

循序渐进引导婴幼儿开展户外游戏

郭慧琴

吉安市妇联婴幼儿园

摘要：如何循序渐进地引导婴幼儿开展户外游戏，并确保他们在游戏中获得最大收益，却是一项需要细心考虑和规划的任务。这需要我们理解婴幼儿的生理和心理特点，了解他们的兴趣和需求，设计适合他们的游戏活动，并在游戏过程中给予适当的引导和支持。因此，本文将探讨如何循序渐进地引导婴幼儿开展户外游戏，旨在为家长和教育工作者提供一些实用的建议和策略，以帮助婴幼儿在游戏中健康成长，全面发展。

关键词：婴幼儿；户外游戏；开展策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.04.151

引言

婴幼儿时期是人类生命中最关键的阶段，这个时期的身心发展对于未来的生活和学习有着深远的影响。在这个阶段，户外游戏不仅能够帮助婴幼儿建立健康的身体，更能促进他们的社交、认知、情感等各方面的发展。户外游戏提供了一个广阔的学习空间，让婴幼儿在自然环境中自由探索、感知世界。他们可以通过观察、触摸、倾听等方式与环境互动，激发好奇心和想象力，提高问题解决能力。同时，户外游戏还能锻炼婴幼儿的身体，增强体质，预防疾病。

一、选择安全的户外环境

为了保障婴幼儿的户外游戏安全，确保游戏区域没有危险的物品是必不可少的重要措施之一。在婴幼儿的成长过程中，外界环境对他们的身心发展起着至关重要的作用。户外游戏既可以促进他们的身体发育，又可以培养他们的社交能力和动手能力，因此，我们需要为他们提供一个安全无忧的游戏环境。为了保证游戏区域没有危险的物品，我们需要对游戏区域进行周密的安全检查。在检查过程中，我们应当特别关注地面的平整度和平稳度，以确保孩子们在奔跑和活动时不会因为凹凸不平的地面而摔倒受伤。我们还需要确保游戏区域的边缘没有尖锐或突出的部分，以免孩子们不小心碰到而造成划伤或磕碰。其次应当排除游戏区域中可能引发危险的物品。这包括尖锐的工具、易碎的玩具、有毒的植物或液体等。所有的游戏用具和设施应当经过严格的质量检测，以确保它们不会对婴幼儿构成任何危险。在选择玩具时，应优先考虑儿童专用的安全玩具，避免给孩子们使用不适合他们年龄或能力的玩具。此外还需要定期检查和维修游戏区域的设施和装备。如摇摆、滑梯、攀爬架等儿童游乐设施，需要经过定期的安全检测，确保

其结构稳定可靠，没有生锈或损坏的地方。我们还应当确保游戏区域的周边环境整洁、没有杂物，以免产生绊倒或其他危险。除了以上措施，我们还应当加强监督和教育，增加儿童安全意识和自我保护能力。父母和教育工作者应当与孩子们一起学习和实践安全规则，教授他们遇到危险时的正确应对方法，如寻求帮助、避免与陌生人接触等。同时，我们也应当建立健全的监督机制，定期进行安全巡查，及时发现和解决潜在的安全隐患。通过以上措施的实施，我们能够最大限度地保障婴幼儿户外游戏的安全。这不仅能够让他们享受快乐的游戏时光，还能够促进他们的身体和智力发展，培养他们的自主性和社交能力，为他们未来的成长奠定良好的基础。

二、适应环境

让婴幼儿逐渐适应户外环境是非常重要的。对于刚开始接触户外环境的婴幼儿来说，他们的身体和感官可能还没有完全适应新的环境刺激。因此，我们应该从较短的时间开始，逐渐增加他们在户外的时间，以帮助他们适应户外环境。在开始阶段，可以选择在天气宜人、环境安静的时段带婴幼儿外出，每次外出时间不宜过长，控制在15-30分钟左右。在这个过程中，家长可以陪伴在婴幼儿身边，让他们感受到安全和舒适。同时，注意观察婴幼儿的反应和身体状况，确保他们没有过度疲劳或不适。随着时间的推移，婴幼儿会逐渐适应户外环境，这时可以逐渐增加他们在户外的时间。可以从每天增加5-10分钟开始，逐步延长到1-2个小时。在增加时间的过程中，要注意婴幼儿的反应，根据他们的需要和适应能力进行调整。在增加婴幼儿在户外的时间时，还可以选择不同的户外环境和活动，以丰富他们的体验。可以带他们去公园、花园、海滩等不同的地方，让他们感受不同的自然环境和氛围。同时，可以尝

