《学前儿童健康学习与发展核心经验》

虽然只读了前两章，但是感触很深“改善学前儿童健康状况,有助提高我国人均期望寿命”看到这里时，我不由觉得幼儿教师其工作的伟大,不仅要教会幼儿生活习惯与生活能力,更重要的是要关注他们的健康,孩子的健康与我们的教育息息相关。然而，健康并不是我们想的那么简单,应该从心理、运动、生活这三个点去维护和开展教育。

身体控制和平衡能力是第二章主要内容，具体讲了相关概念、内容、发展价值、发展特点及策略等。其中，学前儿童身体控制和平衡能力的内容中，提到了有许多学前儿童身体控制和平衡内容的共同之处：一是关注幼儿适应复杂环境中的身体控制和平衡能力，提高在各种活动中（走、跑、跳、钻爬、攀登、悬垂等）的平衡能力。二是内容全面，一方面涵盖了静态平衡、动态平衡和客体平衡三个维度，另一方面涵盖了上、下支撑平衡（既有走、跑等下支撑平衡又有悬垂等上支撑平衡）。三是提高儿童心理负荷，培养勇敢、顽强的意志品质。

通过阅读我了解到，身体控制和平衡能力是幼儿运动的核心经验之一。它是幼儿维持身体姿势、运动的基本前提，幼儿阶段是平衡能力学习与发展的重要阶段。发展平衡能力有助于提高幼儿的生活适应能力，促进幼儿感知觉系统和运动系统的发展，培养幼儿大胆仔细、坚强勇敢的品质，促进幼儿认知发展。

作为一线教师，促进学前儿童身体控制和平衡能力发展应采取相应的教育策略：一是提供发展身体控制和平衡能力的多样化活动；二是以动态平衡练习为主、静态平衡练习为辅，兼顾上、下支撑平衡能力发展。

陶行知先生曾呼吁：解放小孩子的头脑，解放小孩子的双手，解放小孩子的嘴，解放小孩子的空间，解放小孩子的时间。这“五大解放”，提醒我们，作为教师要适宜、适度地加入到幼儿学习中，切不可越俎代庖。科学设计并不是高度控制，我们需要把握其中的分寸。在运动中，我们主张幼儿为主体，教师则尽量退后。要充分相信幼儿，创设良好的氛围，设置合理的游戏任务，静待花开。当然，这不是一蹴而就的，需要教师长时间的对幼儿发展经验的了解、观察和回应。只有抱着尊重科学、反复推敲、不断促进其发展的心态，才能更有效地促进幼儿健康的发展。