

# 厦门市幼儿基本体操开展现状与对策研究

——以集美区为例

井照颖, 左 成

(集美大学体育学院, 福建 厦门 361021)

**摘 要:**为提高幼儿的身心发育、智力发育水平,探讨集美区幼儿体操的开展现状,通过文献资料法、专家访谈法、问卷调查法、数理统计法、逻辑分析法等研究方法,对集美区幼儿基本体操开展现状进行研究分析厦门市幼儿基本体操课程的开展现状,并提出一些建议和对策,以促进厦门市幼儿体操的开展。

**关键词:**厦门市;幼儿基本体操;开展现状

**中图分类号:**G83

**文献标识码:**A

**文章编号:**1007-7413(2017)03-0088-05

## On Current Situation of and Countermeasures for Children's Basic Gymnastics in Xiamen ——Taking Jimei District as an Example

JING Zhao-ying, ZUO Cheng

(College of Physical Education, Jimei University, Xiamen 361021, China)

**Abstract:** By using such methods as literature analysis, expert interview, questionnaire survey, mathematical statistics and logical analysis, this paper conducts an investigation, by taking Jimei District as an example, into the current situation of children's gymnastics in the kindergartens in Xiamen, and puts forward some suggestions and measures, in order to promote the development of children's gymnastics to help build their body, mentality and intelligence.

**Key words:** Xiamen city; children's gymnastics; present situation

幼儿基本体操是指学龄前儿童进行的以徒手动作、轻器械动作和简单的身体技巧动作为主,由个人或集体共同完成的以增强少儿体质、培养审美能力和健康心理为目的的身体操练。

体育在每个人生活中都不可或缺,智育离不开体育,德育离不开体育,体育可促进智育的发展,通过良好的身体锻炼,可增加个人的身体机能水平。尤其是对于幼年儿童来说,体育锻炼尤为重要。幼儿是祖国的未来,重视幼儿的身体教育,就是重视祖国未来的发展。二孩政策的落地,意味着国家未来将有更多的孩子,幼儿时期的教育就显得尤为重要。《国家教育事业发展规划“十三五”规划》明确提出,“十三五”期间加快发展学前教育。

本研究主要针对4—6岁学龄前儿童。4—6岁

儿童身体的生长发育正处于两次生长高峰之间。<sup>[1]</sup>生长发育是一个由量变的积累到质变的过程<sup>[2]</sup>,幼儿进行体育锻炼可以促进人脑发育,特别利于左右脑并行发展。4—6岁是儿童身体机能和智力快速发展的时期,幼儿动作的发展深受身体发育,特别是身体素质发展的影响,良好的身体素质将为幼儿一生的发展奠定坚实的基础,<sup>[3]</sup>在此年龄阶段是儿童塑造健康体魄和敏捷思维能力的最佳时机,此阶段的身体训练对幼儿的成长发育和智力发展是一惯性的,对儿童以后的发展有着不可替代的作用。而在此阶段进行幼儿基本体操训练,可以开发幼儿的智力、提高幼儿的身体机能,培养幼儿的审美能力。著名儿童心理与教育专家、儿童关键期教育创始人殷红博说:“我们进行二十多年的研究,发现人的各种能力,有如观

收稿日期:2016-12-12

**第一作者简介:**井照颖(1990—),女,河南商丘人,在读硕士。研究方向:体育教育训练学。通信作者:左成(1960—),男,河南开封,教授。研究方向:体育教学与训练。

察能力,记忆能力,思维能力,想象能力,创造能力,包括语言、数学操作能力等,都有不同的发展关键期,主要的关键期是在七岁之前。”<sup>[4]</sup>

随着幼儿体育活动的深入开展,幼儿基本体操正越来越受到重视和欢迎,并逐渐成为了幼儿健身、健心和健美的最佳运动方式。<sup>[5]</sup>本文旨在通过说明幼儿基本体操锻炼对幼儿体能以及身心智能等方面发展的作用来呼吁社会、学校以及儿童家长去重视幼儿的体育锻炼,改善厦门市在此环节的薄弱现状,促进厦门市幼儿体操的发展。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 研究对象

