

浅谈民间体育游戏对幼儿的影响

余琴

西双版纳州机关幼儿园

摘要：《3-6岁儿童学习发展指南》健康领域目标提出“健康是指人在身体、心理和社会适应方面的良好状态”，动作发展的目标中指出幼儿“具有一定的平衡能力，动作协调、灵敏；具有一定的力量和耐力。”教育建议：利用多种活动发展身体平衡和协调能力；发展幼儿动作的协调性和灵活性。随着社会的发展，越来越多的人关注幼儿期对个体全面发展的重要性。在这一背景下，民间体育游戏作为一种具有丰富文化底蕴的活动，对幼儿成长产生了深远的影响。本文将从促进体能发展、认知发展、社交发展以及有助于儿童时期良好品格的形成四个方面探讨民间体育游戏对幼儿的积极影响，并着重强调其在培养幼儿良好品格方面的重要作用。通过深入分析这些方面的影响，有助于我们更全面地认识和理解幼儿时期参与民间体育游戏的重要性。

关键词：民间体育游戏；幼儿；影响

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.04.243

民间体育游戏，作为一种源远流长的文化传统，自古以来就在各个民族和地区广泛流传。它们不仅具有丰富的文化内涵，还对幼儿的身心发展产生着深远的影响。随着各种电子产品的兴起以及经济水平的增长，幼儿的健康引起我们的关注，而民间体育游戏在幼儿教育中的地位日益凸显，成为幼儿健康成长的重要保障。近年来，国家和地方政府高度重视幼儿体育事业的发展，出台了一系列政策措施，如《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》《幼儿园工作规程》《3-6岁儿童学习发展指南》等，均提出要加强幼儿园体育工作，这些政策的出台，为民间体育游戏在幼儿园教育中的普及和发展提供了有力的支持。

一、促进幼儿体能发展

促进幼儿体能发展是民间体育游戏所具备的显著特征之一，其积极影响在幼儿健康和发育的多个方面得到体现。通过有计划的体育活动，幼儿得以进行全身性的运动，不仅有助于维持身体健康，还能够有效促进骨骼和肌肉系统的健康发育。这一点尤其重要，因为在幼儿时期，骨骼和肌肉的发展对幼儿的整体生长非常关键。在游戏中，幼儿需要运用各种运动技能，如跑步、跳跃、投掷等，这不仅仅是简单的体育活动，更是有针对性地锻炼了幼儿的协调能力和运动控制技能。通过这些运动，幼儿不仅能够培养身体各部分协调工作的能力，还能够提高对身体运动的精准控制，为未来更复杂的运动技能打下坚实基础。

例如，通过“20米滚铁环迎面接力”比赛，我们见证了民间体育游戏对幼儿体能的积极促进。这项活动旨

在培养集体荣誉感、锻炼平衡和持物跑能力。本游戏以班级为单位，幼儿分为两列迎面站立，每列包含10名幼儿和1名教师。比赛开始时，裁判员发令，第一名幼儿（1号）快速滚动铁环出发，迅速跑至对面，将铁环交给相对应方。接力进行，直至最后一名教师跑过终点线，标志着比赛结束。在比赛中，幼儿迅速奔跑、灵活滚动铁环，既锻炼了全身协调，又促进了肌肉和骨骼的健康发育。比赛规则强调班级合作，每个幼儿扮演独特角色，迅速传递铁环，培养了团队协作和信任。持物跑的技能挑战加强了对铁环的掌握，提高了协调性。这样有趣而专业的体育游戏，使幼儿在欢笑中培养了集体责任感，增强了身体控制力，为全面发展奠定了基础。

二、促进幼儿认知发展

参与民间体育游戏不仅仅是对身体的锻炼，更是对幼儿认知发展的有益刺激。在游戏中，幼儿需要保持高度的注意力和集中力，以适应快速变化的环境和规则。这种活动有助于培养他们的学习能力和专注力，提高在学习环境中的表现。同时，体育游戏对幼儿的认知发展有着深远的影响，尤其是在空间感知和方向理解方面。通过参与游戏，幼儿需要不断调整自己的位置、判断目标位置，培养了对空间的感知能力。

例如，通过“15米跳房子”比赛，我们深刻见证了民间体育游戏对幼儿认知发展的积极促进。该比赛旨在培养集体荣誉感、锻炼幼儿跑跳转换能力，强调了游戏在认知发展中的独特作用。在比赛中，幼儿需要观察并判断跳跃的目标位置是单脚还是双脚，一部分跳房子的格子排布要求幼儿通过双脚跳跃完成，培养了幼儿的跑

跳转换能力，强调了对动作与规则的准确把握。此外，比赛规则设计中，每位幼儿需要快速跑至跳房子起点，按格子顺序完成跳跃，再迅速跑至终点，与对面的幼儿击掌，凸显了游戏中对注意力和集中力的要求，有助于培养幼儿学习和专注的能力。

