

# 大班幼儿体能大循环器械投放策略

陈菊英 薛红霞

(广东省广州市天河区体育西幼儿园 广东 广州 510600)

**[摘要]** 体能大循环可以促进幼儿身心健康发展,器械的合理投放能够保证幼儿锻炼在科学、系统中进行。本文基于大班幼儿体能大循环器械投放策略进行探究,首先分析了环状器械的重要意义,然后分析了器械投放存在的问题,最后分析了器械投放的实施策略,对器械投放进行科学的布局、体育器械投放应具有游戏性、体育器械投放应具有挑战性、体育器械投放应注意强度四方面进行阐述。

**[关键词]** 大班幼儿; 体能大循环; 器械投放

随着素质教育的推动,教师除了关心幼儿的学习成绩之外,还要加强对幼儿身体素质提高。在幼儿园大班时期,就要开展丰富多彩的户外活动,培养幼儿参加体育运动的兴趣,从而增强幼儿的体质。教师在教学过程中,要努力挖掘体育运动的,促进幼儿能够更好的开展体育运动。在体能大循环训练中要注重器械投放的方式方法,针对幼儿园大班的幼儿,科学合理的投放适合幼儿的体育器械,帮助幼儿更好的完成体育运动,促进身心的健康发展。

## 一、体能大循环投放器械的重要意义

体能大循环指的是以幼儿的健康发育为目的,通过使用多种器械以及其他的辅助材料,在不同的时间、气候利用场地进行锻炼,让幼儿体验运动后的成就感,提高幼儿的身体素质。幼儿园大班是幼儿基础运动能力形成和发展的重要阶段,开展体能大循环运动对于幼儿的健康成长格外重要<sup>[1]</sup>。在体能大循环中科学合理的投放体育器械,第一,让幼儿在跑、跳、攀爬等运动中发展自身的运动技能,锻炼幼儿的平衡能力和身体协调性,可以增强幼儿的体质。第二,可以促进幼儿的智力开发。在体育运动中,幼儿可以积极的进行操作和探究,尤其是在体育器械的协助下,幼儿能够通过实践和体验,提升幼儿的感知能力、运动能力,能够促进自身的主体性发展。第三,可以促进幼儿良好品质的养成。幼儿在进行体育运动中能够进行合作训练,可以促进幼儿养成合作共赢的意识。在体育运动中,要引导幼儿养成坚持不懈、努力拼搏的意志力,促进幼儿的身心健康发展。

## 二、体能大循环器械投放存在的问题

现阶段,在开展体育运动中,教师已经重视器械的使用,但是仍存在一些影响幼儿的锻炼。一是器械投放较为随意,没有特定的目的性和计划性,导致器械的使用率不高。二是投放的器械较为单一,没有太多种类可以选择,教师缺乏对体育运动系统性和层次性的研究,不能很好的满足各个年龄段幼儿的体育需求。三是投放的器械数量太少,幼儿在体育运动中没有太多的选择,活动受到限制,时效性较差。四是器械在投放中种类和数量搭配不均,投放较为盲目,结构不合理,幼儿不能进行科学性的锻炼。五是幼儿园自制小型器械较多,但是安全性、耐用性方面没有一定的保证,可能存在安全隐患问题。六是器械的可变性不高,玩法较少,幼儿在长期体育运动中容易失去兴趣。

## 三、体能大循环器械投放的实施策略

### (一)对器械投放进行科学的布局

幼儿园应根据园内的实际情况来投放合理的器械,方便幼儿进行使用和锻炼,在保证场地平衡的基础上,科学进行空间布局,为幼儿创设一个完善的体育训练场所。要把运动场所规划为集体运动的场所,方便教师继续统一管理,且要保证场地的独立性,避免交通穿越。在建设固定器械的场所时,要保障滑行、摇晃、攀爬、起落、钻爬等等项目设置在沙地或者塑胶场地,器械之间也要保持一定的距离,保障幼儿体育运动的安全性。在建设沙土地地时,尽量选择背风处,旁边最好有大树或者房屋的遮挡,避免幼儿受到强光照射。在建设戏水场地时,可以戏水和游泳池

