

# 泰兴市第四届学前教育名师工作室（领衔人：陈彩霞）

## 第八次研修活动简报

领衔人：陈彩霞 文稿：周栋材 编辑：周栋材 与会人员：工作室全体成员

### 活动背景与目的

聚焦幼儿园体育集体活动设计的科学性和适宜性，通过“观摩+讲座+同课异构+专家点评”的多维研修形式，推动工作室成员在幼儿健康集体教学活动的专业升级，切实提升学前教育实践能力，助力幼儿身心健康与全面发展，特开展本次研修活动。

### 活动流程与目的

2025年11月27日，工作室成员在8:00之前到达泰兴市广陵镇中心幼儿园，在签到后，成员自由进行环境观摩。

聆听工作室领衔人陈彩霞园长关于运动活动的专题培训。

观摩四位来自泰兴市第四届学前教育名师工作室的老师进行的同课异构活动。

听取泰州市教研员沈茜茜主任对同课异构活动的点评以及关于家园沟通的分享讲座。

### 专题讲座



江苏省特级教师、泰兴市育红幼儿园集团总园长、工作室领衔人陈彩霞园长围绕运动开展专题讲座《撒撒野吧，让运动重塑大脑》。陈园长指出运动可为大脑发育提供“营养”，可优化记忆与专注力相关脑区功能；同时明确户外运动与户外游戏的区别，强调户外运动需以“提升幼儿心率”为关键目标。讲座还系统梳理了户外运动场地规划、器械投放、运动中的保育与教师站位等内容，为大家科学落实幼儿园户外运动厘清了思路，也提供了科学有效的实操策略。

## 集体活动

### 大班健康《翻滚乐》

殷妮老师立足大班幼儿身体发育与社会性发展需求，既通过直体滚动动作精准锻炼幼儿核心力量、肢体协调性及方向控制能力，解决该阶段幼儿运动技能提升的核心需求。



孙龙霞老师以“烤香肠”为心情情境，紧扣幼儿年龄特点与发展需求，将动作技能练习与趣味体验深度融合，旨在通过沉浸式游戏，实现幼儿身体、认知、情感与社会性的多维发展。

### 中班健康《趣味钻爬》

顾燕老师以《指南》健康领域为核心，适配中班幼儿特点，秉持“游戏化+技能递进+合作体验”理念，提升幼儿运动能力、规则意识与社交能力，用鼓励增强自信，实现能力与情感目标统一。



陈嘉琦老师聚焦幼儿身体动作发展，通过“动物模仿”这一幼儿感兴趣的载体，让幼儿在游戏化情境中锻炼钻、爬等基本动作，提升身体协调性、灵活性与力量。

## 经验分享



泰州市幼教教研员沈茜茜首先对同课异构活动进行点评，沈主任表示四节活动亮点纷呈，尽显教师专业素养，授课教师紧扣幼儿年龄特点，目标精准落地，教学设计各有巧思，课堂上师幼互动自然融洽，教师善用启发引导，充分尊重幼儿主体性，让幼儿在体验中学习、在探究中成长。



沈主任还带来的了《让沟通有温度：SEL 赋能幼儿园家长工作》专题讲座。在这场讲座里，没有堆砌空泛理论，而是带着日常工作中遇到的真实案例，一个个触动人心的案例为在场的老师们生动讲解了如何通过 SEL 的策略，让家园沟通从“被动回应”变成“主动同行”。

## 活动总结与展望

本次研修通过“环境观摩+讲座+同课异构+专家点评”多维形式，精准解决“体育活动设计不科学、家园沟通无策略等问题。专题讲座填补运动教育理论空白；同课异构与点评拆解体育活动设计关键环节。活动实现理论与实践双向赋能，推动成员从“经验教学”向“科学教学”转变，达成“以研促学、以学促践”初衷。

未来，工作室将以本次研修为起点：一是深化专题研究，成员单位细化幼儿运动指导，形成可推广手册；二是推动成果落地，制作健康活动资源包，开展实践打卡，确保所学转化；三是拓展协同维度，联动家校园校开展公益讲堂，让“运动改造大脑”的理念辐射到更多家庭，助力泰兴市学前教育高质量发展。

## 结语

本次泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修活动，以“破解学前教育实践难题”为锚点，用“环境观摩找方向、专题讲座补理论、同课异构练实操、专家点评促提升”的闭环设计，让每一个环节都成为叩击学前教育本质的钥匙。未来，我们将继续探索高质量体育活动促进幼儿发展的设计逻辑；将运动改造大脑的科学路径落实到各成员单位的户外运动中去，让更多幼儿爱上运动，在运动中收获成长。这不仅是一次知识与技能的补给，更是一场对“以幼儿为本”教育初心的再校准。

# 赴一场运动之约，启一段成长之思

——泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修心得

泰兴市育红幼儿园 朱瑜

此次泰兴市第四届学前教育名师工作室组织的第八次研修活动，围绕健康教学展开同课异构送教下乡活动，走进泰兴市广陵镇中心幼儿园，沉浸式观摩室内外环境创设、聆听专业专题讲座、欣赏精彩纷呈的同课异构健康活动，在专家的精准点评中拨云见日，收获颇丰，也对幼儿园健康领域活动的设计与组织有了更深刻的思考。

### 一、专家讲座

两场专题讲座则为我打开了全新的视野。领衔人陈彩霞园长的《撒撒野吧，让运动重塑大脑》，颠覆了我对幼儿运动的传统认知，原来运动不只是锻炼幼儿的身体，更能激活大脑潜能，为幼儿的认知发展、情绪调节提供强大助力。这一观点让我深刻意识到，幼儿园的体育活动不应局限于简单的技能训练，而应鼓励幼儿尽情释放天性，在“撒野”中感受运动的乐趣。

### 二、同课异构

活动的高潮，当属四节精彩纷呈的同课异构健康活动。大班《翻滚乐》中，殷妮与孙龙霞老师呈现了两种截然不同的教学风格。有的注重情境创设，以趣味故事贯穿活动始终，让幼儿在角色扮演中自然习得翻滚技能；有的强调自主探索，鼓励幼儿尝试不同的翻滚方式，在试错中积累运动经验。中班《趣味钻爬》里，顾燕和陈嘉琦两位老师则各有巧思，或是利用丰富的自制器械激发幼儿的参与热情，或是通过小组竞赛的形式增强活动的趣味性，让幼儿在钻爬游戏中锻炼四肢力量与身体协调性。同样的课题，不同的教学设计，却殊途同归地指向幼儿的主动发展，这正是同课异构的魅力所在，也为我园教师开展集体备课、磨课研课提供了极佳的范例。

### 三、专家点评

泰州市幼教教研员沈茜茜主任的专家点评更是一针见血，为我们指明了方向。不仅对四节活动课的亮点与不足进行了精准剖析，更提炼出幼儿园体育集体活动设计的核心原则：目标设定要精准适宜，活动环节要动静交替，材料投放要层次分明，组织指导要关注个体差异。她还强调，体育活动的最终目的是让幼儿爱上运动，在运动中收获健康、快乐与成长，这一观点直击我心，也为我今后指导园所健康领域教学工作确立了核心导向。随后沈主任的专题讲座关于家园工作的专题讲座，几个亲身经历的感人案例也让我们对如何与家长沟通交流提供了指导和方向。

