

# 篮球游戏化教学对幼儿身心健康发展的作用

崔晓梅

(内蒙古呼伦贝尔市陈巴尔虎旗民族幼儿园 内蒙古 呼伦贝尔 021500)

**[摘要]** 游戏是幼儿园的基本教育活动, 游戏也是幼儿的天性, 是幼儿最基本、最喜爱的活动, 是探索世界的最佳途径, 游戏能够促进幼儿的体力、智力和情感的发展, 幼儿园的教育活动尽可能以游戏化的方式进行, 让幼儿在游戏中接受教育、完善品格、增长知识。也是幼儿认识世界与外界进行交流的一种活动方式, 不同的心理学派对幼儿游戏都有自己不同的观点, 从不同方面阐述了篮球游戏对于幼儿身心健康发展的作用。

**[关键词]** 篮球游戏; 幼儿; 身心健康

## 0 引言

篮球运动作为一种强身健体的体育运动, 涵盖着跑、跳、拍、投等多种身体运动形式, 符合《3-6岁儿童学习与发展指南》中幼儿所应达到的目标, 通过篮球游戏化教学的实践与研究, 使幼儿在体育运动中得到身心健康、快乐的成长, 同时对其自信心、个性发展、集体合作精神、心理承受和社会适应能力、规则意识等都有着增强以及积极的锻炼。

## 1 篮球游戏对幼儿身心健康发展的作用

幼儿身心健康是其全面和谐发展的基本条件, 是智力素质、品德素质和审美素质发展的基础。健康教育与幼儿身心发展有着密切的关系。幼儿园教育指导纲要明确要求, 幼儿教育应当遵循学龄前儿童的年龄和身心发展规律, 保育和教育相结合, 以游戏为基本活动形式, 寓教育于生活及各项活动之中。在对幼儿实施素质教育中, 身心健康教育是基础和前提。

游戏具有丰富和复杂的内涵与外延。从游戏的本质来看, 它是一种特殊的社会实践活动。人类能动性活动可以归结为三种基本活动: 劳动、学习和游戏。劳动作为人类基本的活动是以创造物质和精神财富为结果的。而学习则是给未来劳动活动做准备。劳动和学习是人类最基本的实践活动, 维持着人类自身的生存和繁衍。对劳动者和学习者而言, 劳动和学习有着不可摆脱的自然性和必然性, 往往还有来自外部的因素, 带有一定的强制性。篮球游戏是适合于幼儿特点的一种独特的活动方法, 也是促进幼儿心理发展的一种最好的活动方式。首先, 篮球游戏的社会性是人类的社会活动的一种初级模拟形式, 反映了儿童周围的社会生活。儿童在与成人的交往过程中, 渴望参与成人的一些活动, 可是又受到身心发展水平的限制, 而篮球游戏恰恰解决了这一矛盾。其次, 篮球游戏是想象与现实生活的一种独特结合, 它不是社会生活的简单翻版。儿童在篮球游戏中可以充分展开想象的翅膀, 又能真实再现和体验成人生活中的感受及人际关系, 认识周围的各种事物。另外篮球游戏是儿童主动参与的、伴有愉悦体验的活动, 它既不像劳动那样要求的创造财富, 又不像学习那样具有强制的义务性, 因而深受儿童喜爱。而篮球游戏作为游戏的一个分支, 也具有其重要的现实意义。

## 2 篮球游戏化教学对幼儿身心健康发展的作用

### 2.1 篮球游戏化教学可以促进幼儿骨骼生长

现在很多的孩子都是出于亚健康状态, 很容易生病, 篮球游戏化活动是一种全面运动, 可以促进孩子血液循环功能, 增强身体抵抗力, 促进身体健康。有科学的数据表明: 从小打篮球的幼儿将来身高都多增长5~10公分! 在打篮球的过程当中需要接球、投篮、盖帽、争球等等, 这些动作都充分锻炼到孩子各个身体部位, 全面有效的提高综合身体素质, 促进骨骼生长发育, 让孩子长的更高。

