

# 如何使幼儿园户外体育活动得到有效开展

杨梦蛟

射洪市第一幼儿园

**摘要:** 幼儿园户外体育活动是幼儿全面发展的重要组成部分,通过户外活动,幼儿不仅可以锻炼身体,提高体能素质,还可以促进社交能力、情感发展和认知能力的提升。然而,要使幼儿园户外体育活动得到有效开展,需要教师们在组织活动时精心设计,合理安排,注重细节,确保活动的顺利进行和达到预期的教育效果。本文将探讨如何有效地组织幼儿园户外体育活动,为教师们提供一些实用的策略和建议,帮助他们在户外环境中引导幼儿积极参与体育活动,促进幼儿的全面发展。

**关键词:** 幼儿园; 户外体育; 发展对策; 探究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.08.177

## 前言

幼儿园的体育教学目标为3-6周岁以下的幼儿,在加强身体素质和身心健康的方面,通过多种形式的教学,如教学活动、游戏等,强化幼儿身体素质的培养。幼儿的体育健康教育要有针对性,坚持基本的教学原则,并辅以幼儿园特有的幼儿的身体需要不仅要满足他们的身体需要,而且要对他们的个性和尊严进行充分的尊重,以培养他们的自信和掌握一些体育活动技巧。

### 一、幼儿园户外体育活动的内涵及意义

儿童期的体育运动形式多样,而户外体育运动又是儿童期最主要的体育运动形式。通过这种方式,孩子们可以充分展示自我,提高自身各个领域的能力。《幼儿园工作规程》对幼儿园进行“以德、智、体、美为本”的教学,以培养学生的身心健康、协调发展为目标,创造适宜于教学的、有利于学生发挥自己的才能、发挥自己的才能的环境。户外运动是保障儿童身体健康的一个主要途径,它既有针对性地锻炼了幼儿的身体,促进了幼儿的各种功能的发展,也让孩子们在一个轻松愉快的环境下,变得更有社交能力了。此外,户外体育还突破了在课堂上进行的空间限制,为儿童创造了一个与自然更为贴近的空间,丰富的材料,以及更为自由的空间。

### 二、幼儿园户外体育活动现状

#### 1. 幼儿体育教育课程安排不合理

虽然有些幼儿园很注重体育教学,然而,近年来我国幼儿园体育教学中存在的一个突出问题,即缺乏体育活动的时间、内容的单调,难以激发幼儿的学习热情。相关资料及实地调研结果显示,在所有幼儿园中,户外体育活动超过两个钟头的幼儿园约为30%,每天参加体

育锻炼时间不足1个钟头的儿童占15%。孩子们每天的身体运动非常少,缺乏体育活动知识,通常情况下,体育活动锻炼都是与老师进行简单的游戏,或者是与老师做做操,在做操的时候,并没有给幼儿提供合适的体育锻炼。

#### 2. 幼儿的体育教师人才缺乏,体育教育意识不足

目前,幼儿园师资队伍年轻化程度已经达到了90%以上,其中绝大多数的师资队伍都是以聘用为主,不少老师都是从中专幼师幼儿园出来的,而在幼儿园里,体育方面的师资力量并不强。这就导致了早期专业性的幼儿教师人数偏低,师资力量不足,而且师资队伍的选择也不够注重。近年来,随着我国的教育制度的不断变革,对幼儿的体能培养提出了更高的要求,所以许多幼儿园都会设置一些体育活动项目,而这些项目通常都是由幼儿园的其他老师担任,所以幼儿园体育活动对幼儿身体智力、创造力、情感等都有较大的欠缺。

#### 3. 户外体育游戏遗失现象严重

伴随着社会的不断发展,以及时代的不断发展,随着智能手机和电脑等电子产品进入到人们的生活中,同时也伴随着网络和新媒体的兴起,使得手游和端游逐渐走进了孩子们的视线,为孩子们提供了更多新鲜、有趣的娱乐形式。这种新颖的游戏形式和游戏经验,有着非常强烈的诱惑力,可以很快地引起孩子们的注意,让他们沉浸在这种游戏之中。然而,像跳绳、丢沙包等传统的娱乐消遣形式,已经不能再让孩子们满意了。儿童对传统体育项目的不感兴趣,是造成儿童户外体育项目“遗失”问题的重要因素。

