

利用体育游戏活动培养幼儿的自我保护能力

王俊

广西壮族自治区桂林市永福县教育局教研室

摘要：利用体育游戏活动培养幼儿自我保护能力是一种非常有效的教育方法。幼儿体育游戏活动具有趣味性、运动性、规则性、教育性和适应性等特点，这些特点使得体育游戏成为幼儿教育中不可或缺的一部分。体育游戏活动对培养幼儿自我保护能力具有重要的意义，通过科学的策划和设计，选择适合幼儿年龄和体能的的游戏，制定明确的游戏规则和安全指导，提供必要的保护措施，设计贴近幼儿生活的游戏情境，加强家园合作，利用体育游戏活动有效地提高幼儿的自我保护意识和能力。

关键词：体育游戏；幼儿；自我保护能力

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.07.142

引言

随着科技的快速发展，游戏化教育作为一种新兴的教育模式，已经逐渐受到人们的关注和认可。游戏化教育不仅能够激发学习者的学习兴趣和积极性，还能在轻松愉快的氛围中有效地传递知识和技能。特别是在培养基础安全意识方面，游戏化教育展现出了其独特的魅力和潜力。幼儿自我保护能力的培养是当前幼儿安全教育的一个重要方面，幼儿期是孩子身体和心理发育的关键时期，他们对外界的好奇心强，但缺乏足够的判断力和自我保护能力，容易受到各种潜在危险的影响。通过精心设计的体育游戏，可以引导幼儿在游戏中学习、成长，建立安全意识、游戏化教育、培养自我保护技能以及加强沟通与合作，有效地提升幼儿的自我保护能力，为并逐渐形成对危险的预见性和自我保护能力，为他们的健康成长提供有力的保障。

一、幼儿体育游戏活动的特点

幼儿体育游戏活动具有趣味性、运动性、规则性、教育性和适应性等特点，这些特点使得体育游戏成为幼儿教育中不可或缺的一部分。通过参与体育游戏，孩子们可以在快乐的氛围中锻炼身体、学习知识、培养品质，实现身心健康的全面发展。

（一）趣味性

游戏化教育利用游戏的趣味性和互动性，能够有效地激发学习者的学习兴趣和积极性。学习者在游戏中主动探索、尝试，从而更加深入地理解和掌握安全知识。幼儿的天性使他们非常喜欢游戏，而利用游戏对幼儿进行安全教育则是一种既有趣又有效的方法，能够提升他们的自我保护能力。幼儿体育游戏的形式多样，内容生动有趣，能够吸引孩子们的兴趣。幼儿体育游戏通常具有丰富多彩、富有创意的内容，能够激发孩子们的好奇心和探索欲望。比如，游戏中可以包含孩子们喜欢的动物、卡通人物、故事情节等元素，这些都能让孩子们感到兴奋和有趣。这种趣味性可以激发孩子们积极参与的热情，让他们在游戏中感受到快乐，同时也有助于培养

他们对体育活动的兴趣。

（二）运动性

幼儿体育游戏以身体活动为主要形式，通过各种动作的组合和变化，达到锻炼身体的效果。幼儿体育游戏的形式多种多样，既有个人竞技，也有团队合作；既有简单的动作模仿，也有复杂的技巧挑战。通过跑、跳、爬、滚等多样化的体育游戏活动，可以锻炼幼儿的身体协调能力，提高他们的平衡感和灵活性。以障碍赛跑类游戏为例，在这类游戏中，可以设置一些模拟现实生活中的障碍物，如爬网、跨栏、平衡木等。幼儿需要学会如何安全地通过这些障碍物，从而锻炼他们的身体协调性和平衡感，同时培养他们的危险预见性和自我保护能力。通过一些策略性的体育游戏，如接力赛或团队合作的游戏，可以激发幼儿的思维能力，培养他们分析问题和解决问题的能力。这种运动性可以帮助孩子们提高身体素质，增强身体的协调性和灵活性。