本文以厦门市集美区幼儿基本体操的开展现状为研究对象,以集美区部分幼儿园为调查对象,分别以幼儿园领导、幼儿教师为主体对象对其发放调查问卷。

### 1.2 研究方法

本文采用文献资料法、问卷调查法、专家访谈法、数理统计法、逻辑分析法等研究方法。

#### 1.2.1 文献资料法

通过知网大量查阅与幼儿基本体操相关文献以及研读核心期刊中关于幼儿基本体操、幼儿体育、幼儿教育等方面的文章,并从中国体操网、中国幼儿体操网查阅关于幼儿基本体操的相关文献,从而全面深入地分析幼儿基本体操整体状况,为研究的顺利进行奠定坚实的理论基础。

#### 1.2.2 问卷调查法

根据本研究的目的和需要,针对幼儿园领导、幼儿教师、幼儿家长分别设计了问卷Ⅰ、问卷Ⅱ两份调查问卷,发放幼儿教师问卷113份,回收110份,回收率97.3%;发放幼儿园园长问卷7份,回收7份,回收率100%。

#### 1.2.3 专家访谈法

通过与有关体操方面的专家进行交谈,对本课题的研究提出了很多的建设性的意见和建议。

#### 1.2.4 数理统计法

采用常规统计法、计算机软件SPSS做统计处理。

#### 1.2.5 逻辑分析法

运用逻辑学原理,对文献资料、统计结果进行分析,得出有效结论。

## 2 分析与讨论

### 2.1 幼儿基本体操的内容与特点

幼儿基本体操是指以学龄前儿童为主要对象,通过徒手或借助器械,辅以简单的技巧动作、舞蹈动作以及多次的队型变换和造型,配合音乐进行的单一或组合动作的身体操练。幼儿基本体操可以培养幼儿果敢坚毅的意志品质和自强独立的生活能力,并且能够使幼儿的身心得到全面协调发展。幼儿体操虽动作单一并配合一定的难度,但是通过训练,可以培养幼儿的自觉性和耐受力,对幼儿的自制力的发展有着不可忽视的作用。<sup>[6]</sup>

### 2.2 幼儿时期的生理特征与幼儿体育活动的特点

#### 2.2.1 幼儿时期的生理特征

幼儿时期骨骼增长较快,骨骼内水分和有机物多无机盐少,骨骼弹性好但易于弯曲变形;肌肉柔软细长,肌力弱易疲劳但恢复较快;关节灵活,活动范围较大,但牢固性较差,不宜负重或长时间受力;神经系统方面功能也不够完善。

#### 2.2.2 幼儿体育活动的特点

幼儿时期主要以简单的动作为主,有计划地进行系统的锻炼,培养基本的生活技能。随着幼儿运动能力的提高,再进行相对复杂的动作的教学,选用运动强度低、运动时间短、运动频率高的方式进行锻炼,把培养幼儿良好的行为习惯和对兴趣爱好的培养为主要目标,促进幼儿身心健康发展。

### 2.3 幼儿基本体操对幼儿的特殊作用

#### 2.3.1 幼儿基本体操对幼儿的智力发展起重要作用

智力来自大脑,大脑发育靠营养,促进大脑吸收营养的方法之一则是运动。<sup>[7]</sup>幼儿时期经常进行幼儿基本体操的学习锻炼,可增强幼儿食欲,提高肠胃消化功能,为大脑发育提供更加充足的养料,从而促进大脑的发育。幼儿基本体操还可以充分锻炼儿童的身体协调性,提高大脑对身体的支配能力,从而充分刺激大脑的左右半球,发掘幼儿的潜力,使幼儿的智力得到全面发展。

#### 2.3.2 幼儿基本体操对心理锻炼有十分明显的效果

幼儿基本体操的学习锻炼中是以大量身体动作为主并配合音乐来完成的,因此,通过幼儿基本体操的锻炼可以提高幼儿对时间、空间的感知觉能力,提高幼儿的模仿能力,进而激发幼儿的想象力与创造力,也有助于培养幼儿对体育活动的兴趣以及终身体