此次“送教下乡”活动，是一次宝贵的学习之旅，更是一次深刻的反思之旅。未来，我将把此次活动的所学所思所悟及先进的教育理念融入日常教学实践；同时，进一步丰富体育活动形式，让运动真正成为点亮幼儿童年的明灯，助力每一位幼儿在健康、快乐的氛围中茁壮成长。

## 同课异构绽芳华 送教共研促成长

——泰兴市第四届学前教育名师工作室研训心得

泰兴市市级机关幼儿园拱极分园 顾燕

作为陈彩霞老师工作室的一员，此次参与广陵镇中心幼儿园的送教活动，在“同课异构”的思维碰撞、“城乡共研”的教育联结中，我对学前健康活动的设计与价值有了更深刻的体悟。

### 一、同课异构：同一主题，别样精彩

本次送教中，《翻滚乐》《趣味钻爬》均采用“同课异构”形式：殷妮、孙龙霞老师的《翻滚乐》，以不同的情境导入和游戏设计，展现了“趣味体能”的多元打开方式；而我与陈嘉琦老师的《趣味钻爬》中，我以“森林探险”为情境，通过“自主探索—技能提炼—合作游戏”的环节，将钻爬技能与团队协作自然融合；陈老师的活动则以“情境探索+分层练习”为主，更关注幼儿的动作练习与兴趣激发。这种“同题不同路”的实践，让我明白：好的活动不是“复刻模板”，而是立足幼儿年龄特点与发展需求，在同一主题下找到适合孩子的“成长节奏”。

### 二、送教下乡：双向奔赴的教育温度

走进广陵镇中心幼儿园，孩子们眼里的热情与投入，让我真切感受到“送教”不是单向的“经验输出”，而是双向的“成长互动”：幼儿对“钻爬山洞”的好奇、对合作游戏的投入，让我看到乡镇孩子身上同样蓬勃的探索欲；而活动后与教师的交流中，他们对“游戏化体能活动”的思考与追问，也让我重新审视自己的活动设计——比如如何让材料更贴合乡镇园所的实际条件，如何让游戏规则更适配不同幼儿的能力水平。

这场送教，是城乡教育经验的“双向生长”：我们带来了新的活动思路，也从乡镇园的真实教育场景里，找回了“以幼儿为本”的初心。

### 三、工作室引领：在共研中看见更广阔的教育

活动中，陈彩霞园长的讲座《撒撒野吧，让运动重塑大脑》，让我对“学前运动活动”有了认知升级——原来体能游戏不只是“练动作”，更是通过“释放天性的野趣”，促进幼儿的大脑发育与社会性发展；沈茜茜主任的讲座《让沟通有温度——SEL赋能幼儿园家长工作》分享，则让我意识到“教育不是孤立的”，家园沟通的温度，是幼儿成长的重要底色。

此次送教，是一次专业的修行，更是一次教育情怀的传递。从磨课中陈园长的精准指导，到同课异构中同伴的思维碰撞，再到两场讲座的理念拓展，每一个环节都是“共研共生”的成长契机。当我们带着“尊重差异、共促成长”的初心走进幼儿，才能让优质教育的微光，照亮每一个孩子的成长路。

### 同课异构送教行，深耕健康促成长

元竹镇中心幼儿园 孙龙霞

2025年11月27日，我们泰兴市学前教育陈彩霞老师名师工作室全体成员去广陵镇中心幼儿园参加了“同课异构送教下乡”活动，作为工作室成员，同时也是本次上《翻滚吧》健康课的教师，从活动开场到结束，每一个环节都让我深受启发，心里满是感悟。

活动一开场，陈园长设计的趣味抢椅子游戏就把现场气氛拉满了。欢快的音乐一响起，在场的老师们都立刻卸下了拘谨，跟着节奏快速反应、灵活跑动，追逐的脚步和阵阵欢笑交织在一起，原本有些陌生的氛围瞬间变得热烈又融洽。游戏结束后，获胜的吴老师带领大家做开合跳，整齐有力的动作、此起彼伏的口号，不仅让我们活动了身体，更感受到了满满的活力，也让我瞬间明白，不管是对老师还是对孩子，有趣的互动和运动永远是调动情绪、凝聚活力的好办法，这也为我后续的课堂教学埋下了灵感的种子。

游戏过后，陈园长带来的《撒撒野吧，让运动重塑大脑》专题讲座，更是像给我打开了一扇新窗户。以前上健康课，我更多关注的是让孩子掌握运动技能、活动好身体，却从没深入思考过运动对幼儿大脑发育的重要性。陈园长用通俗易懂的语言，结合丰富的实践案例，讲解了运动如何激活幼儿的思维、提升专注力和创造力，让我彻底转变了对幼儿健康教学的认知——原来体育活动不只是“动一动”，更是助力孩子全面发展的重要载体，讲座里提到的“以幼儿为主体，让孩子在自主运动中探索成长”的理念，也让我更加明确了《翻滚吧》这节课的设计方向，坚定了要让孩子在趣味翻滚中充分体验、自由探索的想法。

接下来的同课异构环节，我和其他三位老师分别带来了《翻滚吧》《趣味钻爬》两节健康课，虽然主题都是幼儿体育活动，但每个人的教学设计都各有特色，让我看到了健康课的多种可能性，备课的时候，我一直琢磨怎么让翻滚动作既符合幼儿的年龄特点，又能让孩子感兴趣、敢尝试。所以在课堂上，我以“烤香肠”为核心情境，紧扣幼儿年龄特点与发展需求，将动作技能练习与趣味体验深度融合，将侧滚翻动作类比为“香肠翻滚受热”，让幼儿在轻松愉悦的游戏氛围中，主动尝试并练习动作，弱化技能学习的难度感知，提升学习积极性，环节设计遵循“由易到难、循序渐进”的原则，活动中每一关的情境都紧密衔接动作目标，将侧滚翻动作转化为“烤香肠翻面”“征服斜坡烤盘”“香肠同步翻滚做三明治”的趣味任务，引导孩子们从自主尝试基本翻滚动作，到小组竞赛再到组队合作完成翻滚接力，慢慢突破自我。上课过程中，看着孩子们满脸兴奋地趴在垫子上探索翻滚的方法，有的孩子一开始不敢翻身，在同伴的鼓励和我的引导下慢慢尝试，最后成功完成动作时露出开心的笑容，我心里既欣慰又有感触，也更加体会到陈园长讲座里说的“幼儿自主体验”的重要性。

听完另外三位老师的课，我更是收获满满。有的老师注重通过自主探索释放孩子的天性，有的老师擅长用趣味提问引导孩子思考运动技巧，还有的老师在活动安全保障上做得特别细致，这些都是我需要学习和借鉴的地方。尤其是后续的点评环节，沈茜主任的精准点拨更是让我茅塞顿开。沈主任深耕幼儿健康集体教学多年，经验特别丰富，她不仅肯定了我们课堂上的亮点，比如注重幼儿的自主参与、情境设计贴合幼儿兴趣，还一针见血地指出了我们存在的不足。针对我的《翻滚吧》，沈主任提到“丰富垫子投放数量与布局形式，为幼儿创设更开放、自由的运动探索空间。”，这句话一下子点醒了我，让我意识到自己的课堂在教学设计和理念还有所欠缺。

