

幼儿园自主游戏对幼儿身心发展的影响研究

格桑旺久

日喀则市第三幼儿园

摘要：自主游戏是指幼儿在较为自由的条件下，按照自己兴趣爱好，自主进行游戏，或与同伴进行互动的过程。在当今快速发展的社会中，幼儿园教育扮演着至关重要的角色，它不仅是幼儿接受正规教育的起点，也是他们社交、情感和认知技能发展的关键时期。近年来，自主游戏作为一种教育方法，越来越受到幼师和家长的重视。自主游戏是让幼儿根据自己的兴趣选择活动，自行探索和学习的过程，这一过程强调幼儿的主动性和创造性。自主游戏被认为是幼儿发展中不可或缺的一部分，它不仅能够提升幼儿的身体协调能力和精细动作技能，还能够促进他们的社会交往能力、情感表达和认知发展。通过自主游戏，幼儿能够在安全的环境中尝试新事物，学会解决问题，并与同伴建立积极的互动。

关键词：幼儿园；自主游戏；幼儿身心发展

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.07.105

引言

幼儿园自主游戏对幼儿的身心发展有着积极的影响，它是幼儿学习和成长过程中的一个重要环节。幼儿园自主游戏是培养幼儿合作、自控力、记忆力、解决问题、创造力和学习能力的重要手段。在这个过程中，孩子们不仅能够自由地表达自己的想法和情感，还能在互动中学习到如何与他人共处，以及如何自我调节和解决问题。通过与同伴一起游戏，幼儿可以学习如何与他人交流、合作和解决冲突，这对于他们的社交技能和情感发展至关重要。自主游戏让幼儿有机会自己做决定，自己管理自己的行为 and 情绪。幼儿园自主游戏为幼儿提供了一个安全、自由的环境，以探索、学习和成长。因此，家长和幼师应该鼓励和支持幼儿参与自主游戏，以促进他们的全面发展。

一、自主游戏的类型

（一）角色扮演游戏

角色扮演游戏为幼儿提供了一个模拟现实生活或虚构世界的安全环境，让他们能够自由地探索和表达自己的想法。孩子们穿戴特定的服装、使用道具以及与其他孩子进行互动来共同参与到游戏中。通过角色扮演，幼儿能够学习到社会规则、行为准则以及不同角色之间的互动方式。当孩子们扮演家庭角色时，他们会模仿父母或兄弟姐妹的行为，从而学习到家庭成员之间的相互关怀和支持。角色扮演游戏还能够促进幼儿的情感发展，让他们有机会通过扮演不同角色来体验和表达各种情感。角色扮演游戏也是提升幼儿语言能力的有效方式之一。在游戏过程中，孩子们需要使用语言来交流想法、制定规则和解决冲突，这些活动都有助于提高他们的语言表达和沟通能力。通过与他人的互动，幼儿可以学习到新词汇、掌握语言结构，并在实践中加深对语言的理

解。角色扮演游戏不仅丰富了幼儿的想象力和创造力，也为他们提供了学习社会交往、情感表达和语言沟通的宝贵机会。

（二）建构游戏

建构游戏是指幼儿使用各种建构材料（如积木、拼图、连结玩具等）进行的创造性活动，这类游戏不仅能够激发幼儿的想象力和创造力，还能够无形中培养他们的空间感知能力、逻辑思维能力和问题解决技巧。通过建构游戏，孩子们能够学习到基本的数学概念，如形状、大小、排序和计数，这对于他们未来的数学学习奠定了基础。在建构游戏过程中，幼儿还需要操作各种小型物品，这有助于发展他们的精细动作技能和手眼协调能力。拼插积木时需要精准的手指控制和空间判断，这些活动对于幼儿手部肌肉的发展至关重要。建构游戏还鼓励幼儿进行决策，他们需要思考如何搭建积木使之既稳固又美观，这种思考过程对于培养孩子的批判性思维 and 创新能力非常有益。建构游戏还提供了合作与社交的机会。在共同建设一个项目时，幼儿需要与同伴沟通、分享想法和材料，以及解决合作过程中出现的问题。这种互动有助于孩子们学习团队合作的重要性，提高他们的社交技能和情感智力。