育意识。

体操的开展状况不容乐观。

## 2.4 厦门市集美区幼儿园发放问卷调查分析

### 2.4.1 集美区幼儿园数量

从厦门市教育局官网查询到厦门市集美区总共有公办幼儿园 23 所,民办幼儿园 111 所。

### 2.4.2 幼儿园体育活动现状调查分析

从表 1 了解到,大部分幼儿园在场地设施中基本满足了幼儿体育活动的需要,具备幼儿基本体操训练的场地和设施,并且对幼儿的身体活动做了一定保护措施。但还有一部分幼儿园条件较差,无相应的场地设施。场地器材方面的有利条件,极其有利于幼儿基本体操的开展。

表 1 幼儿园场地器材情况调查表

	标准场地	非标准场地	有器材	无器材
数量	2	5	5	2
比例/%	28.6	71.4	71.4	28.6

《3—6 岁儿童与发展指南》建议:“每天为幼儿安排不少于两小时的户外活动,其中体育活动时间不少于 1 小时,季节交替时要坚持。”<sup>[7]</sup>由表 2 我们可以看出集美区幼儿园体育课开展状况良好,其中每周 10 学时以上的幼儿园有 4 所,占总体的 57.1 %;每周上 6 ~ 10 学时的幼儿园有 1 所,所占比例为 14.3 %;每周 5 学时的幼儿园有 1 所,占总体的 14.3 %;5 学时以下的幼儿园有 1 所,所占比例为 14.3 %。80 % 以上的幼儿园可以保证幼儿的体育活动量,说明集美区幼儿园体育课活动开展状况良好,这为普及开展幼儿基本体操活动提供了良好的先决条件。

表 2 集美区幼儿园体育课开展情况调查表

每周	5 学时以下	5 学时	6 ~ 10 学时	10 学时以上
数量	1	1	1	4
比例/%	14.3	14.3	14.3	57.1

由表 3 可知,仅有 14.3 % 的幼儿园在体育课中选择了幼儿基本体操为主要活动内容;有 57.1 % 的幼儿园在体育课的主要活动内容是体育游戏;一般性活动所占比例 14.3 %;还有 14.3 % 的幼儿园选择了其他体育内容作为主要活动,如武术。可见幼儿基本

表 3 幼儿园体育课主要活动调查表

项目	一般性活动	基本体操	体育游戏	其他
数量	1	1	4	1
比例/%	14.3	14.3	57.1	14.3

### 2.4.3 幼儿园园长对幼儿基本体操的认知调查

幼儿园领导对幼儿基本体操的了解。

由表 4 可知,有 71.4 % 的幼儿园园长对幼儿基本体操是了解的,其中有 39.1 % 的园长是非常了解的;有 28.6 % 比例的人选择了不太了解或者是不了解。这说明有关于幼儿基本体操的宣传还需要进一步加强。

表 4 幼儿园领导对幼儿基本体操了解情况调查表

	非常了解	基本了解	不太了解	不了解
数量	1	4	1	1
比例/%	14.3	57.1	14.3	14.3

幼儿园领导对开展基本体操的态度。

如表 5 所示,有 85.7 % 的幼儿园园长支持开展幼儿基本体操,只有 14.3 % 的人持无所谓的态度,而不支持开展此项运动的人数为 0。由此可知,幼儿园领导对于幼儿基本体操的开展是支持的,这非常有利于幼儿基本体操在集美区的普及开展。

表 5 幼儿园领导对开展幼儿基本体操的态度调查表

	非常支持	支持	无所谓	不支持
数量	4	2	1	0
比例/%	57.1	28.6	14.3	0

幼儿园领导选派幼儿教师参加幼儿基本体操培训情况。

由表 6 可以看出,有 42.85 % 的幼儿园领导会经常选派教师参加幼儿基本体操的培训,有 42.85 % 的幼儿园领导也会偶尔选派教师去参加培训,有 14.3 % 的领导不选派教师参加培训。从表 7 我们可以知道,不选派幼儿教师去参加培训的主要原因是无培训信息,占了 57.1 %,其次就是经费紧张,占了 28.6 %。这说明幼儿园领导没有选派教师参加培训

