

幼儿“快乐体操”特色课程的构建策略探究

张燕玲

摘要:众所周知,幼儿阶段的教育主要以游戏活动为主,而在素质教育的不断推动下,幼儿阶段的教育模式也要求幼儿能够在有效的幼儿园活动中实现幼儿体质的增强,而体操运动则可以有效激发幼儿的运动兴趣,这就需要教师能够根据幼儿的发展需要有效创设多样化的特色体操课程,帮助幼儿不断提升对体操运动的积极性,促进幼儿身心得以全面发展。因此,幼儿教师在进行“快乐体操”特色课程的创新过程中,不仅要引导幼儿养成体育锻炼的习惯,帮助幼儿树立终身运动的观念,还要让幼儿能够意识到体育运动的重要性,从而切实提升幼儿的身体素质。

关键词:幼儿;快乐体操;特色课程;实践创新

中图分类号:G613.7

文献标识码:A

文章编号:1673-8918(2023)22-0163-04

对正处于各个方面均在飞速发展过程中的幼儿来说,在这一时期引导幼儿进行有效的体育锻炼活动是十分必要的,不仅需要教师通过各种方式深入挖掘幼儿的运动潜能,还要帮助幼儿充分发挥、发掘自身的学习能力,促使其从小就养成积极参与体育锻炼的习惯。幼儿体操是一种能够有效激发幼儿体育运动兴趣的活动项目,教师借助各种体操动作带领幼儿开展“快乐体操”的特色活动课程,不仅能够提高幼儿四肢的灵活性和身体的协调性,同时还有助于幼儿智力的发展。

一、幼儿体操教学现状

首先,随着现代教育的发展,幼儿阶段的教育要求教师能够设计出促进幼儿身体健康发育的课程,并在此基础上发展幼儿的智力,促使幼儿提升自己的综合能力。但是在目前的幼儿体操活动教学中,一些教师只是根据原有的体操课程教学大纲带领幼儿进行运动,这种幼儿十分熟悉的活动方式不仅很难激发他们的兴趣,在一定程度上也极易使幼儿产生消极情绪,不利于幼儿的有效发展和全面进步。其次,由于体操活动的教学模式的单一,而幼儿阶段的孩子又对新鲜的事物充满兴趣,久而久之幼儿活动热情就逐渐降低,从而影

响幼儿的身体发展。最后,在长期的体操教育活动中,由于各种体操音乐幼儿已经耳熟能详,长期使用单一化的音乐开展体操活动,容易使幼儿产生疲惫感,造成活动兴趣的缺失,不利于幼儿的发展。随着社会的进步和发展,幼儿在日常生活中所接触的信息涉及方方面面,因此教师更要结合幼儿实际情况为其设计科学性、趣味性、开放性的体操课程,通过构建“快乐体操”特色课程的方式,有针对性展开教育活动,不断激发幼儿对体操活动的热情,使其能够主动参与体操活动,养成体育运动习惯。

二、幼儿“快乐体操”特色课程的开展意义

(一)国家未来发展的需求

近些年来,国家对体育运动发展投入的人力物力越来越多,我国想要实现从“体育大国”向“体育强国”的转变,不仅需要专业体育运动员的努力,更需要全民的重视和参与,才能推动我国“体育强国梦”的实现进程。对幼儿园来说,幼儿教育不仅要求教师能够针对实际情况为幼儿开设各种各样的文化课程,还要设计一些能够切实提升幼儿身体素质的课程,通过各种各样的体育运动完善幼儿的身体素养,这对幼儿的全面发展有着积

作者简介:张燕玲(1977~),女,汉族,江苏常州人,常州市阳光幼儿园,研究方向:学前教育。

极作用。而构建幼儿“快乐体操”特色课程在提升幼儿身体素质,引导幼儿形成体育运动锻炼习惯等方面发挥了重要作用,同时也是为我国培养竞技体操人才选拔和培训工作奠定基础的有效内容。

(二)促进幼儿的全面发展

第一,幼儿园设置“快乐体操”特色课程,能够帮助幼儿的智力得到良好的发展。之所以说幼儿能够通过体操活动增强自身的记忆力,是因为幼儿在体操活动的过程中,必然要对体操动作进行不断地记忆和展示,从而实现通过肢体活动增强记忆力的效果。再加上,由于幼儿个体的差别,部分动作需要一边重复,一边指正,幼儿通过对体操动作反复比较的过程,就能够有效锻炼自身的思维能力和观察能力,从而帮助自己更好地掌握体操技巧。

