

# 浅谈户外集体游戏活动中中班幼儿自护能力的培养

杨海燕

忻州市忻府区幼儿园

**摘要：**组织幼儿户外集体游戏活动过程中，针对户外集体游戏中常见的安全隐患，我们从教师、幼儿、家园三方面提出了幼儿自护能力提升的创新策略，从而使幼儿能够自如应对各类风险，促进幼儿德智体美劳全面发展。

**关键词：**户外集体游戏；自护能力；守秩序；要勇敢；常专注；看分明

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.01.029

## 引言

《幼儿园教育指导纲要（试行）》中明确规定：幼儿园要开展多种有趣的体育活动，特别是户外的、大自然的活动，培养幼儿积极参加体育锻炼的积极性，并提高其对环境的适应能力。组织幼儿的户外游戏活动过程中，教师要考虑幼儿的年龄特点，选择适当的游戏活动类型，提升幼儿的自护能力。

户外集体活动，是指在户外环境中展开的有组织的集体活动。在幼儿园的一日活动中，体育运动、娱乐游戏等户外集体活动，具有较强的育儿价值，能够通过集体活动的方式，促成幼儿能力的加速发展。户外集体游戏活动在性质上大多属于规则游戏。这些游戏一方面是代代相传的民间游戏，另一方面是教师的创编。

户外集体游戏活动对幼儿来说有着很重要的意义。户外集体游戏活动可以促进幼儿有利于幼儿身体运动能力的发展，幼儿积极地跳跃、攀爬等，不仅发展了体能，而且也锻炼了运动技巧；户外集体游戏活动可以促进幼儿的认知活动，在玩“小青蛙跳荷叶”游戏中，幼儿必须考虑和发现怎样放荷叶才能使同伴又能跳进去又能获胜，并不断调整自己的动作。接力赛为幼儿提高了；户外集体游戏活动可以促进幼儿的社会性发展，幼儿在闯关游戏中，幼儿发现闯完一关才能去下一关，不能想去哪个项目就去哪个项目玩，分组进行闯关游戏，可以增进幼儿的集体归属意识和对集体的责任感。总之，户外集体游戏活动能促进幼儿身心各方面的发展。

自护能力，是指自我保护的能力。在幼儿成长的过程中，需要学会与他人、与环境、与外部事物进行和谐相处，学会在复杂的户外活动中保护自己，这种能力对于其学习和成长，有着非常重要的意义。

针对幼儿园户外集体游戏中常见的安全隐患，我们从教师、幼儿、家园三方面提出了幼儿自护能力提升的创新策略，从而使幼儿能够自如应对各类风险，促进幼儿德智体美劳全面发展。

基于户外集体游戏中常见的“慌乱隐患、懈怠隐患、攻击隐患、环境隐患”，我们从幼儿方面提出“守秩序、要勇敢、常专注、看分明”的自护能力提升模式。这四步提升模式的内涵，主要包括：

### 一、守秩序，协作自护

在户外集体游戏活动中，幼儿应当主动遵守秩序，并联合守秩序的同伴组成自护团体。在遭遇突发的混乱威胁时，可以通过集体力量来提高自护水平，有效避免混乱隐患产生的负面影响，并在持续的协助中，建立起自护信心，实现自护能力的初步提升。例如：中班幼儿在《篮球一物多玩》游戏中，幼儿绕障碍运球，孩子们要遵守游戏规则，遵守秩序，先让一位幼儿出发，手拍篮球绕障碍走，走到最前面把球运到球筐里，跑回，下一位幼儿再出发绕障碍运球，依次运球，直至所有幼儿全部运完球，小组幼儿一起组成自护团体。如果幼儿不遵守秩序，自由运球，在慌乱中容易出安全事故。

### 二、要勇敢，求助自护

在户外集体游戏活动中，面对意外的事件、他人的攻击或潜在的威胁时，应做到不害怕，主动向同伴求助，向老师求助，用大声而清晰的求助话语，来提高自身的自护能力，有效杜绝各类攻击隐患的威胁和侵害。例如：中班幼儿在户外集体游戏《过轮胎》时，幼儿有序一位幼儿过轮胎回来后另一位幼儿再过，如果旁边其他班幼儿正骑自行车碰到本班幼儿，幼儿面对意外事件，不要害怕，第一时间调整位置或者主动向老师、同伴求助，从而提高自身自护能力，保护好自己。

### 三、常专注，自主自护

幼儿在参与各类户外集体活动时，必须要提高警惕心，要保持较高的专注度，听从教师的安排，遵守活动的秩序，从而做到自主自护，不会因为懈怠、走神儿而陷入到危机之中。例如：幼儿在双手拍篮球向前走时，要专注看篮球、看前方，不要边往前走，眼睛边看其他方向，关注其他班孩子玩的项目，走神儿而陷入到危险之中。

