

# 乐享运动 健康成长

## 乐山市机关幼儿园阳光运动课程硕果累累

3-6岁是儿童身体发育和机能发展极为迅速的时期,而运动是孩子健康成长的关键。多年来,乐山市机关幼儿园致力于幼儿健康教育的探索,注重提升幼儿运动兴趣品质,并在该园传统的阳光运动课程中开设“阳光篮球”和“MINI足球”特色园本课程,让孩子在享受运动快乐的同时,促进其成长为拥有健康体魄的“运动达人”,受益终身。

### 趣味运动 让孩子爱上运动

“幼儿都拥有运动天性,运动也是幼儿健康成长的保证,因此运动兴趣和运动能力的培养就显得尤为重要。”乐山市机关幼儿园园长王炜娟表示,针对3-6岁儿童的实际情况,该园将阳光运动课程进行整合化、科学化、游戏化。通过实践探索与分析,该园引进优秀的体育老师,开足阳光运动课程以保证幼儿在园运动时间,并通过开设特色体育活动和体育集教活动提升幼儿运动兴趣品质。

2012年9月,该园成立“KBA阳光篮球俱乐部”,在全国阳光运动课程中普及篮球基本技能。自篮球运动开展以来,该园为每一位孩子购置了幼儿专用篮球,班级专用篮球车,规划了篮球场,添置了篮球架以及篮球训练辅助器械,如独轮车、平衡木、脚踏车、泡沫垫、障碍间隔桩等。在活动组织上,每个班每周都有定时的篮球活动开展,由专职篮球教练执教;每周安排晨间练习时间,由班级负责篮球活动的教师组织;每天在保证充足的两个小时户外活动的前提下,尽可能多地组织丰富多彩的篮球游戏,激发孩子对篮球的兴趣,增强球感。在课程设置上,该园以幼儿参与运动的兴趣为主,从小班到大班分别设计了一些游戏性强、难度适宜的运动方式,比如小班有“花样滚球”、中班有“花式拍球”“运球接力”、大班有“花式篮球赛”等,以这种循序渐进的方式,逐步提升幼儿的篮球技能。每年5月,该园会在小班招募球员。除了园内的各项篮球活动,乐山市机关幼儿园总园与分园之间还会开展交流活动,通过PK赛、

微课分享等方式,带动全国小朋友爱上篮球,爱上运动。如今,该园还成立了“宝贝篮球队”“家长篮球队”“教师篮球队”,让篮球运动从幼儿园走向家庭,从家庭走向社会。

有了“阳光篮球”的大胆尝试和初见成效,2015年,该园“MINI足球俱乐部”应运而生。开展足球运动,场地是关键。该园因地制宜将教学楼楼顶改造成标准的幼儿足球运动场,充分保障孩子们足球练习场地。在课程设置上,跟“阳光篮球”一样,该园以幼儿参与运动的兴趣为主,从小班到大班有层次地开展足球游戏,如用脚夹着球走、相互传球等。在保证孩子足球练习时间的同时,在全国推广足球运动。每年5月,该园在小班招募球员,每年定期举办毕业班足球联赛、冬季联赛、国际联赛等。足球课程的开设,丰富多彩的游戏,让更多的孩子了解了足球,也让孩子在足球运动中找到自己的兴趣和爱好。

通过“阳光篮球”和“MINI足球”,该园系统规划全园体育活动,还组织和开展了各项运动项目,如传统体育活动——鸡公车、亲子DIY体育器械制作大赛、大班篮球联赛等,有效提升幼儿的运动兴趣和运动能力。

### 特色课程 助孩子品格成长

“运动带给孩子的不仅仅是身体的健康,更是心灵的淬炼和成长。”该园相关负责人表示,在保证阳光运动时间的基础上,开设特色园本课程“阳光篮球”和“MINI足球”,不仅可以锻炼幼儿的运动能力,还能培养孩子的团结协作、吃苦耐劳精神等,对幼儿品格的培养更有益。

大六班一个叫小诺的女孩给大家留下了深刻的印象。小诺是“KBA阳光篮球俱乐部”的队员,刚

入园时娇小可爱。后来接触了篮球,爱上了篮球,每天坚持练习,成长非常快,运动能力比较强。在前不久一次市级比赛中,抢球时她对方球员推倒了。场外,老师同学都替她担忧,可小诺却一翻身就爬起来,立即追上前去继续防守。事后,小诺说:“当时有点疼,但想着我们不能输,所以啥也没想就爬起来了。”

在“MINI足球俱乐部”踢了两年球的小兵,刚入园时个子不高,身材瘦弱,有些胆小,但他和爸爸都是足球迷。在得知有“MINI足球俱乐部”后,小兵报名参加球队,开始了主动练习。终于,在第二年5月的足球队选拔中脱颖而出。进入足球队后,每天的晨练他从不缺席;训练中,遇到困难也不退缩。在前不久一次比赛中,小兵因为对方先进一球急哭了,但是他勇于拼抢、团结协作,还在关键时刻进了一个球,最终以1:1的比分平局结束。如今的小兵,已经成长为奋力拼抢、射门精准、集体荣誉感极强的能干小将,而且持续的足球练习使小兵品格教育更有保障,即将毕业的小兵成长了许多。

吃苦耐劳、勇于拼搏、不畏输赢、自由生长……因为热爱运动、坚持运动,小诺和小兵发生了很大的变化。在乐山市机关幼儿园,还有太多孩子因热爱篮球和足球而改变。而这,正是该园一直坚持开发阳光运动课程、坚持特色园本课程的初衷。“无论是阳光篮球还是MINI足球,我们的着力点都是培养孩子的运动兴趣、运动能力以及自信心,从而促进幼儿富有个性的发展。”该园相关负责人表示。

### 硕果累累 成就“运动达人”

充实而又丰富的阳光运动课程不仅让乐山市机关幼儿园的孩子们

健康、快乐地成长,展示出他们积极阳光、活泼可爱的一面,也让他们在省市级各类比赛中收获了许多成绩。

2017年,在乐山市首届幼儿足球邀请赛中,乐山市机关幼儿园荣获了大班、中班双冠军;

2017年7月,在乐山市首届小篮球联赛暨幼儿篮球嘉年华活动中,乐山市机关幼儿园荣获U6组全场比赛冠军;

2017年,该园被命名为乐山市国家青少年俱乐部篮球、足球训练基地;

2019年8月,该园被命名为全国足球特色幼儿园;

2019年10月,该园获全国青少年体育冬夏令营(四川站)暨“中国体育彩票杯”四川省第二届幼儿体育活动展示大会幼儿足球一等奖;

2021年5月,在乐山市第四届幼儿篮球嘉年华活动中,该园再次荣获全场比赛冠军,队员还获得个人斗牛赛冠军、亚军;

2021年5月,在乐山市第五届幼儿足球展示活动中,乐山市机关幼儿园荣获一等奖、最佳组织奖、嘉年华活动一等奖、优秀教练员等奖项;

……

近年来,一次次的省市级幼儿篮球、足球展示活动和比赛中,都有乐山市机关幼儿园运动小将们奋力拼搏的身影,也总能收获许多肯定与鼓励。谈及未来,该园负责人表示将继续探索与发展特色园本课程,培养孩子的运动力,为孩子的终身运动打下坚实基础,给孩子的幸福人生提供良好的身心条件。

黄巧娣/文 幼儿园供图



每一次投篮都是成功的合作



日常练习刻苦认真



参加市第五届幼儿足球比赛



毕业篮球联赛精彩一瞬