（三）规则性

幼儿体育游戏通常具有一定的规则，这些规则可以约束孩子们的行为，保证游戏的顺利进行。在游戏中，孩子们可以相互帮助、共同解决问题，从而体验到合作的快乐。在游戏中设定明确的规则，并引导幼儿遵守这些规则，可以帮助他们形成规则意识，这是自我保护能力的基础。同时，遵守游戏规则也可以培养孩子们的纪律性和团队合作精神。如足球、篮球等团队或个人球类运动，可以教会幼儿如何遵守规则、保持适当的距离以及避免与他人发生碰撞。这有助于培养他们的规则意识和空间感知能力，从而减少在日常生活中发生意外的风险。

（四）教育性

幼儿体育游戏不仅具有娱乐功能，还蕴含着丰富的教育价值。通过游戏，孩子们可以学到许多生活常识和社交技能，如分享、合作、等待、轮流等。幼儿体育游戏的设计通常会考虑到孩子们的年龄、性别、体能等因素，以确保游戏适合大多数孩子参与。教会幼儿在遇到

危险时应该如何应对，如逃跑、呼救等，并通过游戏进行模拟练习。这种适应性可以让每个孩子都能在游戏中找到自己的位置，获得成功的体验。在游戏中设置需要幼儿仔细观察才能完成的任务，如寻找隐藏的道具或识别特定的标志，可以培养幼儿的观察力。此外，体育游戏还可以培养孩子们的勇敢、坚韧、自信等品质。

二、体育游戏活动对培养幼儿自我保护能力的意义

体育游戏活动在培养幼儿自我保护能力方面发挥着重要作用。体育游戏活动对培养幼儿自我保护能力具有重要的意义，通过科学的策划和设计，教师可以利用体育游戏活动有效地提高幼儿的自我保护意识和能力。

（一）提高身体协调性和灵活性

通过参与体育游戏活动，幼儿可以锻炼身体，提高身体的协调性和灵活性。这不仅有助于他们在日常生活中更好地应对各种突发情况，还能在一定程度上减少因身体不协调而导致的意外伤害。如，设置一系列低矮的障碍物，如小跨栏、平衡垫等，让幼儿进行障碍跑。这不仅可以锻炼幼儿的身体灵活性，还能让他们学会如何根据不同的障碍物调整自己的动作和速度。

（二）培养风险意识和预判能力

在体育游戏中，教师可以通过设置一些潜在的风险情境，引导幼儿学会识别危险并做出正确的判断。这样，幼儿在实际生活中遇到类似情况时，就能更加警觉并采取相应的自我保护措施。通过长期的体育游戏活动，幼儿会逐渐形成对危险的预见性，能够在日常生活中提前察觉到潜在的危险。同时，他们在游戏中学习的自我保护知识和技能也会逐渐内化为他们的行为习惯，使他们在面对危险时能够迅速做出正确的反应。如，在安全的环境下，模拟火灾、地震等紧急情况，教导幼儿如何迅速有序地撤离到安全区域。通过这类活动，幼儿可以了解在紧急情况下的基本逃生知识，培养自我保护意识。

（三）学习自我保护技能和方法

通过模拟游戏和角色扮演等方式，教师可以教授幼儿一些基本的自我保护技能和方法，如摔倒时如何用手支撑身体、遇到陌生人时如何寻求帮助等。如，通过投掷小球，幼儿可以学习控制力度和方向，同时也要注意避免投掷过猛或投向不安全区域。这些技能和方法对幼儿在日常生活中保护自己非常重要。

（四）增强团队协作和互助意识

体育游戏活动通常是团队进行的，这有助于培养幼儿之间的团队协作和互助意识。在紧急情况下，幼儿能够相互帮助、共同面对危险，从而提高整体的自我保护能力。体育游戏可以锻炼幼儿的心理素质，让他们在面对困难和挑战时更加勇敢和自信。这种心理素质的提升有助于幼儿在遇到危险时保持冷静，迅速找到解决问题的

的办法。

三、利用体育游戏活动培养幼儿的自我保护能力策略

利用体育游戏活动培养幼儿的自我保护能力需要教师的精心设计和组织。通过选择适合的游戏、制定安全的规则、提供必要的保护措施以及在游戏过程中进行情境教育和日常培养，可以有效地提高幼儿的自我保护能力。