### 三、改进幼儿园户外体育活动教学的对策

#### 1. 丰富幼儿园的体育教学内容

幼儿园的体育活动内容应当坚持以幼儿身体的健康和安全为首要目标，在提高幼儿活动设施和硬件环境等基础上，多年来保持原有的体育设施不能满足要求。为此，幼儿园必须建立健全的体育教学目标，改进其体育活动软硬件条件，健全其教学系统，创造出适合于幼儿的丰富的体育教学目标。由于幼儿天生就是活泼的，不能在一件事情上投入太多的精力，根据幼儿的特征，进行幼儿的体育教学应以幼儿的兴趣为核心，通过有趣的活动，提高幼儿对体育学习的兴趣，老师将教学的内容进行适当的游戏，引导幼儿在玩的过程中锻炼身体，既能使幼儿获得乐趣，又能锻炼身体，又能使他们的教学工作顺利进行。而在教学中，老师要在幼儿中积极创造良好的体育教学环境，充分利用师生间的良性交流，建立家庭关系，引导和监管幼儿们的体育活动和体育游戏。老师要积极引导幼儿的父母，让他们在日常的不重复的游戏中，体验到不同的体育教学。

### 2. 加强对幼儿体育教师队伍的培养

针对师范院校应加强体育幼儿的体育专业知识和能力，为今后幼儿的体育发展做好充分的准备，应重视幼儿心理与幼儿体育能力的培养。加强对其聘用的体育教师的培养，加大体育教师在幼儿园实践中的参与，提高其在幼儿园的体育教学比重。在进行专业技术培训和评估教学成效时，鉴于目前我国幼儿园体育师资比例偏低，所以，幼儿园必须更加注重幼儿教师的培养。以较强的师资力量做支撑，组织师资进修，学到专门的幼儿体育常识，构建健全的师资培训体系，同时还应考虑到对幼儿体育教师的教育成效评估的标准化。要加强对幼儿体育教学的专业知识，加强对幼儿体育师资的培养，提升幼儿体育师资的综合素质。

### 3. 开办锻炼性活动

要实现幼儿园体育教学指导思想和基本训练目标，就不能像以前那样马马虎虎，应该在幼儿园里组织一些体育课程来提高自己的综合素质。指导幼儿在德、智、体、美、劳四个方面发展，并训练他们的身体素质和其他技能。幼儿园的体育教学要做到充分利用，组织团结、益智类等，培养幼儿提高思维的技能，幼儿期是学习的关键时期，对事物的观察与研究是幼儿的一种天性，因此，在此期间，对身体进行适当的锻炼，将会为日后幼儿的成长打下坚实的基础。

### 4. 敢于尝试，勇于创新，找到适合自己的幼儿园体育教育模式

在我国推行了新一轮的教学改革后，各个地区的幼儿园都增加了体育课，但是目前还没有一个比较成熟的教学模式，而且各个地区的幼儿园涉及的问题也不尽相同，因此，该项目的实施也就是效率低下。要想扭转这个局面，就必须按照邓小平所说的“振臂一呼，奋发图强”。幼儿园要敢于大胆地去探索符合自身特点的体育教学方式，这样做是为了更好地促进幼儿的身体素质。

### 5. 开展民间体育游戏活动的途径要多样化

幼儿园要对地方民间体育游戏的内容、形式、玩法、材料等的适宜和科学合理地综合运用，使其在不同的方式下进行。比如，早上进园和中午出园之前，班级可以进行体育游戏活动，比如丢沙包、踩高跷等，或者有针对性地引导父母与孩子们进行体育活动，老师可以在教室里为父母和孩子提供指导；老师可以根据幼儿园的具体条件来划分自己的活动范围，利用自己的或自己采购的物品进行各种形式的户外体育游戏，老师也可以举办一些家庭性的家庭体育游戏项目，让父母与孩子共同参与，促进他们之间的感情。

### 6. 互动游戏为主导的幼儿户外体育活动的开展

根据对幼儿们的日常学习和生活的观察，我们可以看出，大部分的幼儿都会利用他们的课余时间，展开一些互动式的游戏活动，在游戏过程中，他们与小伙伴进行交流，在游戏中，他们还可以对世界进行认知。而幼儿教学活动的主要目的，就是要能吸引幼儿的注意力，让他们在活动中进行互动和交流。因此，在此基础上，老师们可以通过以互动游戏为主的方式，来探讨幼儿开展户外体育的策略。

游戏是孩子们最重要的沟通方式，在进行教育的时候，老师要对孩子们在课后的活动进行重点关注，并对这些活动对孩子们的成长有什么意义进行分析。之后，再跟户外体育活动的教学结合起来，将游戏和体育活动之间进行关联，对其进行了深度的融入，对其进行了深入的渗透，将其修改成了户外体育活动，以此来让幼儿积极地参加到户外体育活动中去，进而让其在身体和四肢动作能力方面得到进一步的发展。

### 7. 利用废旧材料合理投放在体育活动区域

在将废弃物料合理放置于运动场的过程中，应注意

提高教育观念,进行教育方法的创新。在幼儿园的户外体育活动中,老师们应当注重幼儿的真正的体验和感觉,注重幼儿在体育活动中的主体地位,减少老师授课的次数,让幼儿有更多的机会去讨论、交流、实践,将幼儿的主体性充分地调动起来,为幼儿创造一个民主、平等、开放的户外体育活动的氛围,以此来持续地提升幼儿的活动参与度,培养幼儿的创意思维。

