扎扎实实地练习，学生的各项行为习惯也就大致稳定下来了。

### 二、要固定行为，不要变来变去

经过开学一个月的学习和生活，学生已初步地适应了小学生活，知道小学生活与幼儿园的生活区别后就应开始巩固这种行为习惯逐步养成行为规范。因为小朋友们刚上小学对小学充满了新鲜感，同学之间又都彼此陌生，所以都能保持良好的纪律和行为。一个月后同学们都相互认识了，对学校的新鲜感也逐渐消失了，行为纪律也由此开始松散，已养成的良好习惯往往容易回生难于巩固，必须下功夫将学生已养成的良好开端稳定下来，让同学们继续保持开学时的那种热情巩固已养成的行为习惯。这其中重要的事情就是对于学生形成的习惯就固化下来，不要朝行夕改，一天一个样，让孩子无所适从，好的习惯也就无从说起了。

### 三、要趣味激励，不要刻板说教

一年级的朋友是充满童趣的，天真可爱，应当利用好他们的年龄和心理特点，因材施教，进行正确引导，而不是生硬刻板地进行说教。例如：班级卫生好，除了搞得干净，最重要的在于保持。可以在班里选出有责任心的4位学生当选“洁净小天使”，他们佩戴的“小天使”牌子，每天负责检查班级的卫生。自觉保持卫生的则会奖励一颗“红心”，如发现谁的座位下有废纸，就要这位学生捡掉，还要收回一颗“红心”。小朋友非常珍惜自己辛苦得来的奖牌，所以被罚了以后印象特别深刻，一般以后就会很注意，因此随地扔废纸的现象也越来越少。在这种氛围中，每个学生既是管理者，又是被管理者，学生在管理与被管理中责任感不断地加强，集体荣誉感不断地增强。班主任既不需要花时间强行管理，也不需要费口舌说教感化，只需在旁出谋划策，腾出更多的时间搞好班级文化建设，使班级管理充满勃勃生机！

### 四、要形成合力，不要单打独斗

良好的养成教育，不仅涉及校内，也涉及校外；好的习惯固化，除了表现在校内，也表现在家里。因此，要与家长紧密结合，“握成拳头”，共同做好监督、督促工作，而不是仅仅依靠自己的力量单打独斗。比如，一年级孩子的自律几天比较差，辛辛苦苦在学校养成的正确写字方法、坐姿等等习惯，如果回到家里家长不注意监督、听之任之，有可能就会“怎么舒服怎么来”，回到自由散漫的地步，第二天上学又得重复教育。因此，一定要加强与家长的沟通联系，密切关注学生行为变化，校内校外、家长老师联手，共同让孩子的好习惯固化下来，为今后的教育教学打下坚实基础。

### 参考文献

- [1] 孙志强.对小学一年级学生养成教育的探究.中国校外教育, 2014, (04).
- [2] 傅彩霞.教学教师如何做好一年级新生的养成教育.考试周刊, 2016, (34).
- [3] 陈涛.浅谈小学一年级新生的养成教育.科学咨询, 2016, (09).

