

幼儿园加强早操活动训练的现状和策略分析

王凤

(泰安市宁阳县东疏镇中心幼儿园 山东 泰安 271400)

[摘要]在一日生活中,幼儿园早操活动在促进幼儿各个方面良好发展起到了十分重要的作用。新颖有趣的早操不仅给孩子们带来了无穷的乐趣,提升了孩子每天的运动量,更是培养了孩子们阳光活泼、积极向上的精神风貌,还可以培养幼儿的协作能力和集体意识及吃苦耐劳精神,能够让幼儿发现早操中的美、促进幼儿社会性发展。

[关键词]幼儿;早操训练;活动

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.07.396

早操是幼儿园的第一项集体活动,影响幼儿一天的心情,所以在编排早操应符合幼儿的年龄特点和兴趣,内容具有生活化和游戏性、编排具有科学性,这样幼儿才能在早操中获得愉快的情感体验。所以加强幼儿园的早操活动训练能够有效地提高幼儿体质状况。

一、幼儿园早操活动开展存在问题的原因分析

(一)未根据幼儿年龄特点调整早操内容

通过在实习期内观察,发现幼儿园的早操并未从幼儿年龄特征出发,所有的早操动作都是千篇一律。首先,幼儿园本身对早操的重视程度不高,其次,还有对老师关于早操内容的培训也不到位,所以老师在幼儿做操过程中教师也不会去观察幼儿的反应,教师也不去反思幼儿出现做操过程幼儿无所事事,只有少数幼儿能够跟着音乐去做操等一系列反应的原因以及应该怎样去做才能吸引幼儿注意。

(二)无趣味性的师幼互动

在幼儿园中教师只是将早操当作是完成任务,在早操过程中并未全身心投入,与幼儿几乎零互动。只将队列队形放在首位,太过于注重幼儿的安全,不能激发幼儿参与早操的兴趣。对于早操做得规范的小朋友未及时给予支持,对于动作不规范的小朋友,也未进行纠正,只是将早操当做单纯的早操其次,不重视早操中与幼儿互动和情感交流。

(三)早操音乐成人化、器械使用单一

在园中的幼儿教师虽有专业的教师资格证,但在理论知识到实际操作的转化中依然存在这许多问题。由于幼儿早操知识储备量和专业度的缺乏,教师在幼儿早操活动开展的过程中,音乐选取并未从幼儿角度出发,直接简单粗暴觉得什么好听便对其进行选择。在器械使用方面,一方面,园为公办幼儿园,按照国家标准收费,但幼儿园日常的消耗大,幼儿园早操活动器材的采购需要大量的资金,资金不足,设施配置不够完善。另一方面,在早操活动中园大中小班器械使用也未从幼儿实际水平出发,器械使用单一,没有乐趣。

(四)教师对早操重视不到位

在园中目前一个学期会开展一次教师技能交流,在小、中、大年级选出3-5位教师,进行公开课讲课、评课和教案交流,注重教师课堂把控能力和教育科研能力,很少有对教师进

行如何开展幼儿早操方面的培训,比如请专业人员来为教师培训、借鉴其他园所的早操活动、幼儿早操的定期考察等。根据观察和文献查阅总结可知现在大多数的教师专业技能都是根据五大领域设置的,有关幼儿早操教育的内容较少,缺乏新意,教师不能获得专业的经验培训,由于知识储备量和专业度的缺乏也因此无法深入理解早操的教育功能。

二、幼儿园早操活动的改进策略

(一)及时调整早操活动的内容

早操的编排并不是一成不变的,而是应该根据幼儿的实际情况进行及时的更换与调整。一般情况下,基本早操的内容应要一学期更换一到两次,各年级组教师可根据本年级幼儿的现有水平及已有发展,和幼儿园体育活动的目标要求,及时调整成幼儿感兴趣的早操内容,重点锻炼幼儿的跑、走、爬、等基本动作的发展,教师进行有计划的早操活动,循序渐进地提高幼儿动作的发展。同时,要根据幼儿在活动中的运动负荷量、对早操的熟练程度以及季节特点等因素不定期地调整早操内容。在组织幼儿进行早操活动时,要根据不同的气候与季节及时地对早操的内容和时间进行调整,另外一方面,如果冬天天气特别的寒冷,也可以对早操的活动进行适当调整,比如可以让幼儿在室内或走廊里进行锻炼,在天气炎热的夏天,对于运动量大,奔跑性的游戏就要取消,适当缩短早操的时间。

(二)根据幼儿的情况负荷量调整早操内容

一套操的运动负荷量怎么样,除了按照一定的曲线规律进行理论上的编排外,还必须在幼儿做操的过程中观察幼儿的身体情况来了解这套早操的编排符合幼儿的身心发展,对于不合适的地方要及时进行调整,以体现早操的科学性。幼儿动作的发展是一个逐渐前进的过程,从最开始对于早操的不熟悉,到后来可以自己去表现,对于一些比较困难的动作,幼儿的掌握需要一定的时间,因此,幼儿园的早操在编排结束后,教师应该要考虑到幼儿动作发展的特点,在此基础上,对早操留有可持续发展的余地,当幼儿对早操熟悉后,熟练地掌握了早操活动的动作后,教师可以通过提高早操动作的难度等形式,对早操及时进行一定的调整,比如在跳绳技巧的掌握上,最初可以让小朋友们从绳子这边跳到绳子那边,在幼儿熟练掌握了跳绳的方法后,可以让小朋友从荡起的绳子下面钻过去,再到最