之后沈主任带来的《让沟通有温度：SEL 赋能幼儿园家长工作》专题分享，也让我受益匪浅。作为一线教师，我们经常要和家长沟通幼儿的健康成长情况，有时候难免会遇到沟通不畅的问题。沈主任结合具体的案例，教我们如何用有温度的沟通方式，走进家长的内心，让家长更好地理解和配合幼儿体育活动的开展，这对我后续开展家园共育工作特别有帮助。

这次送教下乡活动，不仅让我在课堂实践中得到了锻炼，更在专业理念和教学技巧上有了很大的提升，未来的教学中，我会把这次学到的理念和方法运用到实际课堂上，多关注幼儿的自主体验和个性化需求，不断优化健康课的教学设计，努力让每一节体育活动都能让孩子在“撒野”中成长，在运动中收获快乐与能力。也特别感谢工作室提供的这次学习机会，让我能和各位同仁一起交流进步，在学前教育的道路上不断前行。

### 从理论到实践的教育

泰兴市七圩幼儿园 王汐钰

十一月二十七日我来到了广陵镇中心幼儿园参加本次工作室研训活动，活动内容十分丰富，涵盖体育活动同课异构、幼儿园户外体育活动主题讲座、环创专题分享及“从教学到教研”成长讲座，收获颇丰，不仅更新教育认知，更明晰实践优化方向，现将感悟总结如下：

#### 一、聚焦幼儿发展，创新活动设计

本次体育同课异构活动中，钻爬与滚动两大主题课程各有亮点，核心均紧扣幼儿动作发展规律。钻爬课程注重场景创设，通过趣味情境引导幼儿掌握手脚协调发力技巧，兼顾安全性与探索性；滚动课程则聚焦动作规范性，结合游戏互动帮幼儿感知身体平衡，降低动作失误风险。两者虽主题不同，但都以幼儿为主体，灵活调整活动节奏适配幼儿能力差异，让我意识到体育活动设计需兼顾“趣味性”与“发展性”，既要用幼儿喜爱的形式激发参与热情，更要精准对接动作发展目标，让每一次活动都能切实助力幼儿身体素质提升。

#### 二、户外运动，安全与发展并重

讲座伊始，陈园长带领我们进行开合跳和抢椅子游戏，让我们热力满满地聆听知识讲座。户外体育活动是幼儿身体素质发展的重要载体，核心需兼顾“安全性”与“发展性”。讲座中强调，体能运动区需根据场地的材质进行划分，户外活动设计要贴合幼儿年龄特点，精准对接走、跑、跳、钻、爬等动作发展目标，通过趣味情境、多元器材激发幼儿参与热情，让幼儿在自主探索中提升肢体协调性与体能。同时，安全保障是户外体育活动的前提，从场地排查、器材检查到活动流程规范，每一环都需细致落实，既要给幼儿充足的活动空间，也要提前规避安全风险，兼顾活动趣味性与安全性的平衡。同时户外体能运动前地热身跑让我感觉十分受益，让每个小朋友在运动前活动好关节热好身，为接下来的体能运动做好充足的准备。后续工作中，我会将所学落地实践，优化户外体育活动方案，细化安全保障措施，充分发挥户外体育活动的教育价值，为幼儿打造安全、有趣、赋能成长的户外活动空间，助力幼儿健康快乐成长。

#### 三、立足教育价值，赋能环境育人

环创讲座让我对“环境即课程”有了更深认知，环创不仅是空间美化，更要兼顾教育性、互动性与幼儿参与感。讲座分享的环创案例中，幼儿参与材料收集、动手创作的过程，既锻炼了实践能力，也让环境更贴合幼儿需求；同时，环创内容对接教学主题，能有效延伸教学效果，助力幼儿巩固知识。后续环创工作中，我会摒弃“成人主导”思维，充分尊重幼儿主体地位，让环创真正成为辅助教学、助力幼儿成长的重要载体。

#### 四、转变教育思维，助力专业成长

“从教学到教研，做教育有心人”的讲座，为我的专业发展指明了方向。教学与教研相辅相成，日常教学中，唯有多观察、多反思，及时梳理教学中的问题与经验，才能以教研推动教学优化。讲座中分享的教研方法，实用且易落地，让我明白，教研不是复杂的任务，而是融入日常教学的习惯，唯有做教育的有心人，在教学中深耕、在教研中提升，才能不断提升教学质量，实现自身专业成长。

此次系列学习，不仅丰富了我的教育理论知识，更积累了实用的实践方法。后续工作中，我会将所学所悟转化为实际行动，优化教学与保教工作，以更专业的能力陪伴幼儿健康快乐成长。

### 让运动成为童年的“成长密码”

泰兴市广陵镇中心幼儿园曹志

这次参与泰兴市广陵镇中心幼儿园的体育活动专题学习，从清晨的园所观摩到傍晚的专家点评，紧凑的行程像一把钥匙，打开了我对幼儿体育教育的全新认知，也让“运动点亮童年”不再是一句口号，而是具象成了一个个生动的教育场景。

清晨8点，刚走进幼儿园就被园所的“运动氛围”包裹住：户外场地里，平衡木藏在“森林小径”的情境中，钻爬网被设计成“山洞探险”的游戏区，连走廊的墙面都挂着可操作的“肢体协调小游戏”——原来幼儿体育的渗透，从来不是靠“专门的课程时间”，而是藏在环境的每一处细节里。带队老师说，这些设计是为了让孩子“想动、能动、随时动”，比如小班孩子路过走廊就能伸手够一够墙面的触觉板，大班孩子户外活动时可以自主组合器械玩“闯关游戏”。这种“无边界”的运动环境，让我第一次意识到：好的幼儿体育，是让运动成为孩子的“本能选择”，而非被动任务。

接下来两场专题讲座，更是颠覆了我对幼儿运动的刻板认知。陈彩霞老师的《撒撒野吧，让运动重塑大脑》，用神经科学的案例解释了“孩子跑跳打滚”的价值：3-6岁是大脑神经突触发育的关键期，攀爬时的肢体控制、追逐时的反应判断、翻滚时的空间感知，本质上都是在给大脑“做训练”。以前我总担心孩子“疯玩”会受伤，现在才明白，适度的“撒野”是在帮孩子构建更灵活的思维模式——比如玩“追逐游戏”时，孩子要随时调整速度和方向，这其实是“问题解决能力”的雏形。而韩萍老师的《托育课程设计与实践路径的思考》，则补充了低龄幼儿的运动逻辑：托班孩子的“运动”不需要复杂器械，一张软垫上的“翻滚”、跟着音乐的“肢体摇摆”，甚至是捡玩具时的“蹲起”，都是符合其发展节奏的“有效运动”，核心是“轻结构、重互动”。