第二,幼儿园设置“快乐体操”特色课程,能够帮助幼儿的身体素质得到提升。首先,幼儿阶段是提升身体素质的黄金时期,教师对这一阶段的幼儿进行科学而有效的体育活动指导,对幼儿未来的发展有着重要作用。其次,社会经济发展下人们物质生活优越,家长对孩子的溺爱,致使幼儿出现体弱、肥胖等问题,而这些幼儿通过参加合理、科学的“快乐体操”课程,不仅能够帮助幼儿锻炼身体,甚至还能帮助营养过剩的幼儿减肥,从而帮助幼儿保持健康的身体状况,促进幼儿的良好发育。最后,在“快乐体操”特色课程的开展过程中,教师会注重对幼儿四肢、关节等重点锻炼,以此提高幼儿的四肢协调能力和综合运动能力,帮助幼儿更好地提升身体素质,为今后的良好发展奠定良好的身体基础。

第三,幼儿园设置“快乐体操”特色课程,有利于幼儿心理健康的发展。教师在明确“快乐体操”特色课程的开展目标之后,就需要幼儿高度集中的注意力,将重心放在体操动作的学习中,并能根据教师所讲解的内容对体操动作产生明确理解,同时主动地跟随音乐做出动作的改变,如此不仅能够促使幼儿更加准确地记忆、掌握这些动作,还能彻底放松幼儿的身心,使其时刻保持在愉快的状态当中。

第四,幼儿园设置“快乐体操”特色课程,有利于幼儿审美能力的提升。首先,幼儿教师带领

幼儿进行“快乐体操”特色课程的过程中,会适当地对体操队伍进行调整,让整个队伍呈现出对称性,让幼儿潜移默化地感受到“对称美”。其次,教师还会在幼儿进行体操活动的过程中对幼儿的动作进行指导,尽可能让体操队伍变得整齐划一,最终呈现出一种“整齐美”。最后,教师还会在“快乐体操”特色课程中给幼儿播放一些极具美感的体操视频,让幼儿在观看之后进行自主模仿,让幼儿在模仿的过程中感悟到“动作美”,并且能够在实际的运动过程中积极地进行展现,从而有效提升幼儿的审美能力。

第五,幼儿园设置“快乐体操”特色课程,有利于培养幼儿的意志品质。对幼儿阶段的孩子来说,注重对其意志品质的培养,对幼儿未来的良好发展和健康成长有着深远影响。体操运动的学习是一个艰苦且漫长的过程,幼儿在进行体操动作的学习过程中,教师会适当地对幼儿进行鼓励,引导幼儿努力、坚持,让幼儿逐渐形成更加坚定、坚强的意志品质。

三、幼儿“快乐体操”特色课程的构建策略

(一)营造快乐体操氛围,激发幼儿体操兴趣

幼儿阶段的孩子注意力不集中,容易受到外界因素的干扰和影响。这就需要在“快乐体操”特色课程的构建过程中,能够根据幼儿的实际需要恰当地选择活动方式,为体操活动的开展营造良好环境,激发幼儿的活动兴趣,提高幼儿的活动积极性。教师在体操活动教学中可以引入一些幼儿感兴趣的元素进行幼儿体操活动兴趣的激发,以此为幼儿养成良好的体育锻炼习惯奠定基础。

例如,在进行“快乐体操”特色课程的创新与实践过程中,笔者会在活动室的墙壁上张贴一些与体操运动有关的标志、海报、宣传画等,为幼儿营造良好的活动氛围。在具体的体操活动时,可以首先引导幼儿一同进行海报内容的学习,如笔者指着墙壁上小动物进行体操活动的宣传海报对幼儿说:“亲爱的小朋友们,你们看海报中的小动物在做什么?我们今天也和小动物们一起让身体律动起来。”之后笔者再对具体的海报内容进行详细的解释,并告知幼儿这是小动物们在进行体操活动。接着,笔者利用多媒体给幼儿播放了《竹

兜欢乐跳》，让幼儿跟着音乐的节奏和笔者示范进行模仿。如在播放到“嘿小脚，我们踏踏小脚”的时候，笔者会做出踏脚的动作；在播放到“嘿膝盖，我们拍拍膝盖”时，笔者会带领幼儿一同用手拍拍膝盖；当播放到“和竹兜一起踏踏脚，和图图一起拍拍手，和塔塔一起扭一扭，转起来……”的时候，笔者继续带领着幼儿做出相应的动作。通过营造快乐体操氛围帮助幼儿掌握相关动作要领，一方面实现了让幼儿能够通过体操运动增强身体素质，另一方面又能够培养幼儿的体操运动兴趣，帮助幼儿树立正确的体育运动观念。