### 2.2 篮球游戏化教学让孩子学会合作

现在很多的孩子不懂得什么是一个团队, 不懂得合作。越来越多的家长也认识到这个问题, 团队合作对孩子未来发展是非常重要的。篮球游戏化活动是一个集体项目, 是需要靠团队合作来完成的, 在一个篮球队中, 每一个人都有着自己的优势, 有着自

己的位置, 相互之间合作才能进球, 从打篮球的过程中让孩子懂得团队合作的重要性。在增加交流和友谊的同时, 更能有效地培养孩子团结协作的集体主义精神及良好的体育道德, 帮助参与者正确理解和处理个人与集体、竞争与合作的关系。

### 2.3 竞争

每个孩子都是父母心中的宝贝, 掌上明珠, 不舍得打, 不舍得骂, 篮球就是要让幼儿从小明白竞争无处不在, 在家里为了得到父母更多的爱, 跟兄弟姐妹有竞争, 在篮球场上有竞争, 在学校的学习中和同学有竞争, 在未来的工作中和同事更是有竞争, 让他们做好随时竞争的心理准备。

### 2.4 增强孩子心理承受能力和适应能力

打篮球的时候既要与队友进行良好的沟通, 还要与对手、教练甚至啦啦队等产生联系, 无论输赢都在锻炼着孩子的心理承受能力。良好的竞争环境能培养健康的心理适应力和承受力, 篮球游戏化活动有赢也有输, 从小就懂得输赢之道, 赢的时候不要骄傲, 输的时候不要气馁, 提高心理承受能力和适应能力。

### 2.5 培养孩子的规则意识

没有规则不成方圆, 幼儿都是家里的宝贝, 想要做什么都可以, 想要什么都能得到, 不懂得自己的行为有哪些不妥, 社会是不一样的, 是要遵守规则的。篮球游戏化活动就是要教会小朋友从小要遵守规则, 不然就有可能被罚。懂得打篮球的规则是很重要的, 他可以培养孩子的规则意识, 懂得什么该做, 什么不可以做。

### 2.6 提高孩子自信心

现在很多的小孩从小就缺乏自信心, 很胆怯。篮球游戏化活动是需要自信的, 只有对自己自信才能赢得对手。从刚开始的不懂到最后的上场比赛这都是在锻炼孩子的自信心, 到众人面前打篮球, 在赛场上所向披靡这就是孩子的自信表现。

## 3 结束语

总之, 篮球游戏化对幼儿的教育功能不仅是增强体质, 它在促进身体发育、智力和环境适应能力及社会性发展方面有着重要的作用。篮球游戏活动不但能促进身体的健康发展, 还能确立孩子的自尊、自信和感觉认知环境。增强幼儿的适应能力, 使他们在不同的情境中应付自如。把幼儿的篮球游戏生活化, 培养建立幼儿终身体育的习惯, 并对孩子的各种能力发展打下坚实基础。在保证幼儿篮球游戏性的基础上还要进行系统化的幼儿体育研究, 培养孩子的体育兴趣, 满足孩子好奇心, 增加锻炼的自觉性, 为终身体育打下基础。

## 参考文献

- [1] 朱玉梅. 幼儿篮球活动中合作能力培养的探索与研究[J]. 读与写, 2019, 16(6): 248.
- [2] 廉咏宁. 幼儿园开展篮球运动的组织与实施[J]. 才智, 2016, (28): 160-160, 162.
- [3] 张彪. 浅谈篮球活动对幼儿基本动作发展的促进作用[J]. 青苹果, 2017(5): 50.
- [4] 戴瑞绒, 丁莹莹, 金秀珍. 幼儿园“趣味小篮球活动教学”的实践研究[J]. 上海教育科研, 2014(02): 202.