### 四、看分明，用心自护

幼儿应结合防灾演练、防灾学习、安全教育课程的相关内容，掌握观察环境，发现风险的具体做法。在幼儿园户外集体游戏活动时，要基于自己所学，用心去观察，用心去分辨，用心去思考，及时发现隐患，主动杜绝隐患，做到自我防护。例如：幼儿在户外集体游戏《运乒乓球走》时，幼儿出了眼睛专注看着乒乓球，不要掉下去，眼睛看着前方走，如遇天空突下大雨，第一时间跑回室内，跑的过程中，要看分明，用心自护，保护好自己。

通过对幼儿自主防护能力的深度感知，将不断提高幼儿自护能力，使之适应各类集体游戏活动，自如应对各类活动风险。在幼儿园丰富多样的户外集体游戏活动中，在自主提升的过程中，幼儿享受快乐安全的愉悦体验的同时实现自身发展高度的稳步向上。

教师可以从以下几方面，培养幼儿的自护能力：

（一）选择适合中班幼儿的户外游戏活动，提升安全意识

中班幼儿身体动作的发展比小班幼儿有了较明显的进步，已能很好地控制自己的身体运动，走路时步幅稳定，上下肢动作协调，有初步的节奏感，能够跟着信号的节拍走。跑步动作较自然、轻松，步幅较小，长度和速度超过小班幼儿。

在户外集体游戏活动过程中，教师需要了解中班幼儿身体动作发展的特点和适合中班幼儿的户外游戏，是组织中班幼儿户外游戏活动的前提，给予科学合理的建议，培养幼儿的正确集体游戏活动行为及意识，引导幼儿积极主动地参与到户外集体游戏活动中，从而提高幼儿自护能力。例如：在组织中班幼儿户外游戏《大雨小雨》中，在整个户外游戏中，播放歌谣或音乐，幼儿听着音乐中的歌词做动作，听到唱下大雨，幼儿相互合作在一起避雨，听到唱下雨，幼儿用小手挡雨，一个跟着一个去避雨。在户外集体游戏活动中，提醒幼儿必须要提高警惕心，要保持较高的专注度，仔细听音乐中的歌词，遵守活动的秩序，从而做到自主自护，不会因为懈怠、走神儿而陷入到危机之中。教师在实践中重点加强幼儿安全教育，让幼儿可以从思想上改变安全意识，以此来帮助幼儿从根本上解决问题。

（二）创设一个富有童趣、安全、多样的户外游戏活动环境

户外游戏活动环境的安全是户外游戏活动安全的前

提。为确保幼儿拥有一个良好的户外集体游戏活动环境，对于一些不必要的物品要及时进行清理整理，确保幼儿户外集体活动的安全性。对于园内的户外集体活动设施、器材等相关物品应当充分结合幼儿的实际情况进行定点定位的摆放和设置，并引导幼儿在使用时要遵守秩序，同时对于园区内的一些器材旁边应当张贴相关的器材标志，引导幼儿了解这些标识的含义，在遭遇突发的混乱威胁时，可以通过集体力量来提高自护水平，有效避免混乱隐患产生的影响。例如：我园在户外环境由集体活动区、大型组合器械设备区、钻爬平衡区、种植养殖区、建构区和绿地等区域构成。集体活动区靠墙一边有小火车器械的收纳，在小火车上张贴对应的标识，提醒幼儿里面有哪些器械，旁边并张贴安全标记，打开小火车柜门，里面每层木板上张贴对应标识，再一次提醒幼儿收纳时具体摆放位置。积木收纳小火车打开后，每层上面贴好具体积木名称，基本块、小方块、双倍块、小方柱、大方柱、圆柱体、罗马拱形、小半圆、大半圆、四分之一圆、小三角、大弯曲、小弯曲、Y形转接块等，幼儿根据标识正确取放积木，给幼儿提供一个安全、整齐的户外环境。在西南角区设置钻爬平衡区，用高低不同的树桩构成梅花桩等，旁边放置一根树干作为幼儿练习平衡的平衡木，在户外集体游戏活动时，幼儿非常喜欢在梅花桩上走来走去，幼儿有秩序的集体游戏，在安全的游戏中发展幼儿的体能。

（三）加强幼儿在户外集体游戏中的秩序管理

在幼儿户外集体游戏活动中加强幼儿安全教育，让幼儿充分掌握相关活动器材的正确使用方法，有效加强幼儿户外集体游戏活动秩序管理，防患于未然。在幼儿园户外集体游戏活动秩序管理过程中，通过结合幼儿户外集体游戏活动中的各个环节，制定选择幼儿喜欢的标记图和流程图，促使教师和幼儿的规范行为成为习惯，逐步实现教师和幼儿的自我管理，全面性提高幼儿的自主自护能力。

（四）加强发现风险教育，强化安全意识。

我园充分利用园区内资源，立足于园区安全环境建设需求，结合防灾演练、防灾学习、安全教育课程的相关内容，让幼儿掌握观察环境和发现风险的具体做法。例如：着火了怎么办？教师组织幼儿观看课件，分组讨论，发现着火了我们的具体做法，哪些是正确的，哪些是不正确的，也可以进行情境表演，在游戏中懂得遇到火灾该怎样做，从而保护自己。在参与幼儿园户外集体