（二）丰富体操活动类型，提升幼儿体操技能

教师如果想让幼儿感受到体操活动的乐趣，就需要及时丰富体操活动类型，让幼儿能够投入到不同类型的体操活动中来。教师也可以结合现代各种流行体操种类，丰富体操活动教学内容，帮助幼儿在学习过程中不断提升活动效率，只有让幼儿全身心地投入到体操活动中去，才能不断提升幼儿的体操锻炼水平。与此同时，教师也可以通过组织幼儿将儿歌童谣和体操结合起来进行活动，一方面锻炼幼儿对儿歌的表达能力，激发幼儿体操活动的积极性，另一方面通过体操动作练习，增强幼儿身体素质，促使幼儿热爱体育运动，从而在今后的生活中也能够积极主动地参与体育运动，逐渐帮助幼儿形成终身运动的意识。

例如，在进行“快乐体操”特色课程的创新与实践过程中，笔者就将儿歌《做早操》与幼儿体操活动进行了融合。笔者会在幼儿每天来到幼儿园时，先带领幼儿进行“儿歌早操”活动，让幼儿一边说着“踢踢腿呀踢踢腿，扭扭腰呀扭扭腰，抖抖手呀抖抖手，跳一跳跳一跳，点点头呀点点头，跑一跑呀跑一跑……”的歌词，一边进行对应动作的演示，使幼儿在儿歌的节奏与韵律中产生热情，并形成每天进行身体锻炼的习惯，进而提升幼儿的身体体质水平。

（三）创新多种教学方式，吸引幼儿活动热情

教师在体操活动教学中，还需要注意对活动模式的创新。幼儿阶段的孩子好奇心极强，注意力也难以长时间的集中，容易受到外界事物的干扰。这就需要教师在进行体操活动设计时能够结合幼儿的心理特点以及注意力水平，丰富体操活

动教学模式，切实帮助幼儿发挥个人的主观能动性，使幼儿能够在活动过程中产生积极性，并且帮助幼儿不断养成积极参与体操运动的习惯，幼儿参与体操运动的热情一旦得以提高，教师对幼儿的教育能够起到事半功倍的效果。与此同时，教师还需要引导幼儿主动对相关体操动作进行创新，并帮助幼儿进行动作的编排设计，在充分调动幼儿体操活动积极性的同时，使幼儿产生自信，获得成就感。

例如，在进行“快乐体操”特色课程的创新与实践过程中，笔者就将体操活动与角色游戏进行了融合，鼓励幼儿自主进行体操的编排和表演。如笔者对幼儿说：“亲爱的小朋友们，老师知道大家对我们的课间体操十分了解了，那么今天老师给大家带来了几位新朋友，他们也想加入到我们的‘做操大队’中，但是今天的任务并不是让大家教他们做操，而是对我们的课间操进行重新的设计，并且加入我们的表演中，大家可以自由结组、自由设计，最后我们看一看谁设计得最棒，表演得最好！”通过这种表演活动的方式引导幼儿进行体操动作的改编设计，不仅能够有效提升幼儿的活动兴趣，同时也能促使幼儿在改编、设计、排练的过程中潜移默化地提升活动效率，最终通过表演的形式表现出来，也进一步培养了幼儿的审美能力，树立了正确的体操锻炼概念，并积极地进行体操练习，这对提升幼儿自身的体育运动效率尤为重要。

（四）基于小组合作学习，优化幼儿学习效果

幼儿体操教学还要求教师能够基于幼儿不同的能力对活动进行合理安排。由于幼儿生长环境以及各种先天因素的不同，有的幼儿学习能力相对较强，在运动的过程当中，能够快速记忆；也有一部分幼儿，虽然在记忆动作方面并没有什么问题，但是在练习过程当中总会有所遗忘。为此，在幼儿体操教学中，教师可以将幼儿分成不同的小组，通过小组之间的相互合作共同交流，完成体操活动。

例如，在进行“快乐体操”特色课程的创新与实践过程中，笔者以《踩水花》的体操内容带领幼儿展开了活动。这部分体操的动作需要幼儿左右脚的密切配合，但是幼儿阶段的好多孩子还分不