试不同的活动，如散步、玩耍、观察昆虫等，以激发他们的好奇心和探索欲。除了逐渐增加时间，帮助婴幼儿适应户外环境还需要注意其他方面。在户外活动时，要确保婴幼儿的安全，避免他们接触到危险物品或处于危险的环境中。同时，要根据天气情况和婴幼儿的身体状况选择合适的服装和防护措施，如防晒霜、帽子、太阳镜等。总之，让婴幼儿逐渐适应户外环境需要耐心和细心。通过从较短的时间开始，逐渐增加他们在户外的时间，选择合适的户外环境和活动，以及确保他们的安全和舒适，可以帮助婴幼儿建立健康的生活习惯，提升他们的适应能力和探索精神。

三、提供简单的玩具

简单、安全的玩具可以帮助婴幼儿发展他们的运动技能和手眼协调能力。例如，以球类玩具为例，它们可以帮助婴幼儿学习一些基本的动作，如投掷、抓握和传球等。这些动作对于婴幼儿的身体控制能力和运动技能的发展有着积极的影响。通过反复地练习，婴幼儿可以逐渐掌握这些动作，提高他们的身体协调性和灵活性。水桶和铲子等玩具也有助于婴幼儿的手部肌肉发展和精细动作技能。例如，婴幼儿可以通过挖掘、铲起和倾倒沙土或水来锻炼他们的手臂力量和手眼协调能力。这些简单的操作可以让婴幼儿更好地了解物体的重量和质地，增强他们的触觉和感官体验。在选择简单、安全的玩具时，家长应该特别注意玩具的材质和设计。玩具应该由无毒、无害的材料制成，没有锐利的边角或小零件，以避免对婴幼儿造成伤害。此外，在选择玩具时，我们还需要根据婴幼儿的发展阶段和能力水平来决定。对于幼儿期的宝宝来说，选择一些能够激发他们感官发展和手眼协调能力的玩具非常重要。比如，色彩鲜艳、质地柔软的布织玩具，可以培养他们的触觉和视觉。而对于稍大一些的儿童，我们可以选择一些更有挑战性的玩具，如拼图和积木等，以促进他们的思维和空间认知能力的发展。除了选择简单、安全的玩具，家长还应该注意玩具的使用方式和环境。在使用玩具时，家长应该陪伴在婴幼儿身边，确保他们的安全和正确使用玩具。同时，玩具的使用环境也应该安全、干净，避免婴幼儿接触到危险物品或受到伤害。

四、设定明确的规则

为了确保婴幼儿在户外游戏中的安全，我们需要为他们设定明确的规则，确保他们的健康和幸福。婴幼儿

正处于生命发展的关键阶段，他们对世界和周围环境的认知能力较低，抵抗力较弱。因此，建立合理的游戏规则对他们的安全至关重要。我们需要教育婴幼儿要尊重他人和共同规则。他们需要明白与其他孩子一起玩乐的重要性，要尊重他人的所属权，不得争抢和侵犯别人的权益。同时，规划好游戏空间，确保每一个孩子都有足够的活动自由，并且避免过于拥挤和危险的环境。我们要教导婴幼儿如何正确地运动和游戏。这包括正确使用游戏设施和玩具的方法，比如积木搭建、滑梯滑行等。我们要告诉他们注意自己的身体状况，不要过度运动或在危险的地方玩耍，以防意外发生。此外，婴幼儿要学会维持身体平衡和灵活度，这对他们的身体发育和体能训练都非常重要。再次，我们要在游戏中教育婴幼儿有关外部环境的知识。他们需要知道如何应对气候变化，比如在夏天时避免中暑，在冬天时防寒保暖。同时，要让他们了解道路交通的基本规则，学会过马路时要注意车辆和红绿灯。同时，还应教育他们关于野生动物和植物的基本常识，增强对自然环境的尊重和保护意识。最后，我们要给予婴幼儿正确的监督和关爱。在他们进行户外游戏时，家长和监护人应始终陪伴在旁，给予他们及时的指导和帮助。同时，要关注婴幼儿的情绪变化和身体状况，确保他们的安全和舒适。此外，还应定期检查游戏场地及设施的安全性，确保没有尖锐物品、破损设备或潜在的危险因素。

五、引导探索

婴幼儿户外游戏是一种既有趣又富有教育意义的活动，能够帮助婴幼儿主动探索周围的环境，培养他们的观察力和好奇心。在这样的游戏中，孩子们可以通过触摸花草、观察昆虫等方式，亲身接触自然界的奇妙之处，激发出他们对周围世界的好奇心和兴趣。婴幼儿的观察力在其认知发展中起着至关重要的作用。通过观察事物的形状、颜色、纹理等细节，婴幼儿能够不断建立世界的概念和认知模式。户外游戏提供了丰富多样的视觉刺激，让孩子们能够更深入地观察和感知周围的环境。当婴幼儿触摸到柔软的花瓣、粗糙的树皮，或是看到身边飞舞的蝴蝶和蜜蜂，他们的感官得到了充分的刺激，有助于提高观察力和细致的感知能力。同时，户外游戏也能够激发婴幼儿的好奇心。小朋友们对未知事物的好奇心是无穷无尽的，户外游戏为他们提供了极好的机会去满足这种好奇心。在探索周围环境的过程中，家