三、促进幼儿社交发展

参与游戏往往要求幼儿与同龄伙伴密切合作，共同完成任务，从而培养了团队协作和沟通技能。在集体比赛中，幼儿共同追求胜利，建立了共同目标感，促使他们培养对集体荣誉的认同感。通过互动、分享和交流，他们学会了在团队中尊重他人意见、有效沟通，为社交能力的发展奠定了基础。以上文提到过的“20米滚铁环迎面接力”与“15米跳房子”为例，二者均是团体接力的游戏，幼儿们需要在比赛中进行互动与沟通，以达到良好的默契，节省不必要的时间，这一过程培养了幼儿对集体荣誉的认同感。同样地，在一些双人对战，或三五成群的游戏中也体现出了在社交能力方面的锻炼。

以“弹酸角籽”籽游戏为例，首先，在决定弹酸角籽顺序的过程中，引入了猜拳的元素。这一步骤不仅增加了游戏的趣味性，还促使幼儿们商议并共同制定猜拳的规则。幼儿可以通过互相协商，确定是采用“一局定胜负”还是“三局两胜”的规则，从而在游戏前就培养了合作和共识形成的能力。与此同时，游戏中的协商、轮流和等待的环节更是为幼儿的社交发展提供了丰富的经验。通过互相商议，轮流参与游戏，以及在等待自己的轮次时保持耐心，幼儿们不仅学到了如何与他人合作，还培养了分享和尊重的品质。通过与同伴的互动，幼儿在游戏中表现出愉悦的情绪，展现了自主性和主动性，为社交能力的全面发展奠定了坚实基础。

四、有助于儿童时期良好品格的形成

参与民间体育游戏有助于儿童时期良好品格的形成，这一过程涵盖了合作、竞争、坚持、团队协作等方面。在民间游戏比赛中，儿童“尊重规则、遵守裁判”是必备的基本素养。这种尊重规则的态度不仅培养了他们的公平竞争心态，更锤炼了遵纪守法的品质。他们学到了在游戏中遵循既定规则的重要性，为自己和他人创造了公平的竞争环境。而比赛总是有输有赢，通过经历胜利和失败的过程，儿童在游戏中学会了“接受结果”的平和态度，并培养了乐观、坚韧的心态。这样的体验

让他们明白，生活中不可避免地会有起伏和变化，正面而平和的态度有助于更好地面对一切。

例如，在“投竹标枪”的游戏中，幼儿在投掷竹标枪时需紧贴着“白线”进行动作，而一旦脚踏过白线，即便投掷的竹标枪准确进入靶洞，也不被计算在内。这不仅是对游戏的要求，更是在儿童心灵中播下守规矩、守纪守法的种子，为他们未来的品格发展奠定了坚实的基础。在比赛结束后，无论是获得太阳奖、月亮奖，还是星星奖，每个幼儿都有机会被认可，在潜移默化中培养幼儿情绪稳定，心态平和的良好习惯。

而在团体游戏比赛中，突显了幼儿不仅需要个人表现出色，更需要与同组幼儿进行沟通与合作，才能使整个组取得成功。即便一个幼儿跑得再快，若不与团队成员有效沟通并进行默契合作，整个组的成绩仍将无法达到最佳状态。这样的设计巧妙地传达给幼儿一个深刻的启示：个人的成功需要团队的支持。

五、民间体育游戏在幼儿教育中的应用措施

1、遵循幼儿的身心发展规律

在对幼儿进行民间体育游戏教学的过程中，教师需要对幼儿的身心发展规律有充分地了解，这样才能够在实际的教学过程中，根据幼儿的身心发展特点制定出科学合理的教学方案。例如：在对幼儿进行民间体育游戏教学时，教师首先需要做的就是为幼儿制定出一个合理科学的教学方案，让幼儿可以根据这个方案来开展自己的民间体育游戏学习活动。同时在对幼儿进行民间体育游戏教学时，教师还需要对幼儿所处年龄阶段进行全面了解，这样才能更好地开展教学工作。

2、保证民间体育游戏的安全

民间体育游戏具有浓厚的民族特色和地方特色，因此其在进行实际的应用过程中，一定要注意保证安全。首先，在进行民间体育游戏时，教师可以选择一些比较适合幼儿年龄特点的游戏项目，例如将幼儿分成若干小组，每个小组分别选择自己喜欢的项目进行民间体育游戏。这样不仅能够增强幼儿之间的合作意识和竞争意识，同时还能够促进幼儿之间的团结与合作。其次，在进行民间体育游戏时，教师要注意根据幼儿的年龄特点来选择一些具有危险系数较小的游戏项目，例如选择一些可以将幼儿置于高处或具有高度危险性的游戏项目。同时还要保证民间体育游戏的场地要平整，这样才能有