（三）探索活动

探索活动鼓励幼儿利用他们的感官去观察、触摸、听听、闻闻甚至尝尝周围的世界，从而获得关于自然和物理世界的第一手经验。通过探索活动，幼儿可以对环境中的各种物质和现象产生好奇心，并通过各种行为动作来满足这种好奇心，如通过搭建沙堡了解物体的稳定性，或通过混合颜色了解颜色变化的原理。探索活动能够极大地促进幼儿的科学思维和问题解决能力。探索活动还有助于幼儿的感官发展。通过触摸不同质地的物

品、听不同的声音、观察不同的色彩和形状，幼儿的视觉、听觉和触觉等感官得到了丰富的刺激和训练。这种感官经验对于幼儿大脑的发展极为重要，有助于提高他们的观察能力和注意力。探索活动还鼓励幼儿的自主性和创新精神。在一个开放且鼓励探索的环境中，幼儿能够自由地选择探索的对象和方式，这种自由度能够激发幼儿的创造力和独立思考能力。通过探索，幼儿能够学习到如何自我引导和调整学习过程，这对于培养终身学习的能力至关重要。

（四）音乐与舞蹈

音乐与舞蹈活动通过唱歌、跳舞、演奏乐器等形式，为幼儿提供了一种动感的艺术体验，这类活动不仅能够丰富幼儿的感官体验，还能促进他们的身体发展、情感表达和社会技能。音乐和舞蹈能够帮助幼儿发展节奏感和音乐感知能力，通过团体活动加强团队协作和社交互动。参与音乐与舞蹈活动还能显著提高幼儿的听觉敏锐度和音乐鉴赏能力。音乐与舞蹈作为一种情感表达的手段，对于幼儿的情感健康具有重要的积极作用。孩子们可以通过音乐和舞蹈自由地表达自己的情绪和感受，这有助于他们建立健康的情感表达。

二、幼儿园自主游戏对幼儿身心发展的影响

（一）对身体发展的影响

幼儿在参与自主游戏时，通过各种活动，如跑跳、攀爬、抛接球等，幼儿的大肌肉群得到锻炼，这对于他们的整体身体协调性和力量发展是必不可少的。参与细致的活动，如拼图、绘画和使用小型玩具等，能够促进幼儿的精细动作技能，这些技能对于幼儿的日常生活自理能力和学前学习准备非常重要。自主游戏中幼儿可以进行户外活动，这不仅有助于他们吸收天然维生素D、增强免疫系统，还能够提高他们的身体活力和耐力。户外游戏让幼儿有机会与自然环境互动，丰富了他们的身体经验，也加深了他们对环境的认识和尊重。除了促进身体健康，自主游戏还有助于幼儿发展良好的运动习惯和积极的生活态度。参与各种运动游戏，幼儿学会了如何设定目标、面对挑战以及享受运动带来的乐趣。这种积极的生活态度不仅对幼儿当前的身体发展有益，也为他们长期保持身体健康奠定了基础。运动可以减少焦虑和抑郁，增强自尊和自信。在游戏中，幼儿通过达成小目标和克服游戏挑战，体验成功和成就感，这对于建立他们的自信心和自我价值观非常重要。自主游戏在促进幼儿身体发展方面扮演着多重角色，不仅包括肌肉的发展和身体协调性的提高，还涉及心理健康和积极生活习惯的培养。通过提供多样化的自主游戏机会，我们可以