（一）选择适合幼儿年龄和体能的的游戏

将游戏化教育与学校课程相结合，通过游戏化的方式呈现课程内容，使学习者在轻松愉快的氛围中掌握安全知识。根据幼儿的年龄和体能特点，选择适合的体育游戏。了解幼儿的年龄和体能特点，不同年龄段的幼儿有不同的体能水平和兴趣爱好。教师应该根据幼儿的实际情况，选择既能吸引他们兴趣，又能锻炼他们体能的的游戏。结合课程内容和目标：教师可以将游戏与课程内容相结合，通过游戏来实现教学目标，使幼儿在玩乐中学习。教师可以设计和选择一些具有轻微危险性的游戏，如“老鹰捉小鸡”、“红绿灯”等，设置一段平衡木或类似的平衡器械，让幼儿尝试在上面行走。这有助于培养幼儿的平衡感和协调性，同时也能让他们学会如何在不稳定的环境中保持身体平衡。通过游戏情境让幼儿体验和学习如何在安全范围内活动、如何避免碰撞、如何听从指令等。

在选择游戏时，教师需要确保游戏的安全性，避免选择可能导致幼儿受伤的高风险游戏。同时，游戏还应具有一定的教育性，能够培养幼儿的自我保护意识和其他相关能力。在游戏中加入安全教育的元素，比如设置安全区域和不安全区域，让幼儿学会分辨并遵守安全规则。例如，对于年龄较小、体能较差的幼儿，可以选择一些简单的跑、跳、爬等游戏，而对于年龄较大、体能较好的幼儿，则可以选择一些更具挑战性的游戏，如球类运动、接力赛等。

（二）制定明确的游戏规则和安全指导

教师应该制定详细的活动计划，包括游戏的规则、玩法、所需材料、人员分工等。这可以确保活动的顺利进行，并最大限度地减少意外情况的发生。在选定场地后，教师需要对场地进行细致的安全检查，确保没有安全隐患。例如，检查地面是否平整、有无尖锐物品、是否有滑倒的风险等。在游戏前，教师可以带领幼儿熟悉新环境，介绍场地的特点和规则，帮助幼儿建立对新场地的认知；要向幼儿明确讲解游戏的规则和安全注意事项，强调游戏中的安全行为，比如不推挤、不奔跑过猛、注意周围环境等，确保每个幼儿都能理解并遵守。

例如，在追逐游戏中，要规定好追逐的范围和方式，避免幼儿因过于激烈而受伤。在游戏结束后，教师应该与孩子们一起总结游戏经验，特别是关于安全的部

分。这可以是一个很好的机会来强调自我保护的重要性，并让孩子们分享他们在游戏中如何成功避免危险或处理突发情况的经历。

（三）提供必要的保护措施

在活动前，教师需要预测可能出现的问题，如幼儿不遵守规则、发生争执等，并准备相应的应对措施。这可以帮助教师更好地应对突发情况，确保活动的顺利进行。在游戏过程中，教师要提供必要的保护措施，根据游戏的需要，提供适当的保护设备，如头盔、护膝、护腕等。如设置安全区域、准备足够的保护器材等。同时，教师还要密切关注幼儿的游戏过程，及时发现并处理潜在的安全隐患。通过提问和引导，帮助幼儿思考如何在游戏中保护自己，比如“这样做安全吗？”、“我们应该怎样避免碰撞？”等。

（四）设计贴近幼儿生活的游戏情境

游戏可以为幼儿提供一个模拟的环境，在这个环境中，他们可以安全地探索和学习。通过模拟各种真实或虚构的场景，游戏可以帮助幼儿了解并识别潜在的危险。教师可以利用游戏情境来教育幼儿如何保护自己。通过游戏情境教育培养幼儿的自我保护意识不仅有趣有效，而且符合幼儿的学习特点和认知规律。这种方法能够帮助幼儿在游戏中自然而然地学习和掌握自我保护的知识和技能，为他们的健康成长提供有力的保障。家庭生活场景：模拟家庭环境，如厨房、客厅等，教育幼儿在家中的安全常识，如不触摸热水壶、不随便开门给陌生人等；交通出行场景：设置小型的交通道路和交通标志，让幼儿在游戏中学习交通规则，如过马路要走人行横道、看红绿灯等；自然灾害场景：模拟地震、火灾等紧急情况，教导幼儿如何在这些情况下保护自己，如找到安全的避难所、用湿毛巾捂住口鼻等。在游戏中模拟一些熟悉的情境或者应急情境，通过角色扮演的方式，让幼儿学会在紧急情况下寻求帮助、报警等自我保护行为。