的原因主要是客观的,其中没有得到有关培训信息以及培训所需经费等问题比较突出。

表6 选派幼儿教师参加幼儿基本体操培训情况调查表			
	经常选派	偶尔选派	不选派
数量	3	3	1
比例/%	42.85	42.85	14.3

表7 不选派教师参加幼儿基本体操培训原因调查表				
	经费紧张	无培训信息	教师不愿参加	没必要培训
数量	2	4	0	1
比例/%	28.6	57.1	0	14.3

2.4.4 幼儿教师问卷调查分析

幼儿教师年龄调查。  
如表8所示,在所调查的幼儿教师中,18—24岁有50人,所占比例为45.5%;25—29岁有34人,所占比例为30.9%;30—39岁有22人,占总体的20%;40岁及以上的教师有4人,总体比例为3.6%。由此可知,幼儿教师年龄主要集中在18—29岁,占总体的76.4%,幼儿教师队伍总体趋向于年轻化。年轻教师精力充沛、思想先进、勇于创新,这对于幼儿教育的发展来说非常有利。但是笔者所走访调查的所有幼儿园均表示没有专职幼儿体育教师,这在一定程度上也制约了幼儿体操的开展。

表8 幼儿教师年龄调查表				
	18—24岁	25—29岁	30—39岁	40岁及以上
人数	50	34	22	4
比例/%	45.5	30.9	20	3.6

幼儿教师学历调查。  
从表9我们可以看到,本科以上学历有4人,占总体的3.6%;本科学历有44人,所占比例为40%;大专学历有54人,所占比例为49.1%。由此可见,绝大多数幼儿教师的学历层次水平较高,足以适应幼儿教育发展的需要。

表9 幼儿教师学历调查表				
	中专	大专	本科	本科以上
人数	8	54	44	4
比例/%	7.3	49.1	40	3.6

幼儿教师的运动经验情况。  
由表10可知,大多数幼儿教师都有体育舞蹈、健美操、艺术体操、武术等运动项目的运动经验,占了总体人数的74.5%。因此,幼儿教师的运动经验良好,这为幼儿基本体操的普及发展提供了有利的条件。

表10 幼儿教师的运动经验情况调查表		
	人数	比例/%
有运动经验	82	74.5
无运动经验	28	25.5

幼儿教师对幼儿基本体操的了解情况。  
由表11可知,不太了解幼儿基本体操的教师有56人,占总体的50.9%;了解幼儿基本体操的教师有50人,所占比例为45.5%,而非常了解的教师人数为2,仅仅占了1.8%。对于幼儿基本体操训练方法和手段的了解程度方面,由表12我们可以得知,只有20%的教师选择了解,有82%的教师选择了不太了解或者是不了解。由此说明,关于幼儿基本体操的推广有待加强,并且有关教育部门应多提供有关幼儿基本体操方面的培训,以供幼儿教师学习。

表11 幼儿教师对幼儿基本体操的了解情况调查表				
	非常了解	了解	不太了解	不了解
人数	2	50	56	2
比例/%	1.8	45.5	50.9	1.8

表12 幼儿教师对幼儿基本体操训练的方法和手段了解情况调查表				
	非常了解	了解	不太了解	不了解
人数	0	22	82	6
比例/%	0	20	74.5	5.5

幼儿教师对幼儿园开展幼儿基本体操的态度。  
如表13所示,有98.2%的幼儿教师支持开展幼



儿基本体操,其中 32.7 % 的教师非常支持开展此项运动,说明幼儿教师非常认可幼儿基本体操这项运动,这极其有利于幼儿基本体操在幼儿园进行组织教学。

表 13 幼儿教师对开展幼儿基本体操的态度 情况调查表				
	非常支持	支持	无所谓	不支持
人数	36	72	2	0
比例/%	32.7	65.5	1.8	0