下午的“同课异构”环节，是本次学习最有冲击力的部分。同样是大班健康活动《翻滚乐》，殷妮老师的课堂像“精准的成长支架”：她先示范“团身滚”的动作要领，再用“小刺猬卷果子”的游戏让孩子练习，最后通过“分组竞赛”巩固技能，适合运动能力稍弱的孩子建立自信；而孙龙霞老师的课堂则是“开放的探索场”：她只给出“用身体滚过垫子”的任务，孩子自发玩出了“侧身滚”“合作滚”“障碍滚”等花样，最后孙老师再提炼不同滚法的核心技巧——两种设计没有“优劣”，只有“适配”，前者帮孩子建立基础能力，后者让孩子发挥创造思维，这也让我明白：幼儿体育的“目标”不是“统一标准”，而是“让每个孩子都能在运动中找到自己的节奏”。

随后的中班《趣味钻爬》同样精彩：顾燕老师用“小蚂蚁运粮食”的情境，让孩子在“钻过山洞、爬过草地”的任务中练习肢体协调；陈嘉琦老师则用“角色互动”的方式，让孩子扮演“小侦探”，根据指令调整钻爬的速度和姿势。两个活动里，孩子的笑声始终没停过——原来“技能训练”和“游戏乐趣”从来不是对立的，好的设计能让孩子在“玩得开心”的同时，自然达成能力发展的目标。

最后专家关于《让运动点亮童年——幼儿园体育集体活动设计组织》的点评，把我零散的收获串成了体系：幼儿体育要把握三个“平衡”——既要“放好玩”，给孩子自主探索的空间，也要有清晰的能力培养目标，避免“为了玩而玩”；既要关注个体差异，比如给体弱的孩子准备辅助器械，也要利用集体活动的氛围，带动内向的孩子参与；既要重视肢体能力的发展，也要挖掘运动的“教育附加值”，比如通过合作游戏培养社交能力，通过规则游戏建立秩序意识。

走出幼儿园时，刚好看到几个孩子在操场上追着泡泡跑，阳光落在他们汗津津的脸上，那种鲜活的快乐让我忽然懂了：幼儿体育的本质，不是培养“运动健将”，而是帮孩子建立“对运动的热爱”，让他们在跑跳中感受身体的力量，在互动中学会合作，在探索中找到自信——这些，才是运动给童年最珍贵的“成长密码”。

# 赴教研之约，悟体育真谛

——泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修心得

泰兴市济川街道中心幼儿园欧景花都分园 陈嘉琦

本次工作室的研修之旅，其核心亮点是四位教师带来的“户外体育活动同课异构”展示。围绕《翻滚乐》、《趣味钻爬》两节活动，聚焦趣味的体育活动，各显幼教匠心。

## 一、活动赋能，趣味体育

大班《翻滚乐》由殷妮老师和孙龙霞园长执教，活动主题一样，但是上课风格各有千秋。不同的教学风格，趣味横生的语言提示。让体育活动变成幼儿活动的训练营。中班我与顾燕园长的《趣味钻爬》充分体现了不同性别教师所带来的体育活动差异，在抓住中班幼儿的注意力的时候，把握活动的时长和节奏，既满足了幼儿体能的发展需求，又增长了爬行的技巧。

## 二、专家讲座，提质增效

在专家引领环节，更是为我的幼教认知点亮了新方向。工作室领衔人陈彩霞园长以“撒撒野吧，让运动重塑大脑”为主题的讲座，结合她工作的实践案例阐释：幼儿园的户外游戏从来不是“随便玩”——钻爬里的反复尝试，是在培养幼儿的坚持力；小组合作搭小屋，是在萌发他们的团队意识；连“帮同伴捡积木”的小动作，都是社会性发展的萌芽，看清了每一场幼儿体能活动中藏着的成长细节。

泰州市教育科学研究院沈茜茜主任的专题分享《让沟通有温度：SEL 赋能幼儿园家长工作》，则聚焦家园协同教育这一关键议题。深耕幼儿生活习惯培养领域十余年，既熟稔《3-6岁儿童学习与发展指南》的理论内核，又有幼儿习惯养成案例的实践积累。从家园协调的角度出发，提出可直接落地的实操方法。她提出的“习惯培养要‘融于生活’而非‘强加要求’”的理念，让我意识到幼儿生活教育不是机械的规则说教，而是基于幼儿生活场景的自然渗透。家园协同中的生活习惯培养能让幼儿在日常小事中建立秩序感与责任感，为他们的独立生活能力打下根基，这也为我今后的班级生活指导工作明确了方向。

此次研修以“同课异构 + 专题讲座”的形式，让我在真实案例中深化了对教学策略的理解，在理念更新中重构了教育认知，在互动研讨中收获了可行路径。教师们的教学展示让我感受到课堂设计的巧思与温度，专家的讲座则为我打开了更广阔的教育视野与实施可能。作为一名一线教师，我更加坚信专业发展是一项终身课题，唯有保持热情、持续精进、勇于突破，才能更好地履行立德树人的教育使命。

# 浸润细节守成长，松弛教育启新思

泰兴市育红幼儿园城西分园唐海姣

此次走进泰州市城东中心小学附属幼儿园（经东分园），研修的核心收获藏在每一个看得见、摸得着的教育细节里。从托班教室的空间设计到师生间的互动氛围，从实操案例分享到专家理念引领，每一部分都在刷新我对托幼一体化教育的认知，也让我对“好的幼儿教育”有了更具体的想象。

## 一、托班教室：每一处设计都藏着“适宜”的密码

作为此次重点观摩的区域，托班教室给我的第一印象是“舒服”——没有刻意堆砌的教具，没有鲜艳刺眼的装饰，却让每个孩子都能自在地找到属于自己的角落。这种“舒服”，正是源于对2-3岁幼儿成长需求的精准把控。

教室以“功能清晰、边界柔化”为原则，划分出生活自理区、感官探索区等区域，却无突兀隔断——窗边的生活自理区，带卡通贴标的小水杯整齐摆在矮柜上，孩子踮脚就能取放；感官探索区的防滑垫上，绒布、木质、硅胶材质的触觉积木散落，幼儿趴在垫上专注摩挲，偶尔与同伴咿呀交流。这些细节让我明白，“适宜的环境”从不是华丽装饰，而是让孩子能自主、舒适探索的空间。

## 二、桌椅标准：让“以幼儿为本”落地在尺寸里

托班教室的桌椅，是我此次观摩最受启发的“硬件细节”。桌面为直径30厘米的圆形，边缘裹1厘米厚软包边，既防碰撞又方便3-4名幼儿围坐；椅子高约25厘米，椅面宽度适配幼儿身体，椅腿贴防滑胶垫。这种“不踮脚、不弯腰、能自主”的状态，正是桌椅适配幼儿身体发育的最佳证明。

## 三、师生松弛感：看见“沉下心做教育”的模样

比环境设计更触动我的，是托班教室里流动的“松弛感”。穿小辫的女孩系鞋带屡屡失败，李老师未直接帮忙，而是蹲在她身边轻声引导：“要不要试试把鞋带穿进小洞里？”待女孩成功穿进一个孔时，老师笑着鼓掌；两名幼儿因积木争执，老师也只蹲问：“能不能想办法让两个人都玩到？”没有指令、没有批评，只有耐心等待与引导。这份松弛让我反思：真正的教育从不是追求“完美秩序”，而是尊重孩子的成长节奏，给他们试错与探索的空间——这才是“沉下心做教育”的本质。