帮助幼儿建立强健的体魄，同时培养他们对生活的积极态度和自我照顾的能力。

（二）对幼儿认知发展的影响

自主游戏在幼儿认知发展方面的作用是多方面的，从促进逻辑思维和解决问题的能力，到发展记忆和注意力，再到激发创造力和想象力，每一个方面都对幼儿未来的学习和生活能力都会产生深远影响。在自主游戏中，幼儿运用逻辑思维和批判性思维来寻找解决方案。在建构游戏中，孩子们需要思考如何平衡不同的积木以防止结构倒塌，这要求他们运用空间感知能力和因果推理，这种思考过程促进了幼儿的问题解决能力。在自主游戏活动中，幼儿需要记住游戏规则、同伴的喜好以及自己的游戏经历，这种记忆的练习有助于提高他们的短期和长期记忆能力。为了成功参与游戏，幼儿需要集中注意力在特定的任务上，这可以提高他们的注意力和自我调节能力。自主游戏为幼儿提供了一个无限的创意空间，孩子们可以通过想象来创建一个属于自己的游戏世界。无论是在角色扮演游戏中创造虚构角色，还是在艺术活动中自由表达自己的想法，这些活动都激发了幼儿的创造力和想象力。

（三）对幼儿情感与社会发展的影响

自主游戏不仅对幼儿的身体和认知发展至关重要，它也在幼儿的情感发展方面扮演着重要的角色。通过自主游戏，幼儿能够在安全的环境中探索自我表达的方式，学习社交技能，以及发展同理心和情感智力。自主游戏提供了一个自然的环境，让幼儿能够自由地表达自己的情感和感受。无论是通过艺术创作表达内心的世界，还是通过角色扮演游戏体验不同情感，这些活动都帮助幼儿学习如何识别和表达自己的情感。通过游戏中的互动，幼儿也学习到了如何调节自己的情绪，比如在失望或挫败时找到重新参与游戏的动力，这对于幼儿发展成熟的情感调节能力至关重要。在自主游戏中，幼儿与同伴之间的互动是发展社交技能的重要途径。通过共同游戏，孩子们学会了分享、协商以及解决冲突，这些技能对于他们未来的人际关系和团队合作能力的建立非常重要。在自主游戏中，幼儿可以根据自己的兴趣和和能力选择一个或多个小组，在游戏中相互帮助、共同进步，实现自我发展。通过与不同背景和性格的同伴互动，幼儿能够学习到如何在多样化的社会环境中建立友谊和相互理解。自主游戏在幼儿情感和社会发展中发挥着不可替代的作用。它不仅帮助幼儿学习有效的情感表达和调节方法，还培养了他们的社交技能、团队合作能力、同理心和情感智力。通过参与自主游戏，幼儿能够

在互相尊重和理解的基础上，建立积极的人际关系，发展成为情感成熟、社会适应能力强的个体。

（四）对幼儿语言发展的影响

在自主游戏中，幼儿不仅有机会增加词汇量，还能够实际情境中练习语言交流，理解和运用复杂的语言结构，从而促进了语言理解和表达能力的全面发展。自主游戏中丰富多样的游戏环境为幼儿提供了学习新词汇的场景。无论是探索自然环境、参与角色扮演游戏还是通过艺术创作表达自己，这些活动都能激发孩子们的好奇心，这些好奇心驱使他们学习描述他们所见的新词汇。这种在语境中学习语言的方式比单纯的记忆学习更为有效，因为它帮助幼儿将新词汇与具体的经验和情境联系起来，从而更容易记忆和理解。在自主游戏中，幼儿需要与同伴沟通和协作，解决游戏过程中遇到的问题。这不仅促进了他们的语言表达能力，还提高了他们的倾听和理解他人言语的能力。通过这些互动，幼儿学习如何使用礼貌用语、如何交谈以及如何有效地使用语言来表达自己的需求和想法。这些技能对于幼儿日后在学校和社会中的交流至关重要。