效地避免在进行民间体育游戏时出现安全事故。

3、因地制宜，选择适宜的游戏内容

在实际的民间体育游戏中，教师可以根据幼儿的年龄特点来选择合适的游戏内容。比如，在组织幼儿进行跳绳、踢毽子、踢沙包等游戏活动时，教师可以将这些民间体育游戏进行有机的组合，并将其有效地融入幼儿教学当中。例如，在开展“跳绳”的民间体育游戏时，教师可以将“跳绳”作为主线，同时在其中穿插“抢板凳”和“荡秋千”等活动。另外，教师还可以通过将一些民间体育游戏与幼儿生活紧密地结合起来，并让幼儿根据自身的情况来选择适宜自己的民间体育游戏，这样不仅可以让幼儿在快乐的环境中进行民间体育游戏活动，同时也能够让其在快乐的氛围中成长。另外，教师还可以将民间体育游戏与一些传统节日进行有效地结合起来。例如，教师可以将“春节”和“端午节”这两个传统节日融入民间体育游戏当中，并让幼儿通过“找红包”、“赛龙舟”等活动来感受我国传统节日的氛围。

4、组织民间体育游戏活动，培养幼儿的自主能力

民间体育游戏不仅能够促进幼儿的身体健康，同时也能够促进幼儿的身心健康发展，因此在实际的幼儿教育过程中教师应该对其进行组织，这样能够有效地培养幼儿的自主能力。例如在实际的民间体育游戏活动中，教师可以通过让幼儿自己进行游戏，然后再由教师进行引导和指导，这样不仅能够有效地培养幼儿的自主能力，同时也能够培养其创造性思维。例如在教学过程中教师可以让幼儿进行跳绳比赛，然后再让其自己选择跳绳的方法和技巧。这样不仅能够有效地激发幼儿的创造性思维，同时也能促进其身心健康发展。教师可以根据不同年龄阶段的幼儿提出不同的要求，然后由其自行选择游戏方式，这样不仅能够培养幼儿的创造性思维，同时也能够促进其健康成长。

5、组织民间体育游戏活动，发展幼儿的身体素质

民间体育游戏活动是一种趣味性较强的游戏，因此在实际的幼儿教育活动中，教师要善于创新，组织各种具有趣味性的民间体育游戏活动，从而吸引幼儿参与到民间体育游戏活动中来，从而促进幼儿身体素质的发展。例如，教师可以将一些幼儿喜欢的民间体育游戏活动引入到实际的教学当中，通过这种方式，不仅能够丰富幼儿的 lives 内容，同时也能培养幼儿对民间体育游戏

活动的兴趣。例如在组织“猴子捞月”游戏时，教师可以将其引入到实际的教学中来。首先教师可以让幼儿用脚踩在小凳子上，然后在小凳子上面放一块木板，最后教师利用自制的木棒将小凳子捞起来。在整个过程中，幼儿都需要用到脚和手，所以具有很强的趣味性。

6、引导幼儿进行民间体育游戏，丰富其情感体验

幼儿的情感体验是其重要的心理需求，因此教师在对幼儿进行民间体育游戏时，应该重视引导幼儿进行相应的情感体验，让幼儿在参与民间体育游戏的过程中，能够感受到民间体育游戏所蕴含的情感内涵，这样才能帮助幼儿更好地认识、了解自己所生活的这一地区。例如：教师可以将一些具有地方特色的民间体育游戏引入到幼儿园教学活动当中，在这一过程中，教师可以通过创设各种情境来激发幼儿参与民间体育游戏的兴趣，比如教师可以利用音乐来让幼儿进行相应的民间体育游戏，这样不仅能够让幼儿在感受民间体育游戏所蕴含的情感内涵时，更好地认识到自己所生活的这一地区。总之，在幼儿教育中引入民间体育游戏具有重要的意义，教师应该通过对民间体育游戏进行有效地应用，从而更好地促进幼儿身体健康和智力发展。

六、结束语

综合而言，民间体育游戏对幼儿产生着多方面的积极影响。从促进体能、认知发展，到塑造社交与品格，这些游戏为幼儿提供了丰富而多元的成长体验。通过参与游戏，幼儿在欢乐中培养了身体协调、学习专注的能力，同时在团队协作中锻炼了社交技能与良好品格。这一系列积极影响不仅为幼儿的身体健康奠定了基础，更为其全面发展奠定了坚实基础。因此，民间体育游戏既是一种娱乐方式，更是塑造幼儿积极人生态度的重要途径，为他们的未来奠定了健康、智慧与团队协作的基石。

参考文献

- [1]陈炎娜.浅谈民间体育游戏在幼儿园的开展[J].新课程,2021,(42):45.
- [2]蔡丽宇.浅谈幼儿园如何有效开展民间体育游戏[J].当代家庭教育,2021,(27):73-74.
- [3]朵才召.民间体育游戏在幼儿体育活动中对幼儿身心成长的影响[J].内蒙古教育,2019,(33):72-73.