

10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2019.09.062

体育游戏促进幼儿亲社会行为的策略研究

李雪敏, 周江, 许磊

(石河子大学体育学院, 新疆石河子 832000)

摘要:幼儿教育是学校教育和终身教育的起始阶段, 幼儿期是心理健康教育的重要阶段, 要通过正确的方式去引导, 体育作为教育的一部分, 对心理健康教育的作用不容忽视, 运用文献资料法、专家访谈法和逻辑分析法进行研究, 根据幼儿的心理状况提出体育游戏促进幼儿亲社会行为的策略, 对完善幼儿体育理论和促进幼儿身心健康提供一定参考。

关键词:幼儿教育; 体育游戏; 亲社会行为

幼儿是祖国的花朵, 社会的未来, 幼儿的健康成长更是亿万家庭的重点关注, 亲社会行为是幼儿社会性发展的一个重要标志, 也是社会主义现代化事业繁荣发展的根本保障^[1]。因此, 关注幼儿健康要从心理健康开始, 幼儿的亲社会行为发展的好坏就是心理健康的一个重要标志^[2]。这时候体育教育的特殊功能, 成为培养幼儿亲社会行为的有效途径。

1. 幼儿体育游戏与亲社会行为

1.1 亲社会行为

1972年, 韦斯伯格首先提出了“亲社会行为”一词, 那时是用来表示所有与侵犯等否定性行为相对立的行为, 比如类似于同情、慈善、分享、协助、捐款、救灾和自我牺牲等^[3]。具体的情景不同所表现的行为也不尽相同, 但是有一个共同的基本目的就是让社会和人获得一定益处。随着研究的不断深入, 现在的研究越来越倾向于朱智贤对“亲社会行为”的解释, 解释为“人们在交往中所表现出来的谦让、帮助、合作、共享等有利于他人和社会的行为”^[4]。

1.2 幼儿体育游戏

幼儿体育游戏均指3-6岁年龄阶段人群, 通过对现有体育游戏理论分析可以看出, 幼儿体育游戏是个不断发展的事物^[5]。尽管研究者们对体育游戏的定义各抒所见, 但其本质和内涵是基本相同的。在前人的研究基础上, 本文将幼儿体育游戏定义概括为: 幼儿体育游戏是体育教学中的一种辅助手段, 是教学内容的补充。是以身体练习为基本手段, 融发展体力、发展智力、身心娱乐为一体, 以有效促进人的全面发展为目的, 具有一定规则性和教育性的游戏活动。

2. 体育游戏的功能

2.1 体育游戏对幼儿个性形成的影响

幼儿认知能力差, 幼儿的身体活动能力成为幼儿一切行为和行动的基础, 幼儿能够做什么, 不能够做什么, 会让幼儿对自己身体活动的能力有了初步的了解, 此时幼儿自我概念开始形成, 例如, 幼儿能够自己系鞋带, 自己完成一个舞蹈动作, 自己能够比别人先学会跳绳等这种行为, 会让幼儿得到教师的认可和其他幼儿的钦佩, 这种良好的感觉会使幼儿更加自信和勇敢, 愿意独立去尝试其他新鲜事物, 促进幼儿的自主性和独立性。相反, 倘若幼儿身体活动能力较差, 常常失败, 就可能造成幼儿的自卑感和挫败感, 缺乏自信心。

2.2 体育游戏促进幼儿身体健康

幼儿正处于身体发育的旺盛时期, 身体各组织各器官正在迅速发展, 但功能不健全, 比较柔弱, 动作不协调, 独立能力差^[6]。因此要运动多种运动来发展幼儿的身体, 比如在体育游戏中的抓、爬、滚、跑、跳、投等动作能够发展幼儿的协调性, 带动全身肌肉以及骨骼的运动, 身体各部分得到充分的运动, 促进幼儿的骨骼和肌肉以及神经系统的发展。

2.3 体育游戏是幼儿健康人格形成的保证

通过教师进行体育游戏的编排、游戏内容的选择, 可以有目的的培养

养幼儿遵守纪律、服从以及守法的品质, 在群体游戏中, 可以培养幼儿之间团结协作、共同努力的精神, 在游戏中进一步培养幼儿的兴趣, 增强他们的自信心以及勇敢、机智、竞争的良好品质。

2.4 体育游戏能够培养幼儿社会适应能力

在体育游戏中, 运动的项目和种类很多, 有的是需要独立完成, 有的是集体游戏, 需要大家一起合作完成, 在游戏过程中幼儿之间形成了合作的关系, 这时候就需要幼儿形成与他人友好合作、遵守游戏的规则, 在游戏过程中培养幼儿的合作精神与竞争意识、责任感等优秀的品质, 这些都是未来社会所必须的, 因此, 身体运动能够培养幼儿社会适应能力以及良好个性的形成。

2.5 体育游戏激发幼儿愉快的情绪

体育游戏能够帮助人放松心情, 缓解紧张状态, 开心愉悦, 运用体育游戏转移幼儿的注意力, 减少幼儿不良情绪的产生, 或者是通过体育游戏使幼儿的不良情绪得到适当的发泄和释放, 具有一定运动量的体育游戏可以使幼儿的心情得到放松。

