

幼小衔接阶段学生体能与运动技能发展现状的调研与问题分析

葛玉婷

如东县丰利镇中心幼儿园 江苏省南通市 226400

摘要：幼小衔接阶段是儿童成长过程中的重要过渡期，学生的体能和运动技能在这一阶段的培养直接影响着他们的身体健康和未来的学习能力。然而，当前在幼小衔接阶段，许多学生的体能发展呈现出不足，运动技能的培养也存在滞后现象。这一现象不仅源于学校体育教育资源的匮乏，还受制于家庭和社会支持的不足。通过对当前体能与运动技能发展现状的调研，本文发现，虽然学生体能水平较低，但在多方面因素的作用下，学生的运动技能也呈现出不同的发展轨迹。基于此，文章深入剖析了影响学生体能与运动技能的主要问题，并提出了提升学生身体素质、改善体育教育环境、增强家校合作等多方面的对策。希望通过这些措施，能够为幼小衔接阶段的教育提供理论支持和实践指导。

关键词：幼小衔接；体能；运动技能；发展现状；问题分析

引言

幼小衔接阶段是孩子们进入小学前的最后一段重要时光，这不仅是学术知识的起步阶段，更是身体发育和运动技能培养的关键期。孩子们的体能与运动技能，不仅关乎他们的身体健康，也直接影响到他们的学习效率和心理发展。然而，当前许多地区在这一阶段的教育过程中，体育教育的重视程度远远不足。学生的体能和运动技能往往处于较低水平，这对他们未来的成长与发展造成了潜在的隐患。因此，如何在幼小衔接阶段有效促进学生体能与运动技能的全面发展，已成为教育领域亟需解决的重要课题。开题以来，课题组以体育课程一体化理念为指导，以幼小体育活动游戏进阶为核心目标，依托区域教研共同体、校际协作平台及骨干教师团队，整合幼儿园与小学体育教育资源，通过理论研究、实践探索与协同创新，系统推进幼小体育活动游戏进阶的实践研究，现将主要进展汇报如下。

通过深入调研与问题分析，本文将探索该阶段学生体能与运动技能发展的现状及背后深层次的原因，力求为今后的教育改革提供切实可行的建议。

1. 幼小衔接阶段学生体能与运动技能的现状

1.1 体能发展现状

幼小衔接阶段的学生普遍面临体能水平较低的问题。

根据调研数据，许多学生在常规的体能测试项目中表现不佳，尤其是在耐力和爆发力方面。常见的项目如 50 米跑、立定跳远和仰卧起坐等，学生的成绩远未达到同龄人应有

的标准。这一现象的出现，首先与学生缺乏充分的运动锻炼和体育活动时间密切相关。许多孩子的课外时间被电子产品占据，导致他们缺少户外活动，无法锻炼身体。其次，学校体育资源的短缺和教育体系的不足也在一定程度上制约了学生体能的发展。虽然一些经济发达地区的学校能够提供较为完善的体育设施和专业教师，但在农村或经济较为落后的地区，学校的体育设施和师资力量往往无法满足学生体能发展的需求，导致区域间体能差距明显^[1]。

1.2 运动技能发展现状

在运动技能方面，幼小衔接阶段的学生也面临着发展滞后的问题。虽然大部分学生具备基础的运动能力，如跑步、跳跃等，但整体运动技能的掌握和精确度仍有较大提升空间。许多学生在运动中表现出协调性差和技能掌握不准确的情况。尤其是一些运动项目，如篮球、足球、乒乓球等，虽然学生能够进行基本的操作，但缺乏足够的技术精细度，难以达到理想的水平。除了基础技能的掌握，学生的运动兴趣和参与度也是关键因素，尤其是在男女生的技能发展中，性别差异对运动项目的选择与兴趣产生了重要影响。男生更倾向于力量型项目，而女生则更擅长协调性较强的运动。然而，当前学校体育教学过于单一，缺乏针对不同性别和学生特点的教学安排，导致了学生运动技能发展的不平衡。

1.3 体能与运动技能发展的相互关系

体能和运动技能是相辅相成的。良好的体能为学生的

运动技能提供了必要的基础,反之,运动技能的提升也有助于体能的提高。例如,在跑步、游泳等项目中,较好的体能有助于学生在运动技能中的发挥,而运动技能的进步也能有效提高学生的协调性和反应速度。