合二为一,有条件的园区还可以设计一些沟渠、捕鱼区等等。

### (二)体育器械投放应具有游戏性

体育器械投放要保证一定游戏性,吸引幼儿能够主动进行锻炼。例如,针对幼儿大班幼儿已经具有一定的体能,可以设置一些爬行游戏。教师将班内的幼儿按照男女进行分组,小组内进行比赛。教师可以利用爬行垫设置路线,合理设计匍匐前进的距离和长度。获得第一名的幼儿可以得到一些奖励,以此来吸引幼儿参与活动。还可以设计一些钻爬动物圈和纸盒的游戏,此类游戏难度不大,适合全班幼儿一起进行,引导幼儿在游戏中能够增强自身钻爬的能力。在幼儿爬行的过程中,可以在两侧设计红色的标语,告诉幼儿一旦掉下垫子就会有“危险”,让幼儿保持身体平衡,利用身体的惯性前进。通过给幼儿设计有趣的情境,可以增强幼儿的运动兴趣。

### (三)体育器械投放应具有挑战性

开展体能大循环运动,体育器械要具有一定的挑战性,培养幼儿勇敢、拼搏的宝贵精神。可以设计两把不同宽度、高度的梯子。开始训练时,幼儿都会小心翼翼的在老师的保护下前进,甚至有部分幼儿不敢尝试。但是在教师的耐心指导和引导下,幼儿不仅可以上去,还可以在梯子上变换动作。梯子也可以和其他的器械组合成新的运动,利用梯子和轮胎组合,可以随意摆正多种形式,让幼儿在跳、跑训练中增强自身的运动能力,培养自身的探索精神。对幼儿日后的发展有着重要的积极作用。

### (四)体育器械投放应注意强度

在进行体育运动时,教师将器械的难度调小一些,让幼儿有一个缓冲的时间,促进运动递增性、科学性的进行。例如,钻爬区的机关障碍调高一些、跑跳区的跨栏或者障碍调低一些、投掷区的目标距离调近一些等等。减少幼儿在运动中的阻碍和挫折,促进幼儿能够增强对运动的兴趣。在幼儿能够熟练完成这些项目后,可以根据大班幼儿的身体情况来适当的增强体育器械的难度。鼓励幼儿努力完成,培养幼儿不断前进的精神。保证幼儿的训练是科学合理的,不过度消耗幼儿的体能,影响身体的发育。教师通过对器械难度的调整,可以使幼儿灵活掌握器械的使用方法,身心都能得到良好的锻炼。最后,要使幼儿园内的所有场地都能合理利用,充分满足幼儿体育训练的多种需求。

### 结束语

综上所述,在大班幼儿体能大循环中合理投放器械是非常重要的。现如今,教育行业对于幼儿体能的重视,为幼儿开展了很多户外活动,促进幼儿的全面发展。幼儿园内的体育器械要科学合理的投放,保证幼儿的体育训练需求,激发幼儿的运动兴趣,使幼儿能够在健康积极的环境中成长。

### 参考文献

[1]王庆东. 幼儿园园本课程特色切入点的选择与实施——以基本体操为健康特色切入点为例[J]. 华夏教师, 2019(29): 4-5.