长或监护人应该给予婴幼儿足够的自由和空间，让他们自由地探索和发现。同时，也要确保他们的安全，避免接触到危险的物品或生物。当他们观察到一个不同于家里的花朵、一个与日常不同的昆虫，他们会产生出无尽的疑问和兴趣。这种好奇心的满足不仅能够开阔他们的视野，还能激发他们自主学习的能力。为了更好地培养婴幼儿的观察力和好奇心，家长或监护人可以提供一些简单的工具，如放大镜、望远镜等，让他们更仔细地观察周围的事物。还可以与他们一起进行观察和探索，与他们交流观察到的内容，帮助他们更好地理解和学习。

六、培养合作精神

婴幼儿户外游戏中，组织一些需要合作完成的游戏，以培养婴幼儿的合作精神和团队意识。例如，可以组织婴幼儿玩套圈游戏。在这个游戏中，婴幼儿们被分成小组，每个小组由两名成员组成。他们需要相互协作，一个人将圈子放在地上，另一个人则要尽快将手中的小球投掷到圈中。通过这个游戏，孩子们不仅可以锻炼手眼协调能力和投掷技巧，更重要的是培养了他们的合作意识和团队精神。在这个游戏中，婴幼儿需要紧密配合，互相沟通和协调。每个小组中的成员需要根据对方的行动做出及时的反应，调整投掷的力度和方向，确保球能准确地落入圈中。这样的合作过程中，婴幼儿需要相互信任，并且要充分倾听和理解对方的意图和要求。通过游戏中的反复练习，他们逐渐培养了合作的技能和意识。这种婴幼儿合作游戏的设计理念，体现了“团结互助、共同进步”的核心社会主义核心价值观。通过合作游戏，婴幼儿在团队中学会了相互支持和帮助，而非以个人为中心。他们懂得了只有团队齐心协力，才能完成任务，取得成功。这样的经历将深植于他们的思想中，为今后参与集体活动和社会交往奠定了基础。此外，在这些合作游戏中，教育者还可以提供积极的引导和评价。当婴幼儿团队取得良好的合作成果时，可以给予肯定和奖励，激励他们的兴趣和积极性。同时，当遇到合作困难或出现冲突时，教育者可以提供引导和教育，帮助他们找到解决问题的方法。这样的操作不仅可以加强婴幼儿的集体意识，还有助于培养他们的自我管理和解决问题的能力。

七、家长参与

家长积极参与婴幼儿户外游戏是培养孩子身心健康发展的重要一环。当家长主动参与婴幼儿的游戏活动

时，不仅是对孩子的关注和陪伴，更是在家庭中建立亲子之间的深厚纽带。婴幼儿时期正是孩子认识世界和探索自我能力的阶段，而家长作为孩子生命中最重要引导者和学习榜样，对他们的人格塑造和价值观培养起着至关重要的作用。在户外游戏中，家长不仅要引导婴幼儿发现自然界的奇妙和美丽，还应当注重培养他们的观察力、判断力和动手能力。例如，家长可以带着孩子一起观察周围的植物、昆虫、小动物等，向他们解释事物的原理和规律。通过体验与亲身实践，婴幼儿能够更好地理解和感知自然界的运行机制和生态环境。除了培养婴幼儿的科学素养和观察能力，家长积极参与户外游戏还是培养他们社交能力和合作精神的重要机会。在游戏中，家长可以带领孩子与其他孩子互动、交流，分享玩具和合作完成任务，培养他们的团队合作精神和人际交往能力。通过与其他儿童的互动，婴幼儿将学会尊重他人、分享快乐和合理分配资源，这些是形成良好行为习惯和价值观的关键。在户外游戏中，家长还能够教育婴幼儿应对风险和困难的能力。当孩子户外游戏中面临一些困难情境时，家长应当引导他们学会勇敢面对、寻找解决问题的方法。这样的经历不仅能够培养婴幼儿的坚韧品质，还能够增强他们自信心，为日后学习和生活带来积极的影响。

结语

婴幼儿的成长和发展需要多方面的支持和引导，户外游戏作为其中重要的组成部分，对于婴幼儿的身心健康和全面发展具有不可忽视的作用。在引导婴幼儿开展户外游戏的过程中，我们需要遵循婴幼儿的发展特点和个体差异，采用科学的方法和策略，创造适宜的游戏环境和条件，让婴幼儿在游戏中得到充分的发展和成长。

参考文献

- [1] 朱家雄, 缪金红. 婴幼儿户外游戏指导 [M]. 上海: 上海科技教育出版社, 2015.
- [2] 戴淑凤. 0-3岁婴幼儿户外活动与游戏 [M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2015.
- [3] 徐小冬. 婴幼儿户外运动与健康 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2014.
- [4] 王萍. 婴幼儿早期发展与训练 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2014.
- [5] 王丹. 婴幼儿心理与行为指导 [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2013.