2. 幼小衔接阶段学生体能与运动技能发展中的主要问题

2.1 缺乏系统化的体育教育

当前,幼小衔接阶段学生的体育教育存在较为明显的不足,尤其是教育体系的单一性和教学内容的缺乏针对性,成为制约学生体能与运动技能发展的主要因素。许多学校的体育课程设置过于简单,缺乏系统化的课程体系和教学计划,导致学生的体能和运动技能无法得到全面、持续的发展。学校体育课时数量有限,且体育课的教学内容多以传统的跑步、跳远等基础项目为主,缺少足够的创新和趣味性。这种教育模式无法激发学生对体育活动的兴趣,导致他们在运动中参与度低、积极性差。通过调研发现,幼小衔接阶段的学生在体能与运动技能的基础上存在明显断层,尤其是在进入小学后,学生需要较长时间来适应体育课堂节奏。同时,调查还表明,教师在课程设计中对衔接内容的忽视,导致学生在这一过渡期缺乏有效的体育活动游戏衔接。

2.2 体能与运动技能的性别差异

在体能与运动技能发展过程中,性别差异也是一个不容忽视的问题。虽然性别差异在生理上有所体现,但在教育实践中,常常会出现性别偏见,影响学生对体育活动的参与和技能发展的公平性。男生在体能方面表现得较为突出,尤其是在力量型运动如跑步、投掷等项目中,普遍表现较好,而女生则在柔韧性和协调性方面更具优势。在运动技能发展上,男生通常较容易掌握力量型运动项目,而女生则倾向于更精细化的动作技能。尽管如此,学校体育教学中往往忽视性别差异,导致学生在选择项目时受到限制,未能根据性别特点进行个性化的技能培养。部分学校对女生的运动能力存在误解,常常认为她们不适合参与某些高强度或竞技性的运动,从而影响了她们的运动兴趣和技能提升^[2]。

2.3 学生参与体育活动的兴趣不足

学生对体育活动的兴趣不足,已成为影响其体能与运动技能发展的一个核心问题。调研数据显示,很多学生对体育活动的参与热情低下,尤其是低年级学生,往往对体

育课缺乏积极性,甚至认为体育课是一项“轻松”且不需要投入太多精力的课程。这种现象的产生,与体育课程内容的单一、缺乏趣味性密切相关。传统的体育教学多集中在一些基础运动项目上,缺乏创新的教学方式,难以吸引学生的注意力。部分学生由于体能基础薄弱,参与体育活动时容易感到疲惫或不自信,这使得他们产生了对体育的排斥情绪。

3. 影响幼小衔接阶段学生体能与运动技能发展的因素分析

3.1 环境与设施的制约

学生体能与运动技能的发育离不开适宜的环境和设施。当前,许多学校尤其是乡村和经济欠发达地区的学校,体育设施不足,运动场地和器材的配备较为简陋,甚至有些学校没有专门的体育场地,学生的体育活动只能在有限的空间内进行。这种环境的限制使得学生无法充分参与到各类体育项目中,从而影响了他们体能和运动技能的全面发展。即使是城市地区,虽然学校的设施较为完善,但依然面临场地拥挤、时间紧张等问题,学生的体育活动时间也受到了影响。缺乏高质量的设施和足够的活动空间使得学生无法进行多样化、系统化的运动训练,进而影响其体能水平和运动技能的提升^[3]。

3.2 教师与教育理念的影响

体育教师的专业能力和教学理念对学生体能与运动技能的培养起着至关重要的作用。然而,许多学校的体育教师并未经过系统的专业培训,教学能力和知识储备存在差距。部分教师在体育教学中过于注重学生的体力训练,而忽视了技能的精细化训练,导致学生的运动技能发展停滞不前。此外,部分教师对体育教育的认识也存在偏差,将体育课视为单纯的体能锻炼,而忽视了运动技能培养、兴趣激发和心理发展等方面的教育。

3.3 家庭教育与社会支持

家庭是孩子成长的第一课堂,家长的教育方式和态度直接影响孩子的体能与运动技能发展。然而,许多家长对于体育锻炼的重视程度不够,往往更关注孩子的学业成绩,而忽视了体育和运动的重要性。部分家长缺乏对体育活动的基本认识,不知道如何正确地引导孩子参与体育锻炼,也没有提供足够的体育资源和支持。家庭缺乏对孩子体育活动的鼓励,使得孩子缺乏自发进行运动的动力,体能和

运动技能的发展受到制约。此外，社会支持的不足也是影响学生体能和运动技能发展的一个重要因素。

4. 针对幼小衔接阶段学生体能与运动技能发展的对策与建议

4.1 改进体育课程设置与教学方法

4.1.1 理论研习与知识储备

围绕“体育课程一体化”“幼小体育活动衔接”“游戏进阶设计”等核心概念，需要开展系统性的理论学习与实践调研。深入研读《3—6岁儿童学习与发展指南》《义务教育体育与健康课程标准》等政策文件，重点梳理幼小体育课程目标、内容及教学方法的差异与衔接要点。同时，结合运动技能发展理论、儿童身心发展规律等学术成果，分析体育游戏在不同学段的功能定位，并特别对华东师范大学关于“幼儿园至小学体育课程连续性构建”的研究成果进行专题学习，为研究提供重要理论参考。

