

<<幼儿体育>>

图书基本信息

书名：<<幼儿体育>>

13位ISBN编号：9787040293012

10位ISBN编号：7040293013

出版时间：2010-5

出版范围：高等教育

作者：李金泉//李荣

页数：120

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;幼儿体育&gt;&gt;

## 前言

中职幼儿教育专业的学生不仅要明确自身体育锻炼的意义和目的，还要为未来从事幼儿体育教育打下扎实的专业基础。

《幼儿园工作规程》明确指出：幼儿园的主要任务是实行保育与教育相结合的原则，对幼儿实施体、智、德、美诸方面全面发展的教育，促进其身心和谐发展。

因此，在幼儿阶段，身体和机能的健康发展是其他一切发展的基础，把幼儿培养成为健康聪明、身手灵活、体态健美、乐观开朗的一代新人是我们共同的心愿。

增进儿童身体健康的因素是多方面的，其中，体育锻炼活动是最积极的因素。

培养合格的幼儿园教师，是落实幼儿园体育教学的根本，也是中职学校幼儿教育专业体育教育的最终目的。

本书根据《中等幼儿师范学校教学大纲》确定的教学目标和教学内容要求编写而成。

在编写过程中，我们总结了多年来幼儿教育专业一线体育教学的经验，汲取了前人的研究成果，根据当前幼儿教育的发展需要，在内容、结构体系、语言等方面进行了大胆的改革和有益的探索，强调教法指导，语言简单，淡化理论，图文并茂，强化可操作性，突出趣味性、实用性与实效性的统一。

让学生初步掌握适合幼儿年龄特点的体育技能训练方法，提高学生组织幼儿体育活动的兴趣和能力，为最终走向幼儿教师工作岗位奠定良好的基础。

本书主要研究幼儿体育活动和幼儿体育教学的基本规律，除了遵循教育学的基本原理外，特别注意了与幼儿教育学、幼儿心理学和幼儿卫生学等相关知识的联系，重点介绍了幼儿体育技能的训练方法。

主要内容包括幼儿体育活动的概论、走的技能、跑的技能、跳跃技能、投掷技能、平衡技能、攀登与钻爬技能、幼儿体育游戏、幼儿基本体操等，涵盖了幼儿体育活动的大部分内容。

对球类、竞技体操、民族体育虽然没有专题讲述，但穿插其中，有所涉猎。

同时，针对幼儿园小、中、大班幼儿的不同特点，分类编写案例，指导教学。

因此，本书既可作为中职学校幼儿教育专业（幼师）学生的专业教材，也可作为幼儿教师和幼儿家长的教育指导用书。

## <<幼儿体育>>

### 内容概要

《幼儿体育》将幼儿体育技能内容作为编写线索，从走开始，依次为跑、跳、投掷、平衡、支撑、钻爬、攀登等，重点阐述了幼儿正确动作技能的训练方法；介绍了体育游戏的创编及指导，幼儿队列和体操队形的编排与训练，以及基本的幼儿徒手操和持轻器械操的训练。

全书运用180余幅插图、图表等，介绍了幼儿常用体育游戏活动，详细介绍了12套（种）幼儿基本体操。

《幼儿体育》供中职幼儿教育专业二、三年级学生使用，同时也可作为幼儿教师和幼儿家长辅导幼儿体育的参考用书。

## &lt;&lt;幼儿体育&gt;&gt;

## 书籍目录

第一单元 幼儿体育概论 / 1 第一节 幼儿体育活动 / 1 第二节 幼儿园一日体育活动 / 11 第二单元 幼儿走的技能 / 14 第一节 走的基本知识 / 14 第二节 幼儿走的教学 / 15 第三节 幼儿正确走能力的培养 / 17 第三单元 幼儿跑的技能 / 20 第一节 跑的基本知识 / 20 第二节 幼儿正确跑能力的培养 / 21 第三节 幼儿跑的教学 / 26 第四单元 幼儿跳跃技能 / 29 第一节 跳跃的基本知识 / 29 第二节 幼儿跳跃的教学 / 30 第五单元 幼儿投掷技能 / 35 第一节 投掷的基本知识 / 35 第二节 幼儿投掷的教学 / 36 第六单元 幼儿平衡与攀爬技能 / 41 第一节 平衡的基本知识 / 41 第二节 幼儿平衡技能的教学 / 42 第三节 幼儿攀爬技能及教学 / 45 第七单元 幼儿体育游戏 / 49 第一节 幼儿体育游戏的特点 / 49 第二节 幼儿体育游戏的创编 / 50 第三节 幼儿体育游戏的教学 / 53 第八单元 幼儿基本体操 / 61 第一节 幼儿队列和体操队形 / 61 第二节 幼儿徒手体操 / 65 第三节 幼儿持轻器械体操 / 89 参考文献 / 120

## &lt;&lt;幼儿体育&gt;&gt;

## 章节摘录

## (2) 注意事项。

由于幼儿处于生长发育阶段，运动系统的功能尚不够完善，因此，组织幼儿参加体育活动时，必须考虑“适宜”和“适量”的问题。

应培养幼儿正确的坐、站、走、跑和跳的姿势，多做对称性的动作，使幼儿左右和上下肢体均匀、协调发展。

教会幼儿正确的跳跃动作，脚落地时会屈膝缓冲。

尽量选择在草地、沙地和塑胶地上跳跃，避免在坚硬的地面上做跳跃动作，以减轻地面对幼儿身体的震动。

幼儿的肌肉较容易疲劳，肌肉的力量和耐力均较差，不适合进行过度的柔韧性练习。

幼儿关节发育不够完善，因此不要让幼儿玩“斗鸡”的游戏，因为这个游戏是高强度的碰撞，很容易使膝关节受损伤。

2. 体育与幼儿身体机能 身体机能是指机体新陈代谢的功能，以及各器官系统的工作效能。

身体机能一般是由安静心率、肺活量和血压等指标所反映。

## (1) 体育对幼儿身体发展的促进作用。

经常而适宜的体育活动能使幼儿心血管中的血流量增大，加大血管的弹性和伸缩能力，使肌纤维变粗，心壁增厚，心容量增大，心脏搏动有力，使每搏输出量增加，增强心脏的调节功能，使心血管系统能适应较大的运动负荷和突然的变化。

心脏功能的增强，主要表现为：安静时心率较低、一般活动时心率升高较少；紧张或激烈活动时心率升高较大、活动后心率能较快地恢复到安静状态时的心率等。

这些反应都充分体现出心脏的良好储备能力和调节功能。

体育活动能促使幼儿肺参与呼吸，运动时参与呼吸的肺泡增多，能促进肺泡的生长发育，提高肺的弹性，使呼吸肌逐渐增强，从而增大肺通气量，促进氧气的吸入和二氧化碳的排出。

体育活动还可以改善和提高幼儿神经系统的反应能力，使之灵活、迅速、准确、协调。

幼儿经常参加适宜的体育锻炼，能改善神经过程的不均衡性，促使大脑皮质的抑制加深，使兴奋和抑制更加集中。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>