例如，让幼儿扮演不同的角色，如警察、消防员、行人等，通过角色的行为规范来传递自我保护的知识。设置一系列与自我保护相关的任务，让幼儿在游戏中完成挑战，如找到安全出口、避开危险区域等。对于在游戏中表现出良好自我保护意识的幼儿给予奖励，对于不安全的行为给予适当的提醒和纠正，通过模拟实际情境，教育幼儿如何在遇到危险时保护自己。

（五）加强家园合作

加强家园合作对于培养孩子的自我保护能力至关重要。家庭和学校是孩子成长的两个主要环境，只有双方紧密合作，才能形成教育合力，有效地提升孩子的自我保护意识和能力。与家长沟通，让家长了解幼儿园开

展的安全教育活动，并鼓励家长在家中也能与幼儿进行相关的安全游戏和教育。鼓励家长参与到学校的教育活动中来，如作为志愿者协助组织安全教育活动，增强家长对学校教育的参与感和认同感。家长可以与孩子一起进行角色扮演游戏，模拟不同场景下的自我保护行为，让孩子在游戏中学习和掌握自我保护的方法。家庭和学校应建立有效的沟通机制，共同制定和执行安全规则，强化孩子的自我保护意识和能力，并关注他们的心理健康。通过家园合作，共同培养幼儿的自我保护意识和能力，形成教育合力。只有这样，我们才能为孩子创造一个安全、健康、快乐的成长环境。

结语

幼儿体育游戏的趣味性是吸引孩子们积极参与的重要因素，它能让孩子们在游戏中感受到快乐、满足好奇心、提高身体素质、培养社交能力等多方面的益处。教师可以在保证安全的前提下，充分利用户外体育活动的灵活性和多样性，促进幼儿的身心发展。通过参与体育游戏，幼儿可以在快乐的氛围中锻炼身体、学习技能、培养意识，充分利用体育游戏活动的特点来培养幼儿的自我保护意识和能力，为他们的健康成长提供有力的保障。

参考文献

- [1] 武晓琴. 幼儿园安全教育游戏化的实践策略[J]. 山西教育(幼教), 2023, (05): 70-71.
- [2] 殷月玲. 幼儿户外体育游戏教学组织中的几点体会[J]. 天津教育, 2021, (28): 147-149.
- [3] 刘金卓. 传统体育游戏在幼儿园教育活动中应用的行动研究[D]. 长春师范大学, 2019.
- [4] 王泽圳. 天津市市区幼儿园户外体育活动安全隐患及预防对策的研究[D]. 天津大学, 2020.
- [5] 陈亚茹. 游戏化课程对提高幼儿自我保护能力的作用探讨[J]. 才智, 2020, (01): 169.
- [6] 朱咏梅. 通过游戏化教育增强基础安全意识探析[J]. 中国教育学刊, 2020, (S1): 18-19.
- [7] 贾艳秋. 幼儿安全意识和自我保护能力的培养[J]. 学前教育研究, 2022, (11): 83-86.
- [8] 马彩云, 张琴秀. 中班幼儿户外活动中自我保护能力研究——基于Nvivo11.0的扎根理论分析[J]. 黑龙江教师发展学院学报, 2022, 41(07): 93-96.
- [9] 曾毅薪. 情境模拟习安全真本事——谈情境模拟教学在幼儿安全教育中的应用[J]. 福建教育学院学报, 2020, 21(09): 99-100.
- [10] 王平. 幼儿体育与幼儿的成长之路——浅谈体育活动对幼儿的发展[J]. 当代体育科技, 2019, 9(06): 220-221.