3. 体育游戏促进幼儿亲社会行为的策略

3.1 创设良好的游戏环境

一个好的教学环境决定着教学实施的好坏, 幼儿对外界环境的适应能力差, 容易受到不良因素的干扰, 为了提高幼儿的身心健康应创设良好的教学氛围, 在进行教学之前要检查器材和道具是否齐全以及完整, 幼儿的认知能力较差, 安全意识薄弱, 幼儿教师要提前检查场地的安全性, 场地设施是否合理, 创设多彩卡通的游戏环境能够提高幼儿的兴趣调动幼儿学习的积极性。

3.2 在游戏情境中对幼儿进行亲社会行为的教育

将愉快教学渗透到教育活动中, 在体育游戏组织进行过程中都应是轻松愉快的, 有的幼儿不会与人交流, 社交能力差, 有的易冲动, 有攻击行为, 有的孤独、抑郁、不愿参加集体活动, 为此, 我们应创设良好的精神环境, 保护幼儿的心理健康。体育游戏要根据幼儿的心理状态来科学合理的安排体育游戏内容, 比如小班幼儿对游戏中的动作、角色、情节比较感兴趣, 对游戏结果不太感兴趣, 可以多安排难度较小的游戏, 中班幼儿喜欢有情节、有角色、追逐性的游戏, 对游戏结果开始关注, 可以安排幼儿有角色的进行走、跑、跳、投掷等项目的体育游戏, 而大班幼儿喜欢竞赛性强、难度稍大、这些游戏的角色和情节要稍微复杂, 要通过幼儿的努力才能取得成功, 要有一定的规则, 幼儿更适合象征性游戏、简易性游戏, 让幼儿有直观感受, 能让幼儿易学、易懂、易玩; 利用真实场景的模拟, 让幼儿身临其境; 融入角色, 提高幼儿的兴趣; 让幼儿在玩中学, 学中玩; 从而引导幼儿打开心扉, 在游戏中加入合作、分享的故事情景, 使他们积极参与活动, 培养他们的亲社会行为。

3.3 游戏设计要适应幼儿的个性及情绪特点

幼儿时期幼儿的好奇心增强, 以自我为中心以及抑制情绪的能力很差^[7], 持续时间长, 在游戏设计时, 要关注幼儿的好奇(下转第108页)

作者简介:李雪敏(1996—), 女, 山东淄博人, 石河子大学体育学院硕士研究生在读, 研究方向: 学校体育学;

许磊(1994—), 男, 甘肃人, 石河子大学体育学院研究生在读。研究方向: 学校体育学。

通讯作者:周江(1969—), 男, 陕西洋县人, 石河子大学体育学院教授、硕士研究生导师。研究方向: 体育教育训练学、体育人文社会学。

在学校教育中,要摆正体育课与文化课之间的相对位置,发挥体育的多维作用,发展学生智商、情商和逆商。在一些学校中,体育课是可以被随意挤占的,这严重影响了学生强健体魄的需求并对基层体育的发展造成了巨大阻力。只有通过转变学生对体育课的态度,使学生由被动的接受转为主动的学习,才能改善目前体育课在学校教育中的处境,使体育多元的价值和作用得以实现。

体育教师及其给学生传递的体育思想在一定程度上决定了学生对于体育课的最初印象。由晕轮效应的特点可以推出学生在接受了体育教师后更容易去接受体育课。

4.2 利用健康教育课,使学生形成积极的自我价值感和调控情绪的能力

体育课是技能课也是理论课,健康教育是体育课程中不可或缺的部分,而体育的育人功能也同样体现在健康教育上。学生良好生活习惯的养成离不开体育教师的努力,体育与健康课程能够给青少年打下健康生活和心理的根基,让学校体育的成果惠及学生终生。

健康是生理健康、心理健康和社会健康的总和。学校体育具有多维目标,心理健康以及掌握调控情绪的能力是一项重要内容。通过上好体育与健康课程,使学生了解自我、了解周围同学和社会。通过技能和理论的双重学习,构建学生预防心理障碍和保持心理健康的能力。

参考文献:

- [1] 周福贵,罗晓青.普通高校大学生体育活动与心理健康状况的研究[J].体育科技,2015,36(02):90-92.
- [2] 徐欢.浅谈体育锻炼对中学生心理健康的影响[J].科学咨询(科技·管理),2012,(12):109.
- [3] 梁日忠,褚跃德,王英春.体育专业大学生价值观与主观幸福感的关系[J].北京体育大学学报,2008,(10):1402-1403+1413.
- [4] 洪卫星.对健康新理念下大学生体育运动行为取向的研究[D].苏州:苏州大学,2007.
- [5] 王萍,王成江,吕锋.消极体验与身心健康的关系研究[J].中国行为医学科学,2003,(04):98.
- [5] 刘焦贤.初中学生逆境商培养研究[D].昆明:云南师范大学,2015.