## 四、案例与培训：印证并深化托幼一体化认知

随后的案例分享与专题培训，让我对托幼一体化的理解更立体。韩萍老师提到的“生活环节衔接策略”，与托班教室的观察形成呼应——自理区的小工具、适配的桌椅，都是托幼衔接的“隐性桥梁”；韩晶晶老师“让环境有家的温度”的分享，让我反观自身：我园托班曾过度强调“教育功能”，却忽略了用家庭照片、毛绒玩具营造温暖感。下午陈彩霞老师“顺着成长的纹路做好幼小衔接”的培训，更点醒我：幼小衔接不是“提前学知识”，而是培养适应力、情绪管理能力，而这些恰需在松弛环境中养成——这与托班教室的场景完美契合，也扭转了我此前“重知识、轻适应”的片面认知。

## 五、知行合一：带着研修收获回归实践

此次研修结束后，我在笔记本写下：“好的幼儿教育，是让环境适配孩子，让老师适配孩子的节奏。”未来工作中，我计划先从优化托班环境入手：参照城东附幼标准更换桌椅，在自理区增设小工具；再调整教学心态，把“快收玩具”换成“一起送玩具回家”，减少指令、多做引导。同时，我也想将“松弛感教育”分享给同事，通过教研探讨如何尊重孩子个性差异。毕竟，教育不是“塑造”孩子，而是用适宜的环境与松弛的心态，守护他们本真的成长节奏——这便是我从此次研修中收获的最珍贵的教育启示。

### 以运动启智，以温度连心

——泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修心得

泰兴市育红幼儿园龙河分园 舛妮

本次活动，我有幸聆听了陈彩霞园长和沈茜茜老师的专题讲座，让我对幼儿运动与家长沟通工作有了全新的认知与思考，收获颇丰。

陈彩霞园长《撒撒野吧，让运动重塑大脑》的讲座，彻底颠覆了我对幼儿运动的传统认知。过去我总将运动简单等同于“户外活动”，如今才明白运动是幼儿大脑发育的“助推器”。《运动改造大脑》一书的理念让我豁然开朗：大脑作为人体的最高指挥中心，其发育离不开运动产生的多巴胺、血清素和肾上腺素——这些神经递质正是幼儿专注力、情绪调节能力的关键所在。

讲座中“运动要有密度”的观点令我印象深刻。结合我园实际，我已开始构思运动场地的优化方案：计划将操场划分为奔跑区、平衡区、攀爬区等功能区域，在每日户外活动中采用“短时多次”的方式，保证幼儿每20分钟就有一次中等强度运动。更重要的是，我们要从“关注整体”转向“尊重个体”，比如为体质较弱的孩子制定“阶梯式运动计划”，从慢走逐渐过渡到拍球，让每个孩子都能在运动中获得成就感。

沈茜茜老师《让沟通有温度：SEL 赋能幼儿园家长工作》的分享，则为我解开了家长沟通中的诸多困惑。SEL 理念强调的“自我认知、情绪管理、情绪识别”，不仅适用于幼儿，更应成为教师与家长沟通的“金钥匙”。过去与家长沟通，我常陷入“传递要求”的误区，比如直接告知“请家长配合完成手工作业”，却忽略了家长的实际困难与情绪感受。如今我学会了“接纳先行”：面对焦虑的家长，先共情“我特别理解您担心孩子适应问题的心情”，再共同探讨解决办法。上次有家长因孩子挑食而焦虑，我没有急于给出建议，而是先倾听她的困扰，再分享孩子在园的小进步，最后一起制定“趣味饮食计划”。这种从“要求传递”到“关系建立”的转变，让家长工作变得温暖而高效。

两场讲座虽主题不同，却都指向“以幼儿为中心”的教育本质。运动为幼儿筑牢生理基础，温度沟通凝聚家园合力。作为幼师，我们既要为孩子创造“撒野”的空间，让他们在运动中绽放活力；也要用真诚与共情搭建家园桥梁。未来，我将把所学融入日常工作，让运动滋养大脑，让沟通温暖人心，做孩子成长路上的守护者与引路人。

## 聚焦运动与共育，共研教学促成长 ——工作室第八次活动心得体会

泰兴市育红幼儿园龙河分园 吴嘉莉

为期半天的学习，紧凑而充实，既有高屋建瓴的理论引领，又有贴近实践的教学观摩，如同一场及时雨，滋润了我对幼儿教育专业发展的渴求之心，让我对幼儿体育活动的有效组织以及家园共育的深层价值有了更深刻、更全面的认识。

### 一、理论引领，明晰方向：在讲座中汲取专业智慧

本次活动的理论部分由两场高质量的讲座构成，分别从幼儿身体发展和人际关系构建两个关键维度，为我们提供了专业的理论支撑与实践指导。第一场关于幼儿运动的讲座，系统梳理了各年龄段幼儿身体发展的特点、敏感期以及核心动作技能发展的规律。陈园长不仅阐述了运动对幼儿身体素质、健康体魄的重要性，更着重强调了运动对于儿童大脑发育、认知能力提升、意志品质培养以及社会性发展的不可替代的综合价值。这使我深刻认识到，幼儿园的体育活动绝非简单的“跑跑跳跳”，而是蕴含着深厚教育契机的发展性活动。作为教师，我们需要具备科学的观察眼和专业的设计能力，要基于对幼儿动作发展水平的精准评估，设计出兼具趣味性、挑战性和发展适宜性的活动，确保每一个孩子都能在“最近发展区”内获得成功的体验和有效的发展。讲座中提到的“如何在运动中渗透学习品质培养”以及“如何关注个体差异，支持不同水平幼儿的发展”等观点，尤为发人深省，为我日后设计体育活动指明了方向。第二场关于家园沟通的讲座，则从另一个层面解决了教育工作中的现实难题。以大量鲜活的案例，深入浅出地分析了当前家园沟通中存在的常见问题与误区，并提供了许多行之有效的策略与方法，如：如何建立基于尊重和信任的沟通基础、如何根据不同家长的特点和需求选择恰当的沟通方式、如何艺术性地向家长反馈幼儿情况并共同商讨教育策略。我认识到，家园沟通并非简单的事务性通知或问题告知，而是一门需要用心经营的艺术。其核心在于与家长建立起“教育合伙人”的关系，目标一致，相互理解，形成合力。

### 二、课堂观摩，启迪思维：在同课异构中见智慧

理论的学习最终需要落实到实践中。本次活动精心安排的四节教学观摩课，采用“同课异构”的形式，分别展示了大班“直体滚”和中班“快乐钻爬”两个主题，这种安排极具巧思，让我们能够直观地比较不同教师对同一教学内容的不同理解和设计思路，在碰撞中激发思考。大班的两节“直体滚”活动，虽目标一致，但风格迥异，各有千秋。一位老师注重动作的规范性和技能的系统性，通过清晰的口令、标准的示范和循序渐进的练习环节，帮助幼儿掌握直体滚的动作要领，活动组织严谨、高效。另一位老师则更侧重于幼儿的自由探索，给予了幼儿充分的自主权，让幼儿的情绪和积极性得到充分调动。中班的两节“快乐钻爬”活动，则更充分地展现了教师对中班幼儿年龄特点的精准把握。两位老师都创设了丰富、安全、富有挑战的钻爬环境，运用了不同高度、不同形状的“山洞”和障碍物。一位老师的活动环节设计层层递进，规则明确，注重在过程中培养幼儿的规则意识和任务意识；另一位老师则更强调幼儿的自主探索和同伴间的互动合作，鼓励孩子们尝试不同的钻爬方式，并设计需要简单协作的游戏任务。这让我反思，对于中班幼儿，钻爬活动不仅是发展身体协调性和灵敏性的途径，更是培养其勇敢品质、规则感和初步合作能力的有效载体。