后的花样跳绳。

（三）重视早操中的师幼互动

幼儿教师不能将幼儿园早操活动当做是简单的完成任务，而应在早操活动的过程中投入自己的全部精力与孩子互动。首先，教师应以一个开心的、积极的态度去引导幼儿开展早操活动，只有这样做，才能初步激发幼儿参与早操活动的兴趣。其次，教师做操动作要规范、姿态要优美、表情要温柔，要以身作则，树立良好的榜样和示范。最后，要加强教师与幼儿的在早操活动中的互动，及时给予鼓励和支持，增强幼儿自信心，对于动作不规范、好动、注意力不集中的幼儿要适当进行动作的纠正和个别教育。在进行创编早操的内容时，教师应要考虑到幼儿身体和心理是否能承受早操活动内容的负荷量，通常情况下，小班幼儿的活动时长应为8至9分钟，中班幼儿的活动时长为9至10分钟，而大班幼儿的运动时长应为11至12分钟。在早操活动快要结束时，可以将幼儿紧凑的运动量变为舒缓一点的运动，同时也可以做一些放松活动，使幼儿的身心逐渐的恢复平稳，在一个比较轻松愉快的气氛中结束早操活动。

（四）精巧编排，多种元素融会贯通

在编排中应关注以下几个方面。内容编排全面均衡：早操活动对于幼儿全面发展有两层含义：第一层是在早操活动中，要尽量保证幼儿的身体全面性的发展，因为幼儿的身体各方面仍处于发育的过程中，因此在早操活动的内容设计上，要综合幼儿全身的考虑，内容编排要均衡，第二层，幼儿早操活动可以促进幼儿身心健康的良好发展。例如，在动作练习、队列变化方面加入一些跑、跳、钻等大动作，在操节环节编排一些包括手部、脚部等精细动作。总之在早操编排中要避免动作的片面性和不均衡性。结合幼儿年龄特点：小中大班幼儿年龄各不相同，每个阶段有自己的特点，比如幼儿身体、心理发展，运动接受能力都存在着一一定的差异，所以在早操内容创编上应该考虑幼儿年龄特点。早操创编应以年级为单位，在编排中小、中、大班小中大班早操活动内容要遵循幼儿的年龄特征，身心发展规律，以强健幼儿体质，发展幼儿动作的协调性为目的，进行早操内容的创编。编排内容要富有趣味，动作要按照从上到下，从简单到复杂的顺序进行编排。小班幼儿以直觉行动思维为主，爱模仿老师的行为或动物的特征，所以小班组在进行早操编排中应考虑到幼儿这一特点，在编排时应简单、易学。中班幼儿思维从直觉行动思维向具体形象思维发展，能够理解动作的一些基本要领，所以在简单动作的基础上可以适当加一点复杂的元素。如队形的变化、方位的转变、动作的走、跑、跳等，根据动作来选择音乐。在中班操节编排中适当添加一些幼儿合作方面的动作，以此来促进幼儿社会性发展。大班幼儿思维从具体形象思维向抽象逻辑思维发展，在大班幼儿早操中

可以融入更丰富的元素，比如戏曲等中国传统文化。在大班操节编排中要突显幼儿团队合作意识的培养，要求幼儿动作有力、到位，整体效果统一、规范和整齐。

（五）器械使用结合幼儿年龄

在幼儿园早操中器械的使用是必不可少的一个外部工具，器械操有各种各样的形式，一般教师可以将器械操分为辅助器械操与轻器械操，辅助器械操主要以垫子操为主，轻器械操主要以幼儿老师自制的瓶子，还有彩绳等。为了让早操活动更加有趣，就必须对器械进行分析，根据幼儿的年龄特点及身心发展规律，精心设计出各种各样的能激发幼儿兴趣的早操内容，创编各种的器械操。小班的幼儿早操内容应该以趣味为主要内容，教师可以选择彩虹伞或者装满了沙子的彩色瓶子，因为这些器械的颜色比较艳丽，能够吸引幼儿的注意力，在此基础上，将基本动作比如走、跑、跳融入早操活动中，这样不但能够调动小班幼儿的早操锻炼的积极性，同时也发展了幼儿的大肌肉。中班幼儿的动作发展有了明显的进步，活动也比较协调，同伴合作的能力逐渐提高，所以中班操节以简单的合作同伴互动为主，进行简单的队形变化。可以选用自制的花团作为主要器械，在做操的过程中通过两人合作伸手搭桥的队形来领取花团，用花团来丰富早操的内容，通过领取花团这一过程可以使幼儿的方位知觉得到锻炼。大班幼儿已经较熟练地掌握各动作的基本要领，已经能自主地与同伴交往，可以将椅子作为主要器械，通过幼儿之间传椅子，同伴合作摆椅子环节，提升同伴合作变化队形的能力，发展幼儿的空间感觉。

结束语

通过对早操活动的分析可以发现，加强幼儿的早操训练能够快速提高幼儿的学习乐趣，和体质情况。回想传统教学模式下幼儿早操内容学习的整个过程：教师根据音乐编排好动作，再分解教给孩子们，重复练习，在练习过程中，为了让幼儿尽快学会并掌握，教师的指导方式可能枯燥单一，在压力下，幼儿失去了学习的积极性和主动性，进而减少了对早操动作及音乐的理解，所以孩子最终呈现出来的早操缺少情感，缺少表现力和感受力，这种机械式的、没有表现力的早操动作，显然不能起到锻炼幼儿体质的核心价值。

参考文献

- [1]任玉梅.谈学前教育专业学生幼儿园早操活动创编能力的培养[J].文教资料,2009(24):144-146.
- [2]廖杏婷.基于教育现代化背景下民办幼儿园体育活动开展研究[J].科教导刊:电子版,2020(30):247-250.
- [3]刘芳.幼儿主题早操游戏化的实践与思考探究[J].家庭·育儿,2020(8):0005-0005.