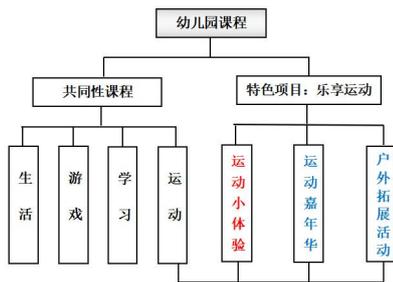


# 乐享运动，在体验中经历幸福童年

——上海市松江区谷北幼儿园“运动小体验”特色项目

上海市松江区谷北幼儿园创建于2018年7月，幼儿园秉承“体验共同成长，感受教育幸福”的办园理念，以“让每一个孩子健康快乐成长”为课程理念，开发“乐享运动——快乐小体验”特色项目，注重让幼儿在真实的社会活动中去经历必要的运动体验，让幼儿爱运动，能运动，慧运动。



运动小体验：  
体验快乐运动 经历幸福童年

运动体验项目	小班	中班	大班
挑战一项技能	勇者之路	拍球	跳绳
尝试一次远足	徒步上幼儿园	亲子春游	登高爬佘山
感受一次亲子活动	亲子运动小游戏	亲子放风筝	亲子观看一场球赛
体验一次野趣	雨中乐	玩沙水	打水仗

## 挑战技能，体验生命成长

小班走平衡木，中班拍球，大班跳绳，是孩子们各年龄阶段必需的基本技能，“勇者之路”“拍球高手”“跳绳达人”，孩子们在挑战中不断练习、相互鼓励、共同比拼，不仅发展了动作，还经历了挑战自我、超越自我，考验了意志力和克服困难的能力。在挑战赛中，他们体会和品味了生命成长的印迹和意义。



## 尝试远足，体验自然美好

“世界上最好的运动就是步行”，它是一种绿色运动，融合的是阳光、空气和大自然。我们倡议并鼓励孩子们迈开双腿，走出健康，走出美好。小班徒步上幼儿园，孩子们踏上清晨的露珠，观赏沿路的花草树木，聆听蛙鸟虫鸣，和好朋友相遇结伴……中班亲子春游，在爸妈的陪伴下，孩子们亲近自然，拥抱春天，公园赏花、踏青、寻春，感受春的气息，度过美好的亲子时光。大班佘山之约，孩子们相约而行，在愉悦、挑战、坚持中共登佘山之颠，尽情释放运动的热情，体会坚持的力量和成功的喜悦，体验大自然的美丽与美好。



### 享受共玩，体验亲子情感

疫情背景下，我们倡导“家庭互助式班班玩运动”，由家长代表组织，家长自愿报名，自主选择场地，共创亲子运动游戏。我穿爸爸的鞋、风筝飞得高、老鹰抓小鸡……伴着一个个亲子游戏，创意和脚印在草地荡漾，笑声和欢呼声在天空回旋。对孩子们来说，这是一次有趣快乐的体验；对父母来说，是一段难忘温馨的亲子时光；对老师来说，是一次全新有意义的活动经历。享受亲子共玩，让亲子游戏走进大自然，让运动理念根植家庭，让运动特色点亮童心。



### 激情野趣，体验童年乐趣

沙水雨是大自然赐予孩子最好的礼物。小班“雨中乐”，孩子们在雨中接雨、踩雨、听雨、玩雨、尝雨……孩子们尽情嬉戏玩耍、感受发现，享受雨中别样的乐趣；中班“沙池探秘”，孩子们在沙池里踢球、滚轮胎、袋鼠跳，感受沙上运动的特殊体验；大班“打水仗”更是追随孩子的天性，释放孩子的激情，体验童年的乐趣。



“乐享运动——快乐小体验”特色项目，采用开放、融合、体验、野趣的方式，关注幼儿年龄特点和成长需要，强调与孩子的真实生活有机融合，注重“快乐体验”，让孩子在经历尝试中积累经验，发展能力，体验情感，获得自我生命意义的感悟。

上海市松江区谷北幼儿园 杨晶  
2021年6月18日