### 三、反思沉淀，笃定前行：在实践中转化与提升

此次工作室研修活动，是一次宝贵的学习经历。两场讲座从宏观理念和微观策略上提升了我的专业认知，四节观摩课则从实践操作层面给了我丰富的启示和借鉴。我深切感受到，作为一名幼儿教师，必须保持持续学习的状态，不断更新教育观念，精进专业技能。在今后的工作中，我将努力将本次所学内化于心、外化于行。我期待在名师的引领和团队的互助下，与各位同仁一道，在专业成长的道路上走得更稳、更远。

### 赴教研之约，悟教育真谛

——泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修心得  
泰兴市香榭湖第二幼儿园 江宇辰

近日，我有幸参与泰兴市陈彩霞学前教育名师工作室走进广陵幼儿园的专项研修活动。这场以“同课异构送教下乡”为核心的教研盛宴，让我在观摩优质课堂、聆听专家讲座的过程中，收获了满满的专业滋养与成长启发，对幼儿健康领域教学和家园协同工作有了更为深刻的认知。

本次活动最亮眼的环节当属四位教师的“同课异构”展示。大班《翻滚乐》由殷妮老师和孙龙霞园长分别执教，虽主题相同却各有巧思。殷妮老师以生动有趣教学风格设计活动，通过巧妙互动充分调动幼儿的运动积极性，让孩子们在欢声笑语中舒展身体、感受运动乐趣，完美贴合了幼儿爱玩好动的天性。孙龙霞园长则将课堂搬到户外，她蹲在垫子旁耐心引导幼儿动作、微笑着为孩子们鼓劲加油的模样，让课堂变成了充满暖意的游乐场，连围观的孩子都跃跃欲试。这种“以幼儿为本”的教育理念，渗透在每一个互动细节中，让我深刻体会到，优质的体育课堂不仅要让孩子动起来，更要让快乐扎根心底。

中班《趣味钻爬》的两位执教者同样展现了扎实的专业素养。顾燕园长的课堂环节设计紧凑有序，从趣味导入到核心探索，再到总结延伸，每个环节衔接自然流畅，精准把控了中班幼儿的注意力时长与活动节奏，展现出深厚的课堂驾驭能力。陈嘉琦老师则以洪亮有力的声音、精简精准的口令，清晰传递活动要求，让孩子们能快速捕捉重点、跟上节奏，既保证了课堂秩序井然，又不失活力与趣味。四位教师各具特色的教学实践，让我明白“同课异构”的魅力在于打破思维定式，通过不同的教学设计与教学方法，为幼儿提供多样化的学习体验，也为我们教师搭建了互学互鉴的平台。

专家引领环节更是为我点亮了专业成长的明灯。工作室领衔人陈彩霞园长以趣味抢椅子游戏开篇，瞬间点燃现场气氛，随后带来的专题讲座《撒撒野吧，让运动重塑大脑》，结合她多年的实践经验与深厚理论积淀，深入浅出地阐释了运动对幼儿大脑发育、能力培养与全面发展的重要意义。她的分享让我跳出了“体育活动只是锻炼身体”的固有认知，认识到运动不仅能提升幼儿体能、习得技能，更能启迪智慧、塑造品格，为幼儿未来发展奠定坚实基础。

泰州市教育科学研究院沈茜茜主任的专题分享《让沟通有温度：SEL 赋能幼儿园家长工作》，则聚焦家园协同教育这一关键议题。沈主任作为学前教育资深教研员，理论积淀深厚、实践经验丰富，她的讲解既有专业的理论支撑，又有切实可行的实践方法。她提出的有温度的沟通理念，让我意识到家园合作不是简单的信息传递，而是基于理解与尊重的双向奔赴。有效的家园沟通能够凝聚教育合力，为幼儿的健康成长构建起全方位的支持体系，这也为我今后的家长工作指明了方向。

此次研修活动通过“同课异构展示+专家专题讲座+精准点评指导”的形式，让我在经验共享中拓宽了教学思路，在思维碰撞中凝聚了教育智慧，在专业指导下明晰了改进方向。四位教师的课堂实践让我看到了教学匠心的多样呈现，陈彩霞园长和沈茜茜主任的讲座则为我补充了理论养分与实践方法。作为一名幼儿教师，我深知专业成长之路没有终点，唯有不断学习、不断实践、不断反思，才能跟上教育发展的步伐。

今后，我将把此次学习的所思所悟转化为教学实践，将四位教师的优秀教学方法融入日常课堂，优化幼儿健康领域教学活动设计，让幼儿在快乐运动中全面发展。同时，我也会践行有温度的沟通理念，积极运用 SEL 相关方法，加强与家长的有效沟通，凝聚家园教育合力。感恩此次研修活动带来的成长契机，我将以此次活动为新起点，在幼儿教育的道路上步履不停，深耕细作，用专业与爱心陪伴每一位幼儿健康快乐成长。

## 送教下乡促成长 学思践悟启新程

——泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修心得

泰兴市虹桥镇中心幼儿园 徐久欣

近日，我作为陈彩霞名师工作室一员参与送教下乡活动，活动以4节户外体育课观摩与两场专题讲座为核心，让我在乡村教育实践和专家分享中收获成长与感悟。

### 一、聆听讲座，刷新认知，夯实根基

两场讲座为我打开幼儿教育新视野，让我对户外体育教育与家园共育有深刻理解。

#### （一）运动赋能大脑：重构户外体育价值

第一场运动与幼儿大脑发展讲座，改变我对“户外运动”的认知。它阐释了运动对幼儿发展的深层意义，如产生脑源性生长因子、分泌多巴胺等，还通过案例印证“运动助力学业”。讲座厘清“户外运动”与“户外游戏”区别，给出实操建议，让我意识到幼儿户外体育课是综合性教育活动。

#### （二）SEL 视角下的家园共育：以“关系”为核，用“接纳”搭桥

第二场幼儿社会情感学习（SEL）讲座，颠覆我对家园共育的认知。SEL 涵盖五大核心能力，对幼儿成长意义深远。讲座中诸多案例让我深受触动。“描述孩子行为并探寻原因”的沟通打破对立僵局，面对二胎家庭亲子问题，老师共情引导修复关系。这些案例让我明白家园共育逻辑是“接纳与协同”。讲座的“三大接纳法则”指接纳家长情绪、差异和需求，“亲其师，信其道”，建立信任伙伴关系能让家园共育形成合力，为家长工作指明方向。

观摩四节户外体育课，让我将讲座理论转为实践认知，授课老师展现高质量户外体育课魅力，孩子运动精神体现教育价值，老师应对突发情况和关注个体差异的技巧为我提供参考。

对照讲座理念与观摩课实践，我反思自身不足：家长工作重“传递要求”，忽视情绪与差异，沟通不灵活；户外体育教学将“运动量”与“游戏趣味”对立，场地利用、器械分层不足，观察幼儿不细致；专业认知上对相关科学原理了解不深，教育行为缺理论支撑。认识到要持续提升才能跟上教育发展。