三、幼儿园如何推进幼儿的自主游戏

幼儿园可以为教师提供定期的专业发展培训，重点介绍自主游戏的理论基础、实施方法和对幼儿发展的积极影响。通过研讨会、工作坊和在线课程，教育工作者可以更新他们的知识库，学习新的幼儿自主游戏策略，从而更有效地支持幼儿的自主游戏。幼儿园还可以定期举办家长教育会议，通过案例研究、幼儿游戏观察记录和研究成果分享，帮助家长理解自主游戏在促进幼儿发展方面的重要作用。这可以帮助家长看到自主游戏的价值，认识到它在培养幼儿创造力、社交技能和解决问题的能力等方面的重要性。幼儿园和老师还需要鼓励家长参与学校的自主游戏活动，如游戏日、家长志愿者项目或家庭作业项目，让家长亲身体验自主游戏的过程和价值。这种直接参与不仅加深了家长对自主游戏的理解，也加强了家庭与学校之间的联系。幼儿园可以与当地图书馆、博物馆、艺术中心和社区组织合作，举办联合活动或项目，为幼儿提供更多的学习资源和体验。幼儿园老师需要观察幼儿在游戏中的互动和选择来理解他们的兴趣、需求和发展水平。并且提供适当的帮助，帮助幼儿克服游戏中遇到的难题或扩展他们的游戏体验。教师需要通过适当的问题提问和引导，鼓励幼儿独立思考和解决问题，而不是直接给出答案。教师在设计游戏时，应考虑到幼儿的身体能力和发展水平。使用适龄的游戏材料，确保所有游戏区域都易于监督，同时提供足够的

探索空间。

结论

自主游戏不仅促进了幼儿的身体健康、认知能力、情感表达和社交技能，还对他们的语言发展提供了重要支持。通过自主游戏，幼儿能够在探索、创造和社交的过程中学习。自主游戏是幼儿教育中不可或缺的一部分，对幼儿全面发展至关重要。在自主游戏活动中，幼儿既能进行自主活动，又能得到教师的有效指导。对大多数幼儿来说，自主游戏是一种更自由的学习方式，在自主游戏中幼儿可以获得更多的学习经验。自主游戏是为了培养幼儿全面发展的素质能力而实施的教学活动。教师可以根据实际情况制定不同类型、不同层次的目标，促进幼儿全面发展。

参考文献

- [1] 秦旭芳, 张洁, 林玉. 由“知”到“行”: 教师支持幼儿提升计划能力的行动研究——以户外自主游戏为背景[J]. 宁波教育学院学报, 2022(04).
- [2] 普布卓玛. 幼儿园自主游戏对幼儿身心发展的影响研究[J]. 电脑校园, 2021(10): 8532-8534.
- [3] 陈碧芳. 幼儿园组织开展安吉游戏的策略研究[J]. 新课程研究, 2023(18): 96-98.
- [4] 兰萌. 基于幼儿开放性自主游戏活动教师有效介入研究[J]. 内江科技, 2022, 43(6): 146-147.
- [5] 蔡明黎. 幼儿园户外自主游戏中教师指导的实践现状与策略研究[J]. 教师, 2023(17): 93-95.
- [6] 万惠京. 基于农村幼儿园户外空间优化促进幼儿自主晨间游戏效果[J]. 新课程研究(下旬), 2022(10): 82-84.
- [7] 冯娟. 幼儿园开展户外混龄自主游戏策略初探[J]. 国家通用语言文字教学与研究, 2022(6): 155-157.
- [8] 鞠艳. 基于安吉游戏的幼儿园游戏活动开展策略探究[J]. 教师, 2022(36): 66-68.
- [9] 李云华. 幼儿园开放型自主游戏中幼儿深度学习的有效引导对策探究[J]. 考试周刊, 2022(31): 149-154.
- [10] 张晓晓. 课程游戏化与游戏课程化——陈鹤琴幼儿游戏观探新[J]. 鹿城学刊, 2022, 34(3): 80-83.
- [11] 刘涛涛. 幼儿园区域游戏在提升幼儿自主性中的应用[J]. 课堂内外(小学教研), 2022(8): 153-154.