清楚到底是该出右脚还是出左脚,做操的时候显得十分混乱,动作也十分不整齐。为此,笔者基于幼儿的实际情况,将幼儿分成了不同的活动小组,让协调能力、左右区分能力较好的幼儿担任组长,通过小组成员之间的配合和帮助,让每一名幼儿都能更加精准地掌握准确的动作,提升幼儿的活动信心。通过这种方式,不仅充分发挥了小组合作的作用,还使幼儿在与其他幼儿的交流、沟通中掌握了体操要领,提升了活动效果。

(五)注重体操动作分解,帮助幼儿突破瓶颈

在幼儿体操活动的开展过程中,体操动作会呈现从简单逐渐向困难的过渡。有的幼儿可能在学习一些比较简单的体操时完全能够跟得上教师的进度,但是只要动作稍微复杂一点,就会出现各种困难,打击了幼儿的活动信心。为此,教师可以将舞蹈动作进行分解,减轻幼儿在学习中的压力,帮助幼儿突破体操学习瓶颈,重拾活动信心。

例如,在进行“快乐体操”特色课程的创新与实践过程中,《小小绳子真好玩》就是相对较难的体操活动内容,很多幼儿在进行这项体操活动时感到十分吃力。为此,笔者在带领幼儿进行这一体操活动时,就将其中有困难的动作进行了分解,缓解幼儿存在的焦虑心理,让幼儿在轻松愉悦的氛围当中反复地练习,从而更好地掌握体操动作。通过将幼儿感觉困难的动作进行分解,能够在循序渐进中引导幼儿更好地融入体操中,让幼儿更好地感受体操训练的乐趣,进而促进幼儿综合素质的提升。

(六)及时实施鼓励评价,保持幼儿体操活力

幼儿阶段的孩子极需要来自外部的鼓励,尤其是来自教师和家长的认可,通过外界鼓励帮助幼儿养成活动的自信,能够进一步提升幼儿的体操运动效率。体操运动虽然对幼儿来讲比较耗费体力,但这对幼儿今后身体素质的发展都有着极大的好处,因此教师以及家长要重视对幼儿的鼓励,促使幼儿保持体操活动的活力。

例如,在进行快乐体操《小动物模仿操》特色课程的实践过程中,在活动的开始,笔者首先通过

多媒体给幼儿播放了各种小动物的图片以及小动物的运动视频,让幼儿在活动的开始就能够形成整体的感知,促使幼儿在正式活动时形成积极的态度。在幼儿通过观看图片和视频激发起活动热情之后,笔者再借助视频引导幼儿进行体操动作的具体学习,让幼儿跟随着视频的节奏一步步地掌握具体的体操动作。在学习结束之后,笔者再组织幼儿一同进行学习成果的展示,同时在幼儿展示之后,对幼儿的表现进行及时的鼓励性评价,并根据幼儿的表现给幼儿贴上相应的“小红花”,以此作为对幼儿的奖励。除此之外,笔者还让幼儿回到家后展示给家长,使幼儿在教师与家长的双重鼓励下,产生强烈的信心,这对幼儿未来的发展与成长具有重要作用。

总而言之,在当前幼儿教育阶段的体操活动开展过程中,“快乐体操”特色课程的创新与实践已经成为促进幼儿体操活动发展的重要形式之一。教师在带领幼儿进行体操活动的过程中,要在深刻认识到体操对幼儿个人未来发展的重要作用的基础上,明确当前幼儿教育中体操活动的开展现状和弊端,通过“营造快乐体操氛围,激发幼儿体操兴趣”“丰富体操活动类型,提升幼儿体操技能”“创新多种教学方式,吸引幼儿活动热情”“基于小组合作学习,优化幼儿学习效果”“注重体操动作分解,帮助幼儿突破瓶颈”以及“及时实施鼓励评价,保持幼儿体操活力”这六个方面进行课程的创新设计,促进幼儿的不断提升,并为其将来更好地发展奠定坚实基础。

参考文献:

- [1] 马小艳.快乐体操 健康成长[J].好家长,2022(23):48-49.
- [2] 程明.幼儿园基本体操创编与实施的研究[D].内蒙古师范大学,2022.
- [3] 徐欣,韩婷.让每一个孩子都健康快乐:以快乐体操活动为例[J].好家长,2022(16):52-53.
- [4] 李蒙蒙.快乐体操对智障儿童平衡能力的影响研究[D].成都:成都体育学院,2022.