# 家校共建育成长

陈洪伟

(山东省平度市蓼兰镇宅科小学 山东 平度 266731)

**[摘要]** 疫情突如其来,让2020年的寒假变得漫长而惶恐,学生开不了学,老师开不了课,怎么办?停课不停学。为了让学生继续学习,线上教学网络授课就此开展起来了。但是,问题来了,学生在家上网课,没有老师的监督,什么情况都出现了:有的同学听课注意力不集中,有的作业敷衍了事,更有一位家长打电话告诉我说,他的孩子在听老师直播的时候把手机分屏,一个屏幕老师在讲,孩子在另一个屏幕上打游戏,家长气得够呛,说还不听,还跟家长吵闹,整天闹得家里鸡飞狗跳,最后关上房门不让家长监督。随后我就给各位家长打电话,了解了一下同学们在家上课的情况,情况真是不容乐观,60%的同学能认真听课,按时做作业,有一部分平时在校很乖的孩子也变得散漫了,还有一小部分学生在家根本不听管教,没有时间观念,起床不及时,晚上不睡觉,学习效果大打折扣,令人担忧啊。这一下子引起了我的警觉。

**[关键词]** 数学; 复习; 考试

如果任由这种现象发展下去,即使开了学,学生的这些坏习惯也会持续一段时间的,我赶紧考虑对策,化解这个危机。幸运的是5月25号,我们开学了,现在我把开学后如何解决学生的这种散漫现象,引导他们走向正常的学习轨道分享一下。

## 一、提高学生注意力

### (一)我给家长讲数学

上课前老师给同学们说明一下:针对疫情在家时间家长和我们一起共同学习的情况,咱们开学以后听老师讲课,你们认真听,把你上课听讲的内容讲给家长听,最好用老师用过的语言,忘了老师是怎么说的就用自己理解的语言,只要讲对了就行,家长听明白了就微信给我回复听明白了,不明白的你自己(不许家长代替)问我,我再给你讲。如果你能讲明白了,说明了两件事:一是你上课认真听讲了,二是你对老师讲的内容掌握了。还有一个收获就是锻炼了你的口头表达能力

了。这样一来,同学们听课的注意力都很集中,课堂纪律自然就好了,学习效果明显提升。

学生放学回家后我及时向家长了解学生回家是否按我的要求做了,反馈的结果很好。(只有两个同学没有做到是因为智力问题就不强求了)。家长普遍反映这个方法好,孩子们的学习热情高涨起来了。有几个认真的家长同行还给我说了一些改进的建议,对我也很有帮助。

### (二)学生自己找重点和难点。

为了把疫情期间损失的时间找回来,复习课我让学生自己寻找重点和难点。难点好找,学生们认为掌握的不好的章节就是难点,重点不好找,因为他们不知道哪些是重点。我告诉同学们,上课认真听讲,每讲一节课,我都会给同学们讲哪些是重点,只要你认真听都能找到。每讲一节课,里面的高频考点我都会给同学们讲,这

道题是哪一年的期中考试题,那道题是哪一年的期末考试题,哪种类型是竞赛常考的题。然后在布置作业的时候让同学们自己找,把自己认为是重点的题目每天做三道题,然后讲给家长听,两周内不许重复。老师每天抽查3个同学检测一下学生的复习情况,老师检测的内容就是他们本周内做过的重点和难点。两周后重点内容可以重复,但重复率不得高于50%,这样避免有的学生偷懒只用以前找过的题。这样经过多次筛选,一册书的重难点基本就过了两遍,再加上老师每天检测的内容,同学们对本册书的内容基本就掌握了,这样一来,同学们的学习热情高涨了,课后打闹的现象少了,课堂纪律好了,成绩也就水涨船高了。

## 二、转移学生注意力

小学生具有旺盛的精力,不可能像老人一样静静的坐在一处不动,学习之外他们总得有事干,没有正确的引导的话,他们无非就是上网、打游戏、看电视等,不是这些事不好,只是孩子们年龄太小,自控力弱,容易上瘾,偏离了正确的轨道。

为了转移孩子们在这方面的注意力,我采取了如下办法:每天踢毽子。没有奖励机制,孩子们的热情很快就会淡下来。我自费给每人购买一个毽子,让他们每天练习踢毽子。统计了一下,能够一次连续踢三十个以上的学生没有。我定下了一个目标:每天练习三十分钟,能够练到一次连续踢三十个毽子的,给老师和同学展示后,老师就把这个毽子奖给你,一个月以后还达不到三十个的,老师把毽子收回,