幼儿教师对幼儿基本体操的难度评价。  
从表 14 知,7.3 % 的教师认为幼儿基本体操的难度完全在幼儿的能力范围之内,有 90.9 % 的教师认为幼儿通过努力可以达到,这为幼儿园普及开展幼儿体操提供了有力的前提条件。

表 14 幼儿教师对幼儿基本体操难度评价调查表		
	人数	比例/%
在幼儿的能力范围之内	8	7.3
幼儿通过一定的努力一定能达到	100	90.9
幼儿需要付出相当大的努力	2	1.8
超出幼儿的能力范围	0	0

### 3 结论与建议

1)厦门市集美区大部分幼儿园在场地设施中基本满足了幼儿体育活动的需要,具备幼儿基本体操训练所需的场地和设施,并且对幼儿的身体活动提供了一定保护措施。但还有一部分幼儿园条件较差,无相应的场地设施。建议相关教育部门应加大幼儿园的硬件设施方面的资金投入,减少各幼儿园整体设施之间的差距,建设和完善场地器材设施,响应国家号召,为幼儿提供良好的体育锻炼环境。  
2)厦门市集美区幼儿园体育课开展状况良好,绝大部分幼儿园能保证每天有一节体育课,有超过一半幼儿园能保障每周有 5 节以上的体育课,幼儿体育课活动内容主要以体育游戏为主,并未开展比较有针对性的体育教学内容。建议幼儿园应积极开展幼儿基

本体操课程,让幼儿的身心、智力得到全面协调发展。  
3)厦门市集美区幼儿园的园长都较为重视幼儿体育活动,幼儿园领导对幼儿基本体操大多有一定的了解,并对幼儿基本体操的推广普及持积极态度。建议有关部门组织一些幼儿基本体操相关的比赛,扩大幼儿基本体操的影响范围,加强各幼儿园之间的相互学习交流,以有利于幼儿基本体操在厦门市的开展普及。  
4)幼儿园领导不选派幼儿教师进行幼儿基本体操的培训,其主要原因是没有得到有关培训信息以及经费问题等客观因素。建议相关教育部门应积极推广,提高幼儿园领导对幼儿基本体操的认识程度,加深对幼儿基本体操特殊功能的了解,加大对教育经费的投入,以促进幼儿园开展普及此项运动。  
5)幼儿师资队伍年龄趋向于年轻化,学历层次较高,大专及以上学历达到 90 % 以上,大部分教师有良好的运动经验,并且非常支持开展幼儿基本体操,但在所调查的幼儿教师中没有体育教育专业的幼儿体育教师,幼儿教师对幼儿基本体操运动方面的知识不足,对幼儿基本体操教学方法掌握不够,体育知识不全面,因此制约了集美区幼儿体育的发展。相关教育部门应积极开展有关幼儿基本体操的教师培训工作,以提高幼儿教师的理论知识、专业水平及教学能力,还应引进体育专业人才以推动幼儿体育教学的发展从而促进幼儿基本体操的发展。

### 参考文献

[1] 中国关心下一代工作委员会幼儿基本体操促进会. 幼儿基本体操科学论文选集(1991—1994) [C]. 北京:人民出版社,1995:159-164.  
[2] 张莹. 幼儿期体能练习方法研究 [D]. 北京:北京体育大学,2011:6.  
[3] 吴玉兰. 运动功能性训练干预对幼儿体质发育状况的实验研究 [D]. 北京:首都体育学院,2015.  
[4] 程玉双. 幼师幼儿基本体操课的开展现状与对策研究 [D]. 济南:山东师范大学,2012.  
[5] 曾庆涛,时金钟,高彩琴. 开封市幼儿基本体操运动的可持续发展研究 [J]. 体育成人教育学报,2004,20(7):27-28.  
[6] 邓翔. 幼儿基本体操的特殊作用 [J]. 体育科技,1999(2):64-65.

[责任编辑 魏 宁]