4.1.2 平台搭建与协作构建

为保障研究高效推进，需要建立“线上+线下”双轨制协作平台。依托企业微信、钉钉等线上工具，创建研究交流群，定期发布学习资料、研讨活动通知及阶段性成果，并增设“五大领域评价反馈”专栏，成员可围绕健康领域评价指标，对阶段性研究成果进行互评，如从幼儿运动强度适宜性、健康习惯培养效果等角度提出建议。

在线下，联合区域内试点幼儿园与小学，组建“幼小体育教研共同体”，每季度开展1次线下联合教研活动。在教研活动中，专门设置健康领域评价实践环节，运用幼儿园五大领域评价量表，重点聚焦健康领域的幼儿身体机能发展、运动技能掌握、心理健康状态等维度，通过课堂观察、幼儿行为记录、教师互评等多元方式，对幼小体育衔接课程进行动态评价与优化。

4.2 增强家校合作，促进学生全面发展

4.2.1 加强家庭体育教育的支持与指导

家庭在孩子成长过程中起着至关重要的作用，因此家长的体育教育理念对学生体能与运动技能的培养至关重要。学校应通过家长会、家庭体育讲座等形式，增强家长对体育教育的重视，帮助家长认识到体育活动对孩子全面发展的重要性。

4.2.2 家校协作，共同制定学生体育发展计划

学校和家庭应密切合作，共同制定适合学生的体育发

展计划。学校可以定期向家长反馈学生的体育表现和进展，同时为家长提供更多的体育资源和活动机会，如社区体育活动、亲子运动会等，鼓励家长与孩子一起参与到体育活动中。通过家校协作，家长能够更好地支持孩子的体育锻炼，营造一个良好的体育氛围，帮助学生在课外时间积极参与体育活动，推动学生体能和运动技能的全面提升^[5]。

4.3 完善基础设施，创造有利发展环境

4.3.1 提供更多的体育场地与设施

学校应加大对体育设施的投资，提供更为丰富和完善的运动场地，如室内篮球场、羽毛球场、游泳池等，以满足学生多样化的运动需求。同时，应定期对现有的体育设施进行维护和更新，确保其安全性和适用性，避免因设施老旧或损坏而影响学生的体育活动。

4.3.2 社会各界共同投入，改善体育资源不足的局面

社会对体育教育的支持同样至关重要。政府应加大对学校体育设施建设的投入，特别是在经济欠发达地区，确保每个学生都能享有基本的体育锻炼条件。同时，社会团体、企业和社区也应积极参与到体育资源的建设和共享中来，为学校提供更多的资源支持和体育活动平台。通过社会各界的共同努力，学生的体育教育环境将得到显著改善，促进他们体能与运动技能的全面发展。

总结：通过对幼小衔接阶段学生体能与运动技能发展现状的调研与分析，可以看出，尽管这一阶段是孩子们身体发展和运动技能培养的关键期，但在实际教育中仍面临诸多挑战。体能发展不足、运动技能滞后以及性别差异和兴趣缺乏等问题，深刻影响了学生的身体素质与全面发展。因此，要实现学生体能和运动技能的有效提升，不仅需要学校改革体育课程和教学方法，更要加强家庭与学校的合作，共同为学生创造更为优质的教育环境。

参考文献：

[1] 阚丽. 浅谈幼小衔接背景下培养幼儿学习习惯的方法 [J]. 新班主任, 2025, (29): 29-30. DOI:CNKI:SUN:XBZR.0.2025-29-015.

[2] 张佳丽. 探索智慧萌芽，启蒙趣味数学——幼小衔接中的数学教育策略 [J]. 数学小灵通(中旬刊), 2025, (10): 27-28. DOI:CNKI:SUN:SXXL.0.2025-10-014.

[3] 赵健. “四维健康”视角下体育幼小衔接的思考与探索 [J]. 安徽教育科研, 2025, (28): 62-64. DOI:CNKI:SUN:AH

JY.0.2025-28-021.

[4] 王芙蓉 . 幼小衔接视角下小学低段数学生活化教学的实践探索 [J]. 求知导刊, 2025, (27): 83–85. DOI:10.14161/j.cnki.qzdk.2025.27.035.

[5] 王小为, 罗超 . 处理好幼小衔接中的七对矛盾关系 [J]. 今日教育 (幼教金刊), 2025, (09): 1. DOI:CNKI:SUN:YJJR.0.2025-09-001.