再想踢自己去买,一个月后咱们统计一下,哪些同学获得了奖品,哪些同学获奖早,哪些同学没获奖。其实老师明白,毽子很便宜,一元钱一个,就是小孩子也不会把一元钱放在眼里,孩子们争的是奖品,是脸面,是同学和老师对自己能力的认可和肯定。

踢毽子活动开展起来了,同学们搞得轰轰烈烈,上网、打游戏的几乎没有了,一个月后全体同学都获奖了,家长对此也很肯定,要求这项活动继续开展,把目标给他们往上提一提,一次连续踢五十个,并且来个踢毽子比赛,最后老师和同学们也接受了这个提议。

踢毽子这项活动既转移了同学们上网、打游戏的注意力,也锻炼了同学们的身体,最重要的是引导孩子们走向了身心健康发展的正确轨道。

选择了教师这个职业,就选择了与家长共同培养孩子健康成长的大任。教无定法,学一定有效,为了孩子们的健康成长,老师和家长要不断寻找更好的方法。

## 参考文献

[1] 杨万会, 刘纳. 构建和谐师生关系提高学生学习效果研究[J]. 成才之路. 2020 (09)

[2] 李廷彬. 遵循规律, 因地制宜, 构建家校教育合力[J]. 中小学心理健康教育. 2017 (12)

# 中药通管汤配合腹腔镜术治疗输卵管炎性不孕症的临床观察

彭 鹏 吴尚青 尚琴琴

(河北省沧州中西医结合医院 河北 沧州 061000)

**[摘要]**目的:对输卵管炎性不孕症患者进行腹腔镜手术联合中药通管汤进行治疗,观察临床效果。方法:A组手术治疗,B组附加通管汤治疗。术后3~6m随访,评价腹痛程度,了解妊娠进展,统计血液流变学指标。结果:妊娠成功率,B组[89.80% (44/49)]高于A组[70.83% (34/48)], $P<0.05$ ,两组有可比性。血液流变学指标,B组优于A组,差异有可比性( $P<0.05$ )。结论:在输卵管炎性不孕症中,采取通管汤结合腹腔镜手术的治疗方式,其临床效果优于仅实施腹腔镜手术治疗,具有推广价值。

**[关键词]**输卵管炎性不孕症;通管汤;腹腔镜手术;临床观察

## 前言

输卵管的主要作用为精子和卵子通道,将受精卵输送至子宫腔,当输卵管出现炎性异常时,即可能造成不孕。该病症可诱发盆腔炎等,还可诱发败血症甚至中毒性休克<sup>[1]</sup>。通过有效治疗,可解决炎性不孕症问题,提升妊娠率。输卵管炎性不孕症通常采用腹腔镜手术治疗,然而术后存在粘连、阻塞复发的可能性<sup>[2]</sup>。此次研究中,选取97例输卵管炎性不孕症患者,均在2019年1月~2020年6月接受腹腔镜手术治疗,分析联合使用通管汤之后的临床影响。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取2019年1月~2020年6月输卵管炎性不孕症患者97例,计算机随机分组,A组=48例=对照样本,平均年龄(28.7±6.8)岁;病程(2.5~8)年。B组=49例=观察样本,平均年龄(28.6±7.1)岁;病程(2.5~8.5)年。两组可比( $P>0.05$ )。经伦理委员会批准后进行。

纳入标准:(1)输卵管炎性不孕症确诊;(2)男方无生殖障碍;(3)患者知情同意。

排除标准:(1)子宫异常;(2)内分泌、排卵异常;(3)依从性差。

### 1.2 方法

腹腔镜手术执行于A组、B组,B组联合通管汤治疗。通管汤用药方法:术后2d,口服用药,处方为:以30g蒲公英和30g黄芪入药,另加香附、当归、三棱、桃仁、丹参、赤芍以及地龙皆为20g,黄柏10g,连翘20g,大黄10g,川芎20g。水煎,口服(qd),1疗程为3m,持续治疗2疗程,经期停止用药。