在对学生进行废弃资源的使用时,教师要注意进行综合实践活动。例如,可以让孩子们在创造作品前,先做一些“观察”,这是孩子们创造作品的首要步骤,也是孩子们不断地去探索这个世界,去寻找更多的美的东西,它是孩子们心灵和创造作品的纽带,对于孩子们的身体和精神的成长,有着非常大的帮助。

例如,随着电商、物流业的兴起,如今千家万户都开始有了快递的影子,老师可以要求孩子们把家里收货时遗留下来的废弃纸盒回收回来,并组织孩子们开展一次关于如何高效使用“废旧纸箱”的专题,老师可以把孩子分成几组,并指定一个题目:“制作家具”,老师要求孩子们根据自己的喜好,把这些废弃的纸盒切割、贴上去,做出沙发、桌子、电视机等各种样式的家具,老师不能太过干预,老师也不能太过解释如何做家具。这些都是孩子们可以进行的,也是孩子们可以进行的,也是孩子们开发创造力的重点。如果老师再像以往那样,只给孩子一个特定的案例来进行演示,孩子们就会制作出一成不变的作品,所以老师要懂得在自己的教育中留下一些空间,这些空间就是孩子发展他们的个体差异,让孩子发展他们的创造力。

#### 8. 创设丰富多彩的体育活动方式与主题互动

为了让幼儿园的户外体育活动变得更有吸引力,更有发展意义,幼儿园可以创造出多种多样的体育活动方式,并与其进行主题互动,这样就可以明显地提高幼儿对户外体育活动的兴趣,并激发他们开展户外体育活动的潜力。在进行体育活动的设计时,应当从教育理念上开始,就将原来的老观念和老的模式进行打破,并以教学体系为依据,敢于对教学方式进行大胆的创新。同时,老师们也应持续提升自己的素质,在进行活动设计的时候,除了以教学体系为依据,对传统的游戏活动进行设置之外,还应该注重游戏活动为幼儿所带来的发展影响。

例如,在幼儿园开展户外体育时,可以通过“桥”

等形式进行一些专题的活动。在创造的时候,老师首先利用平衡板,轮胎,大块积木,木板等户外体育工具,与孩子们共同搭建“桥”。当孩子搭好“小桥”后,老师会让孩子在他们所搭的桥上,一个一个地走过去,让孩子有一种成功的快乐感。过了一段时期,孩子会慢慢地对这类桥失去了兴趣。这时,老师要重新转换并创设新的触发点,例如,可以添加一些“小推车”之类的设备,来提高孩子们对游戏的兴趣。

将户外体育与主题有机地融合在一起的方法有很多种,这种方法可以帮助提升幼儿园户外体育的系统性和全面性,有利于幼儿的生理和心理发展,但是在执行的时候,老师要时刻注意幼儿的兴趣点的改变,以及他们的个体需要,然后慢慢地进行调整。

#### 结语

幼儿园是幼儿成长与发育的关键时期,其健康教育工作任重而道远,在学龄前期,对其发展具有十分重大的意义和作用,同时,将幼儿园的体育课程与丰富的地区活动有机地融合在一起,给老师们带来了新的教育理念,使他们能够在课堂上愉快地、高效地进行体育教学,使他们在课堂上愉快地、健康地成长。

#### 参考文献

- [1] 杨玲. 幼儿园户外区域混龄体育活动实施策略的实践研究[J]. 学周刊(下旬), 2016(24)
- [2] 苏文玲. 尊重差异分层指导——谈幼儿园体育教学的指导策略[J]. 名师在线, 2019(07)
- [3] 胡泽湘, 王光荣, 陈海莉, 曾宪红. 彝族铃铛舞在幼儿园体育教学中应用的可行性研究[J]. 当代体育科技, 2019(06)
- [4] 柏匡峰. 凯里市幼儿园体育特色课程实施方案的文本建构[J]. 现代交际, 2019(03)
- [5] 虞静. 幼儿园大班户外体育区域活动的探索与实践[J]. 创新创业理论与实践, 2020, 3(09)
- [6] 宝坤兰, 何春明. 开展幼儿园户外体育游戏活动的有效对策[J]. 中外企业家, 2016(20)
- [7] 杨玲. 幼儿园户外区域混龄体育活动实施策略的实践研究[J]. 学周刊(下旬), 2016(24)
- [8] 张敏. 科学利用小场地发挥运动大能效——小面积幼儿园户外体育区域的有效设置[J]. 华夏教师, 2016(12).