此次送教下乡是学习与责任之旅，我将所学转化行动：一是将 SEL 理念融入家园共育，践行“三大接纳法则”，搭建信任关系形成教育合力；二是重构户外体育教学模式，结合园所实际科学规划等。一是保证运动量，让户外体育课发挥“强健体魄、赋能大脑”作用；二是深化专业学习，研究社会情感学习与幼儿体育教育知识，提升专业素养与教育能力；三是传递所学，与工作室同仁及园内同事分享，将先进理念与技巧辐射到更多乡村幼儿园，推动乡村幼儿教育发展。此次送教下乡活动是专业充电，更是唤醒教育初心。今后，我将以此次学习为起点，带着收获与思考前行，用专业与爱呵护幼儿成长，让教育阳光照亮乡村。感谢陈彩霞名师工作室与送教团队。学无止境，我会在实践中探索成长，努力成为更优秀的幼儿教育工作者。

## 户外爬行与家园沟通的教育深意

——泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修心得

泰兴市育红幼儿园文江分园 周栋材

作为学前教育工作者，我近期参与了一场聚焦幼儿户外爬行活动与家长沟通的研修，从四节户外实践课到两场专题讲座，紧凑的学习让我收获颇丰，对相关教学与工作有了更清晰的认知。

首先，陈老师、顾园长、孙园长和殷主任依次进行了四节围绕“多样爬行”的户外活动教学展示。四位教师教学设计各有特色：有的用低矮障碍物让幼儿练习匍匐爬行，锻炼协调与力量控制；有的利用不同垫子设计攀爬路径，激发探索兴趣；有的通过小组合作引导儿童完成爬行挑战，增强团队意识；还有教师鼓励孩子用垫子创意组合和自主游戏，拓展想象与表达能力。孩子们在愉悦氛围中积极参与，既锻炼技能，又体验快乐，小脸通红、汗珠晶莹，眼中满是成就感。不同运动能力的孩子都能找到适合的挑战任务，获得成就感与自我肯定。

在研修活动中，陈园长开展专题讲座，以科学研究为依据指出运动促人体分泌脑源性神经营养因子，可促进幼儿大脑发育、提高记忆力和专注力。强调高质量户外运动以“有效提升幼儿心率”为核心，区别于户外自由游戏，应优先安排跑、跳等有氧活动。器材使用提倡“化繁为简、一物多玩”，教师要合理分工、科学站位防风险。还梳理了运动前场地与幼儿体适能检查、活动中补水换汗巾、运动后放松拉伸等保育环节。这些建议让我对结构化、系统化开展户外活动理解更深。

沈茜茜主任的讲座《让沟通有温度：SEL 赋能幼儿园家长工作》有实践指导意义。她结合经验阐释将 SEL 理念融入家长沟通，如家长担忧幼儿运动安全，教师先情感认同，再说明安全措施；日常互动利用碎片时间结合孩子行为事例反馈，避免空泛评价。这些方法让我意识到有温度、有策略的沟通能实现家园共育、拉近彼此距离。

尽管本次研修时间有限，但它为我指明了两个重要方向：一是如何科学设计以“多样爬行”为代表的户外体能活动，二是如何将 SEL 理念融入家长沟通以实现更有温度的家园合作。接下来，我将在教育实践中积极应用所学，一方面通过科学合理的户外活动促进幼儿身体和认知全面发展，另一方面借助有温度的沟通凝聚家园共识与合作力量，共同支持每一位幼儿的健康成长。

# 送教下乡共研学 笃行不怠促成长

## ——泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研训心得

泰兴市育红幼儿园 夏晶

有幸作为陈彩霞名师工作室的一员，参与本次送教下乡研修活动，我沉浸式体验了4节优质户外体育课观摩与两场深度专题讲座。从理论认知的刷新到实践智慧的汲取，从自我反思的沉淀到教育初心的唤醒，这场扎根乡村教育现场的学习之旅，让我在学思践悟中拓宽了专业视野，夯实了教育根基，更明晰了前行方向，收获满满，倍感振奋。

### 一、深研教育内核，筑牢专业基石

两场专题讲座如同明灯，为我解开了幼儿教育实践中的诸多困惑，让我对家园共育与户外体育教育的深层逻辑有了全新的认知与思考，实现了专业认知的迭代升级。

#### （一）SEL 视角下的家园共育：以接纳为桥，以协同聚力

关于幼儿社会情感学习（SEL）的专题讲座，彻底打破了我对家园共育的传统认知边界。讲座中一个个真实案例让我深受触动：面对家长因孩子“争抢玩具”的防御性回应，专家提出的“肯定付出—客观描述—共寻原因”沟通法，巧妙化解对立僵局；面对二胎家庭的亲子疏离，老师以共情接纳情绪，引导家长看见孩子“敌意”背后的渴望，修复了亲子关系。这些案例让我领悟到，家园共育的核心并非“说服家长”，而是“接纳与理解”。

讲座提出的“三大接纳法则”更让我豁然开朗：接纳家长的情绪，读懂其焦虑背后的爱与不安；接纳家长的差异，尊重不同家庭的教育背景与生活节奏；接纳家长的需求，聚焦其解决教育问题的核心诉求。“亲其师，信其道”，唯有建立信任的家园伙伴关系，才能凝聚教育合力，为我今后的家长工作指明了方向。

#### （二）运动赋能成长：重塑户外体育的教育价值

陈园长关于运动与幼儿大脑发展的专题讲座，颠覆了我对户外体育教学的浅薄认知。陈园长从科学视角阐释，运动能刺激大脑分泌脑源性生长因子，为大脑发育提供“营养补给”；能产生多巴胺、血清素，调节幼儿情绪；能促进肾上腺素分泌，提升专注力，这正是“想要孩子静下来，先要让孩子动起来”的科学依据。而世界名校案例与美国维尔高中晨跑提升学业成绩的实例，更印证了“运动不是负担，而是成长助力”的真理。

陈园长还告诉我们“户外游戏”与“户外体育”的区别：高质量户外体育课需科学把控运动量（幼儿最高心率 65%-70%）与密度，兼顾趣味与教育性。同时给出实操建议：划分八大运动功能区、灵活调整运动时长、提供分层器械、落实“三看三提醒”保育要求。这让我意识到，户外体育课是集强健体魄、赋能大脑、培养意志于一体的教育阵地，容不得半点敷衍。

### 二、观摩优质课堂，提升教学能力

4节户外体育课观摩，让我将理论转化为直观实践。授课教师以精巧设计、灵动引导，充分调动幼儿运动积极性，孩子们展现的专注、勇敢与协作，让我直观看到户外体育的育人价值。面对突发情况，教师从容应对；面对个体差异，教师精准关注、因材施教，这些细节为我呈现了优质课堂范本，也让我学到了可复制的教学技巧，为今后的教学提供了宝贵参考。