### 1.3 观察指标

随访1年。统计妊娠率、血液流变学指标。疗效评价:(1)治愈:妊娠成功时间<1年;(2)有效:1年内未见妊娠迹象,碘油造影,可见输卵管双侧或单侧通畅;(3)未见成效:1年内未见妊娠迹象,碘油造影,输卵管双侧均未见改善。有效率=(治愈病例+有效病例)÷总例数×100%。

### 1.4 统计学方法

以SPSS 21.0处理输卵管炎性不孕症患者数据,计数资料(妊娠率)采用 $\chi^2$ 检验,以(%)表示。计量资料(年龄、血液流变学检测结果)采用t检验,以 $\bar{x}\pm s$ 表示。 $P<0.05$ ,差异有统计学意义。

## 2 结果

## 2.1 治疗有效率

B组治愈率、总有效率>A组,差异有可比性( $P<0.05$ )。见表1。

表1 治疗有效率[% (n)]

组别	A组	B组	P
n	48	49	>0.05
治愈	56.25 (27/48)	73.47 (36/49)	<0.05
有效	14.58 (7/48)	16.33 (8/49)	<0.05
未见成效	29.17 (14/48)	10.20 (5/49)	<0.05
有效率	70.83 (34/48)	89.80 (44/49)	<0.05

## 2.2 血液流变学指标

B组血液流变学各项指标优于A组,差异有可比性( $P<0.05$ )。见表2。

## 3 讨论

本次研究中,B组有效率>A组,B组治愈率>A组;组间血液流变学指标、全血低切粘度、血浆粘度、红细胞聚集、血细胞等,治疗前不可比( $P>0.05$ )。治疗后以下差异有可比性( $P<0.05$ ):血液流变学指标:B组优于A组,全血低切粘度:B组优于A组,血浆粘度:B组优于A组,红细胞聚集:B组优于A组,血细胞:B组优于A组,血沉:B组优于A组。

综上,对输卵管炎性不孕症患者实施腹腔镜手术治疗,并在术后以通管汤联合治疗,治疗效果良好,治愈率更高,血液流变学检测也可实现指标优化,显示其临床表现优于仅实施腹腔镜手术,具有推广价值。

## 参考文献

[1] 吴得生. 自拟中药通管汤治疗输卵管堵塞性不孕症200例的疗效观察[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6 (23): 142-143.

[2] 宋小青, 许海. 中药通管汤配合腹腔镜术治疗输卵管炎性不孕症的临床观察[J]. 湖北中医药大学学报, 2017, 19 (03): 67-69.

## 作者简介:

姓名: 彭鹏(1984.9.24), 性别: 女, 籍贯: 河北省沧州市, 民族: 汉, 学历: 硕士研究生, 职称: 主治医师, 职务: 无, 研究方向: 辅助生殖技术(不孕不育, 试管婴儿)单位: 河北省沧州中西医结合医院。

表2 血液流变学指标( $\bar{x}\pm s$ )

组别	A组		B组		P
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	
n	48	48	49	49	>0.05
全血切粘度(mPa·s)	6.59±0.42	5.53±0.43	6.63±0.36	4.15±0.39	<0.05
全血低切粘度(mPa·s)	11.51±2.19	10.27±0.25	10.55±2.12	8.48±0.34	<0.05
血浆粘度(mPa·s)	1.96±0.05	1.60±0.11	1.98±0.04	1.45±0.12	<0.05
红细胞聚集(n/U)	8.76±1.04	5.21±1.01	8.96±1.12	6.46±0.89	<0.05
血细胞(%)	0.52±0.15	0.13±0.10	0.52±0.13	0.05±0.06	<0.05
血沉(mm/h)	21.47±3.21	19.91±2.49	21.52±3.13	18.49±2.73	<0.05