【责任编辑 张礼奎】

(上接第111页)点,先了解幼儿对什么东西感兴趣,根据幼儿感兴趣的点导入到体育游戏中,能够激发幼儿学习及运动的动力,在游戏过程中对幼儿情绪不稳定方面可以运用体育游戏的规则进行约束,注重幼儿的个性发展,在游戏过程中渗透德育教育,促进正确价值观的形成以及培养幼儿团结互助、勇敢拼搏的优秀品质。

3.4 家庭成员参与体育游戏

父母及家庭成员的行为和意识对幼儿亲社会行为的养成具有重要作用,虽然现在生活压力以及工作忙碌,但是也不能忽视幼儿的心理健康及情绪状态,可以利用业余时间 and 幼儿一起进行体育游戏,在游戏中加强感情,在游戏过程中可以根据家长的工作进行情景式的游戏设计,家长会对幼儿产生积极的榜样作用,在参与过程中会使幼儿学会社交以及规则。

3.4 体育游戏中合理安排运动强度

幼儿的心脏相对比较薄、小,因此承受负荷的能力也会较小,且平均心率一般在2-3岁100-120次/min,4-7岁80-100次/min。幼儿心率不稳定,年龄越小,心率越不稳定,越快。因此在安排游戏活动时,不能使活动强度过大,注意动静结合,可以通过观察面色和测试心率等方法

参考文献:

- [1] 洪娟.心理弹性视阈下受心理虐待幼儿的精准教育支持研究[J].知识经济,2017,(23):171-172.
- [2] 全海英.体育活动发展3-6岁幼儿亲社会行为的理论与实践研究[D].大连:辽宁师范大学,2012.
- [3] Jim Rasenberger. New York Woman Killed While Witness Do Nothing[N]. The New York Times, March 13, 1964, 15-16.
- [4] 朱智贤.心理学大辞典[M].北京:北京师范大学出版社.1989:493.
- [5] 赵芳.幼儿体育教育开展的现状研究[J].湖北体育科技,2017,36(04):360-362.
- [6] 刘洋,赵丹.幼儿体育游戏设计思路的研究[J].当代体育科技,2019,9(02).
- [7] 彭庆文,吕海龙.幼儿体育——挺起民族脊梁的基石[J].青少年体育,2019,69.
- [8] 李秀香.游戏在幼儿教育中的运用策略[J].科学探索,2019,18.
- [9] 王倩.儿童虐待研究述评[J].中国特殊教育,2015,179.

【责任编辑 张礼奎】

4.3 采用鼓励的教学方法,提升学生自信心和责任感

学生自身蕴含着非常多的优秀个性品质,采用鼓励教育的方法激发学生的学习兴趣,调动其参与学习的积极性与主动性。鼓励教育的原则有激发、鼓励和勉励三条,体育教师在实际教学过程中要适时采用激励教育,激发学生的学习兴趣,在精神层面和物质层面给予学生激励并给予他们应有的荣誉,促使学生积极主动地去掌握知识和技能,提高自身的综合素质。

鼓励在提振学生的自信心的同时也能够培养学习动机和创造力,体育教师无意间的说出的鼓励的话语可能就是学生在运动项目中坚持下去的动力。鼓励教育能够拉近师生距离,缓解师生矛盾,能够使学生情绪稳定、心情愉悦、思维活跃,易形成活泼开朗的性格和在压力之下处理问题的能力。

4.4 理论指导实践,培养学生分析和解决问题的能力

体育课程是一门综合性课程,有技能的练习也有理论的学习。体育学科理论对于技能的联系起到分析和指导的作用,技能掌握熟练而不知其背后的科学原理是不够的。体育课程包括运动生物力学、运动生物化学、运动生理学和运动心理学等众多学科,这些学科中所阐述的理论全方位的指导并解释运动技术。学生在掌握技术时,积极主动的通过运用理论知识去分析和解决问题,最终达到了生理与心理的协同发展。

法来检测运动量是否适度,以便于及时掌握和调整,避免幼儿因疲劳过度影响健康。

3.5 加强幼儿教师的体育知识培训

幼儿教师多为幼教专业毕业的,他们对幼儿的心理学等学习较多,但是对体育知识学习较少,而体育教育专业的教师对体育知识了解较多,对幼儿的心理发展与教育学习较少,这就形成一种矛盾,致使幼儿园的体育教育欠缺重视与科学性,针对这种情况,应该加强幼儿教师对体育知识方面的培训,或者在幼教专业在校学习时增加体育教育知识的比重,提高幼儿教师相应的知识与能力,保证幼儿的体育教育顺利进行。

3.6 建立健全幼儿体育教育大纲,重视体育与幼儿社会发展的关系

由于幼儿教育未列入到义务教育的行列,所以相应的指导纲要和教学大纲不太健全,幼儿园在幼儿体育方面有一定的重视,但在操作层面缺少实际的指导,会导致幼儿园体育游戏存在不合理现象,因此要根据幼儿的身心发展来制定大纲的内容,要特别关注幼儿的心理状况,明确规定体育游戏的活动内容和形式,重视幼儿体育的地位,确定幼儿体育的目标,从而促进幼儿心理健康发展,使幼儿健康快乐的成长。