### 三、反思自我短板，明晰成长方向

对照先进理念与优秀实践，我深刻反思自身不足：家长工作中，过于注重“传递要求”，忽视家长情绪与家庭差异，沟通不够灵活；户外体育教学中，将“趣味”与“运动量”对立，场地利用不充分、器械缺乏分层、观察不够细致；专业积累上，对 SEL 理念、运动与大脑发展知识学习不深，教育行为缺乏理论支撑。这些不足让我明白，唯有持续更新理念、深耕专业，才能践行“以幼儿为本”的初心。

### 四、践行所学所悟，传递教育温度

此次研修既是专业“充电”，更是责任传递。作为工作室一员，我将以此次学习为起点，践行所学：一是将 SEL 理念融入家园共育，践行“三大接纳法则”，搭建信任桥梁；二是重构户外体育教学模式，科学规划场地、设计分层器械、把控运动强度。三是深化专业学习，钻研 SEL 与幼儿体育知识，提升专

## 托幼与幼小衔接之思：一场温暖的成长接力

泰兴市育红幼儿园文江分园姜佩旻

近日，我作为陈彩霞名师工作室的一员，参与了送教下乡活动。此次活动以4节户外体育课观摩和两场专题讲座为主要内容，让我在乡村教育实践和专家分享中收获颇丰，不仅实现了成长，更有诸多深刻感悟。

### 一、聆听讲座，刷新认知，夯实根基

两场讲座为我开启了幼儿教育的全新视野，使我对户外体育教育和家园共育有了更为深刻的理解。

#### （一）运动赋能大脑：重构户外体育价值

第一场关于运动与幼儿大脑发展的讲座，彻底改变了我对“户外运动”的固有认知。它深入阐释了运动对幼儿发展的深层意义，例如能促使脑源性生长因子产生、分泌多巴胺等，还通过实际案例印证了“运动助力学业”这一观点。讲座清晰地厘清了“户外运动”与“户外游戏”的区别，并给出了具有实操性的建议，让我深刻意识到幼儿户外体育课实则是一项综合性的教育活动。

#### （二）SEL 视角下的家园共育：以“关系”为核，用“接纳”搭桥

第二场关于幼儿社会情感学习（SEL）的讲座，颠覆了我对家园共育的传统认知。SEL 涵盖了五大核心能力，对幼儿的成长意义重大且深远。讲座中的诸多案例让我深受触动。“描述孩子行为并探寻原因”的沟通方式打破了对立僵局，面对二胎家庭的亲子问题，老师通过共情引导成功修复了亲子关系。这些案例让我明白，家园共育的逻辑核心是“接纳与协同”。讲座中提出的“三大接纳法则”，即接纳家长的情绪、差异和需求，正所谓“亲其师，信其道”，建立信任伙伴关系能够让家园共育形成强大合力，为家长工作指明了清晰的方向。

观摩四节户外体育课，让我将讲座中的理论知识转化为实践认知。授课老师充分展现了高质量户外体育课的独特魅力，孩子们的运动精神也充分体现了教育的价值。老师应对突发情况和关注个体差异的技巧，为我提供了极具价值的参考。

对照讲座理念和观摩课实践，我深刻反思了自身存在的不足：在家长工作方面，过于注重“传递要求”，却忽视了家长的情绪和差异，沟通方式不够灵活；在户外体育教学中，将“运动量”与“游戏趣味”对立起来，场地利用不够充分，器械分层设置不足，对幼儿的观察不够细致；在专业认知上，对相关科学原理的了解不够深入，教育行为缺乏坚实的理论支撑。我认识到，只有持续提升自己，才能跟上教育发展的步伐。

此次送教下乡活动是一次学习之旅，更是一次肩负责任的旅程。我将把所学知识转化为实际行动：一是将 SEL 理念融入家园共育，切实践行“三大接纳法则”，搭建起信任关系，形成强大的教育合力；二是重构户外体育教学模式，结合园所实际情况进行科学规划。既要保证足够的运动量，让户外体育课充分发挥“强健体魄、赋能大脑”的作用；又要深化专业学习，深入研究社会情感学习与幼儿体育教育知识，提升自身的专业素养和教育能力；三是积极传递所学知识，与工作室同仁及园内同事分享，将先进的理念和技巧辐射到更多乡村幼儿园，推动乡村幼儿教育的蓬勃发展。此次送教下乡活动不仅是一次专业充电，更是一次对教育初心的唤醒。今后，我将以此次学习为新的起点，带着收获与思考不断前行，用专业与爱悉心呵护幼儿成长，让教育的阳光照亮乡村大地。感谢陈彩霞名师工作室与送教团队。学无止境，我会在实践中探索成长，奋力成为更卓越的幼儿教育工作者。

### 运动启智 科学育心

#### 泰兴市第四届学前教育名师工作室第八次研修心得

泰兴市育红幼儿园龙河分园 陶志文

本次研修活动包含陈园长和沈主任专题讲座，结合四节体育课观摩与评课，让我对以体育人和家长沟通的内涵有了全维度的认知重构。现将心得体会梳理如下。

#### 一、理论奠基：头脑风暴的认知升级

陈园长用科学理论、实践案例与操作指南三位一体的讲解方式，勾勒出一幅以运动育脑的生动图景。以脑科学前沿研究为据，揭示运动通过刺激脑源性神经营养因子分泌，为大脑发育提供关键营养。运动不仅强健体魄，更是优化记忆与专注力的神经基础。陈园长强调户外运动≠户外游戏。真正促进大脑发展的户外运动需以提升心率为核心目标，优先选择跑跳、攀爬等有氧运动形式。在实践操作层面，教师站位的网格化覆盖策略让我意识到：安全监护不是站在角落看护，而是通过分工协作形成移动安全网，既保障运动自由又预防危险；保育工作也要到位，运动中补水换汗巾的动态关怀是不可或缺的支持。

沈主任的 SEL 赋能幼儿园家长工作讲座不仅让我对社会情感学习（SEL）有了更深刻的理解，更让我在家长沟通理念与实践方法上获得了全新的启发，讲座中，沈主任反复强调的先接纳再协同颠覆了我以往教育先行的惯性思维。过去我常急于向家长传递教育理念，却忽略了家长作为独立个体的情感需求与认知差异。沈主任用生动的案例说明关系在前，目标在后的沟通逻辑，让我意识到教育不是单向输出，而是双向的情感联结——只有先接纳家长的情绪状态，才能让后续的协同育人真正落地。三大接纳法则更像一面镜子，照见了家园共育中容易被忽视的细节。让我重新审视自己的家长工作方式。

#### 二、实践观摩：同课异构的智慧碰撞

在四节体育课观摩中，同课异构的设计让我深刻体会到情境创设的教育智慧。大班翻滚课的两节设计中，小小压路机情境通过重复自主探索，赋予幼儿充分的试错空间，体现了化繁为简、一物多玩；而烤香肠情境虽以集体探索为主，却巧妙利用生活化场景激发参与热情。中班钻爬课则通过探险与森林动物两种情境，自然引导幼儿掌握手脚着地爬、手膝着地爬等多元爬行技能。四节课都各有特色，让我对体育课的模式有了新的理解和启发。

未来，我将把本次研修中学到的融入日常教学，让幼儿在自主试错中收获运动技能与思维能力的双重成长，真正实现以游戏为基本活动的幼儿教育理念。