

户外体育 健康身心

——幼儿园户外体育游戏开展中的思考

浙江省丽水市莲都区高溪幼儿园 郑丽梅

【摘要】《指南》中也指出：“幼儿户外锻炼时间不少于2小时，其中保证体育活动时间1小时。”《幼儿园指导纲要》中阐明：“体育活动能促进幼儿身体的正常发育和身体能力的发展，增强体质，发展幼儿基本动作，使他们动作灵敏、协调、姿势正确”。本文就是依据我自己在幼儿园日常工作中观察到的一些幼儿户外活动现象和老师在户外体育游戏中遇到的问题，进行思考，尝试有针对地开展户外体育游戏，使幼儿在多样的体育游戏中感受运动的快乐，让户外体育活动就会变得生动而有趣。

【关键词】户外；体育；游戏

随着《纲要》《指南》的落实，体育活动在幼儿园教育活动中占据重要地位。我们在组织幼儿户外体育游戏时采用多种途径，利用多种方法，针对幼儿开展有效的户外体育游戏，使幼儿在多样的体育游戏中感受运动的快乐，那么我们的户外体育活动就会变得生动而有趣。

一、寻找户外体育活动的问题

针对教师教养笔记中所体现问题，我们在幼儿园开展了一次调查活动，发现以下三个问题最为突出：

问题一：户外体育活动有“名”无“实”

现在幼儿园都很重视户外活动的开展，但由于户外场地开阔、安全隐患比室内多，再加之幼儿自控能力弱，以自我为中心，对老师的话置之不理，很容易出现场面混乱的现象。所以许多老师都会心存顾虑，怕带孩子进行户外游戏活动，大多老师也只会带孩子到户外做一些肢体的运动或场地游戏，一些具有规则性的体育游戏就很少开展，久而久之，有效地开展户外游戏活动就更加困难。

问题二：户外体育活动过于单一，缺乏系统性

从观察中我们也发现，一到户外活动时间，教师不是玩大型玩具，就是玩一些园内的体育用具，让孩子零散的进行玩耍；要不就组织孩子玩一些场地游戏，如跳跳格子、走走曲线、拍拍球等；有的老师虽然也有组织孩子进行体育游戏，但大多比较单一、零散，游戏没有系统性，孩子只是在“玩”，却没有真正融入到游戏。

问题三：户外体育活动只重视结果，忽略幼儿的情感体验和规则的培养。

有些老师在组织户外体育游戏中，凭借自己的主张，并不考虑幼儿年龄特点和接受水平，只是为了组织活动，却没有从孩子的角度考虑。

二、我们需要的户外体育游戏

在对幼儿实施全面、和谐发展的教育时，必须把“体育”放在首要地位，要重视幼儿的体育活动教育，找到合适的教学方法，激发幼儿对体育活动的兴趣，为幼儿今后全面发展奠定坚实的基础。那么怎样让户外体育游戏真正为我们孩子的发展所用呢？在户外体育游戏时要遵循科学性、适宜性、多样性原则。

三、我们开展的户外体育游戏

户外体育游戏的开展如何才能让我们的老师有据可依、有“法”可寻呢？我们园内针对这些现状学会解析、学会创设孩子所需的的活动方式、活动内容，使得孩子在有限的环境中提供的体育游戏中得到锻炼、得到发展。

（一）从规则入手，选择具有“科学性”的户外体育游戏

我们在制定游戏之前，教师先分析、了解活动内容。其次是根据班内幼儿现有的经验和能力，提炼适合幼儿的活动方式。例如小班幼儿年龄特殊性，有的刚开始幼儿园的生活，在活动中如果直接要求幼儿遵守某一规则，效果可能会适得其反。

（二）从规则入手，学会开展具有“适宜性”的户外体育游戏

适宜的游戏不仅能达成活动要求，还能积极调动幼儿的积极性。我们适时利用农村资源开展各式体育活动。上学期我们大班的教师就根据孩子们自己提供的口头资源，开展《有趣的竹竿》活动。孩子们发挥了充分的想象力，有的几人一组拼搭出轿子、房子、划船、龙、跳格子等。

四、户外体育游戏有效开展的我想：

（一）幼儿在成长

1.激发了幼儿参加户外体育活动的兴趣，强健了幼儿的体质。

在体育游戏开展过程中，幼儿始终处于一个良好的游戏氛围中，他们听着好听的、朗朗上口的指令儿歌，自主地用自己感兴趣的方式进行身体练习，在老师肯定的语言中大大获得了参与活动的积极性和自信心。在活动的开展中，幼儿的动作逐渐的协调、灵活了，感冒生病的现象减少了，孩子的体质有了大幅度的提高，同时也增强了对外界环境的适应能力。

2.发展体育基本动作，培养幼儿坚强、勇敢的意志品质和乐观的态度。

在丰富多彩的体育游戏中，幼儿学会用各种肢体的协调运用解决所遇到的问题与困难，并在解决困难的过程中，学会坚持、学会互助，懂得依靠集体的力量来结局问题，从而体会其中的乐趣，知道集体的力量是无限的，只要肯努力就可以获得成功，达成乐观精神状态！

（二）教师在提升

1.提高教师内外调控能力

在组织游戏过程中，能提高教师对活动的调控能力，充分发挥教师在活动教学中的引导、支持作用，并且对活动的内容进行理性的反思。

2.提升教师自身专业素养

专题研究过程中，促使我们教师学习现代教育理论，同时也探索出了一系列有效的教学活动方案和教学方法，教师积累的教学经验比以往丰富了许多，教师的指令也比以往更加有针对性、更加有效，在日常教学中运用指令的频率也有了很大的提高。

五、对户外体育游戏的展望

研究取得了一定的成果，给孩子带来了快乐，也给老师带来了方便，但是也存在着一些不足之处有待于我们大家一起探讨：

● 体育活动中的规则还需要不断细化、更新，帮助教师解决更多的问题。

● 目前在农村幼儿园中体育器材一直是很匮乏，如何更好的让幼儿能利用有限的材料，在体育活动最大程度上全面地促进幼儿的发展。

● 孩子的规则意识明显提高，但是团队之间的竞争意识不强，也有待于加强。

以上是我们开展专题研究的一些体会与做法，一定存在着一些不足之处，我们相信，只有充分尊重幼儿的生长发育规律、兴趣和爱好，以科学的方法引导，提供活动的空间，幼儿才会在体育活动中建立更多的游戏规则，形成良好的意志品质，促进身心的健康发展。

【参考文献】

- [1]朱慕菊.《幼儿园教育指导纲要》.江苏出版社2002年4月
- [2]浙江省学前教育保教管理指南
- [3]王占春,黄世勋编著.幼儿体育教学法.北京:人民教育出版社,2001年
- [4]华爱华著.幼儿游戏理论.上海:上海教育出版社.2002年

户外体育健康身心--幼儿园户外体育游戏开展中的思考

作者: [郑丽梅](#)
作者单位: [浙江省丽水市莲都区高溪幼儿园](#)
刊名: [文理导航·教育研究与实践](#)
英文刊名: [A School Friend of English](#)
年, 卷(期): 2015(7)

引用本文格式: [郑丽梅](#) [户外体育健康身心--幼儿园户外体育游戏开展中的思考](#)[期刊论文]-[文理导航·教育研究与实践](#) 2015(7)