游戏活动时，要基于自己所学，用心去观察，用心去分辨，用心去思考，及时发现隐患，主动杜绝隐患，以此强化安全意识。

#### （五）安全自护意识培养

教师和幼儿之间要进行沟通和合作，共同参与到安全自护意识培养之中。例如：通过“我是小小安全员”的活动开展，教师可以带领幼儿在开展户外集体游戏活动之前，对场地、器材等方面进行重点安全隐患排查，如发现问题，一起讨论如何解决，幼儿真正地认识到安全的重要性，同时也提高了幼儿参与活动的积极性和主动性。再如，在户外集体游戏活动中，面对意外的事件时，引导幼儿勇敢一点，向同伴、老师求助，用大声而清晰的求助话语，来提高自身的自护能力，有效杜绝各类隐患的威胁和侵害。

#### （六）提高教师的业务能力

在集体教研、课题开展过程中，一起分享户外集体游戏活动中优秀案例，提高幼儿的自护能力，积累更多的成功经验和策略并推广，从而进一步提高教师的业务水平、管理水平，使之在专注于安全育儿的实践上，为开展该领域的创新改革，奠定坚实的基础。

家长基于幼儿的实际情况和认知发展特点，家园一致，家长可以从以下几方面培养幼儿的自护能力：

##### 1. 安全规则的培养

在家中，家长除了要为孩子创设安全的生活环境，提供安全措施外，还需要在孩子活动之前，给孩子做好必要的安全规则的培养。例如：哪些地方孩子手能碰，哪些地方孩子手不能碰，哪些地方安全，哪些地方容易受伤，这些都需要与幼儿一起制作安全标志并张贴在附近，家长与幼儿一起相互交流安全规则。因为很多时候，我们没办法做到绝对的安全。例如：孩子在家里因喝烫的水烫伤了，我们当然可以尽可能做到水不要很烫。但我们没法要求外面的环境和家里一样安全。因此，如果杯子里如有很烫的水，家长除了里面倒上凉开水之外，还需要花些心思和时间教会孩子如何自己判断水烫不烫。

##### 2. 生活中的安全教育

外出时，提醒幼儿要紧跟成人，和爸爸妈妈手牵手，不跟陌生人走，不吃陌生人给的东西，不要陌生人任何东西；不在汽车后面和公路上玩耍；和爸爸妈妈一起要遵守交通规则等。帮助幼儿了解周围环境中不安全的事物，不做危险的事。如不动热水壶，不玩打火机，

不触碰电源插座，不攀爬窗户或阳台，不玩药箱等。帮助幼儿认识常见的安全标识，如：小心触电、小心有毒、禁止下河游泳、紧急出口等。告诉幼儿不允许别人触摸自己的隐私部位。同时，教幼儿一些“安全小常识”。运动小常识，运动时，穿什么衣服、什么鞋、舒服又安全？穿戴哪些物品会造成安全隐患？运动前做什么？运动后如何做？

##### 3. 简单的自救和求救的方法

保护幼儿的关键就是引导幼儿形成自我保护的意识。例如：幼儿能记住爸爸妈妈的手机号，家庭的住址，一旦走失时知道向保安或警察叔叔求助，并能提供必要信息。遇到火灾或其他紧急情况时，知道要拨打110、120、119等求救电话。通过多媒体和幼儿进行逃生和求救方面的学习，并运用游戏方式模拟练习。教师通过不同形式向幼儿渗透自我保护的常识，亲子之间一起玩“NAP”游戏（N是指名字，A是指家庭地址，P是指电话号码），让幼儿说出自己的名字、家庭地址和家长电话，引导幼儿在发生紧急情况时打报警电话，学会回答“什么紧急情况？”“名字叫什么？具体地址？”等问题。

##### 4. 幼儿每天坚持户外活动

孩子天性好动，但出于安全考虑，部分家长常常会对孩子的活动范围加以限制。有些家长认为“少活动，少出事”，留在家里才是最安全的。但安全教育不是躲出来的，“圈养”未必就能换来安全。幼儿只有在日常的生活和游戏中有机会意识到危险的存在，才能学会避免危险，提高自护能力。

安全无小事，家园须重视。幼儿园和家庭在给幼儿创造安全健康的生活和学习环境的同时，更需要教会幼儿如何保护自己。家园配合，幼儿充分了解危险的本质，有效掌握自我保护技巧，形成正确的安全意识。

#### 参考文献

- [1] 张亚妮. 幼儿游戏理论与实践. 陕西师范大学出版社, 2018.
- [2] 教育部基础教育司组织编写. 幼儿园教育指导纲要(试行)解读. 江苏教育出版社出版2003, 30-36.
- [3] 刘焱. 幼儿园游戏与指导. 高等教育出版社, 2012.

作者简介：杨海燕，1984年12月，女，汉族，籍贯：山西省忻州市，学历：大学本科，职务职称：山西省中小学一级教师，研究方向：幼儿教育。