

速并且牢固。

因此,学校必须提供足够的资金支撑,打造宽阔的运动场地,按区域规划篮球场、足球场、田径草坪等空间。此外,学校相关负责人必须严格根据国家安全标准选购篮球架、乒乓球台、足球拦网等专业性运动器材,并定期对以上场地和设施进行检修,为学生排查安全隐患,保障教学活动的顺利进行。

(3) 提高教师的素质素养

大学生虽然已经具备了良好的认知能力与操作能力,但在面对一些专业性的体育运动时,他们依旧需要教师给予相应指导。因此,提高教师的素质素养是高效推进教学的前提。

对此,高校应定期开展研讨会或教师对抗赛,加强教师间的沟通,不断向其传递终身体育理念,丰富教师的知识积累,提高其教学水平。教师也应与时俱进的转变自身思想观念,始终保持端正的教学态度和规范的运动方法,为学生树立良好的榜样形象。

(4) 合理设定教学目标

任何一项教学活动的有序推进都离不开合理的任务目标支撑,因此,学校和教师应联合设立科学、合理的课程目标,以强身健体为总目标设计课程,力求通过选修课与必修课结合的模式构建最优化的教学结构,达成最理想的教学效果。

例如,教师应要求每名学生都进行800米或1000米跑步练习,进行仰卧起坐等基础性训练,并定期以小测试检验他们的基本素质。同时,学校还可以开设瑜伽课、柔道课、拳击课等趣味选修课程,以此满足学生的不同发展需要。

(5) 融入自主性训练

教师应意识到一个问题,终身体育理念的践行需要学生具有主动锻炼的意识。因此,教师必须不断在教学过程中融入自主性训练,在潜移默化中帮助学生养成良好的主动运动习惯,鼓励他们积极锻炼并开发全新的运动方式。例如,学习可以设置“早操跑步打卡”的运动模式,对长期保持早起锻炼的学生给予相应奖励,激励他们主动参与到跑步中来。久而久之,跑步锻炼就会成为学生日常生活的一部分,这对于落实终身体育理念大有帮助。

结束语

总而言之,对现代人来说,建立终身体育理念是极其重要的,这种伴随我们一生的不间断运动可以保障我们的身体健康和心理健康。大学生即将步入社会当中,是推动社会进步的新鲜血液,甚至可以在一定程度上影响全民思想和社会体系结构。因此,高校应抓住这一开展集体教育活动的最后时期,将终身理念融合在教学活动当中,不断完善校园内运动设施,科学应用现代化的方式方法展开教学,促使学生主动参与到运动当中,提升他们的个人综合素质。

参考文献

[1]王勇.浅析终身体育思想下的大学体育教学改革[J].浙江工商职业技术学院学报,2017,16(04):89-91.

[2]章剑舞.终身体育理念下的大学体育教学改革策略[J].当代体育科技,2018,8(07):4-5.

[3]于振振.终身体育理念视域下高校体育教学改革探究[J].当代体育科技,2018,8(35):7+9.

论民间体育游戏在幼儿园活动中的开展策略

周密

(四川省遂宁市安居区磨溪幼儿园 四川 遂宁 629002)

【摘要】教师需要引导幼儿玩民间体育游戏时自觉遵守规则、角色分配、合作等。要提高幼儿学习兴趣,培养幼儿自信心,还需要教师适当的指导,让幼儿有规则的意识,创新能力、交往能力等。以表扬和鼓励为主,及时评价,培养幼儿主动玩游戏。幼儿玩民间游戏时,我们会为大多数游戏制定一定的规则。

【关键词】幼儿;民间体育游戏;内容丰富;形式多样;竞赛

记得我们的童年是在树荫下、草地上、小溪边玩耍度过的。和小伙伴们一起玩捉迷藏、跳房子、跳皮筋、梅花桩、抓特务等游戏。游戏中,我们学会了合作、包容和同伴分享,获得了记忆深处最珍贵的童年快乐体验。而现在的孩子们只能看电视、玩玩具。孩子们玩高科技的玩具后,民间体育游戏就被大家淡忘,这样带走了孩子之间的合作交流,同伴合作的快乐体验。在2016-2019年我园开展了系统的民间体育游戏教学,在开展民间体育的过程中发现:民间游戏种类繁多,形式多样,玩了后不容易忘记,不受时间、环境的限制,并且有着悠久的历史,身边年长的人都会,随时随地即可进行游戏,幼儿不光易懂、易学、易传,还深受他们的喜爱。教师需要引导幼儿玩民间体育游戏时自觉遵守规则、角色分配、合作等。要提高幼儿学习兴趣,培养幼儿自信心,还需要教师适当的指导,让幼儿有规则的意识,创新能力、交往能力等。

一、创设户外环境、激发幼儿自由参加游戏的兴趣

想让孩子们积极主动的玩民间游戏,需要培养孩子们的兴趣,都说兴趣是最好的老师,那就要创设良好的游戏情境。老师们要多观察幼儿,站在幼儿的角度思考他们的内心活动,根据游戏的需要和幼儿的年龄特点,对玩游戏的进行进行改造。我园户外绿树成荫,场地平坦,很适合孩子游戏、追逐。老师们充分利用身边自然资源,打造游戏环境和丰富材料:如在教室外的走廊上,花上“跳房子”的格子,彩色的“圆圈”等,幼儿在进教室前,会在那里跳一下,墙上挂着跳绳,投吧的器械,孩子们看到就会取下来玩上几次。此外,教师们让幼儿自行选择喜欢的器械,自行选择自己的好朋友一起玩要。既能增进幼儿之间的感情,也能培养孩子的合作能力。

二、根据幼儿年龄特点,选择合适的民间体育游戏

不同年龄阶段的幼儿,适宜的体育游戏也不相同。小班幼儿年龄小,思维活跃,性格开朗。简单易学的“拉大锯”“捕鱼”“躲猫猫”等情节丰富,趣味性强的游戏成为首选;适合中班开展的游戏有“跳房子”“老鹰捉小鸡”等动作难度相对较大的游戏活动;大班可以开展“抬轿子”“赛龙舟”“两人三足”等难度更高、合作性强、富有挑战性的游戏。多对幼儿进行鼓励,刚接触时,幼儿不敢跳绳,害怕绳子打着自己,教师们就先教幼儿练习跑空绳,就是绳子甩到空中时快速跑过去,同时让幼儿熟悉跑的路线和排队规则,当幼儿熟悉跑空绳后,再教幼儿跑

进后停留一下,绳落地轻轻跳过,然后连续跳。多试几次后,幼儿很快就学会了跳长绳。孩子们在克服困难,学会一新玩法时,他们都会很高兴,自信满满,并还想尝试新的民间游戏活动中。因此根据年龄特点选择民间体育游戏,才能使幼儿爱上游戏,乐于游戏。

三、以表扬和鼓励为主,及时评价,培养幼儿主动玩游戏

幼儿在玩民间游戏时,发现幼儿的学习兴趣跟孩子的的肢体发展相联系的,幼儿学得快,领悟能力高的,学什么都快,但孩子发展不可能一样,所以我们就得以多表扬和鼓励为主。如:我们班开展“推铁环”游戏,好多幼儿刚玩时,铁环总是要倒,或者不知道怎么转弯,我就让他们多练习,让他们不放弃,表扬坚持玩游戏的幼儿,对能掌握游戏技巧的幼儿奖励贴纸。再请做得好的幼儿当组长,指导同组的幼儿推铁环,完成的幼儿都奖励贴纸,所有幼儿都为他加油。幼儿看到别人都会玩了,而自己不会,就能积极参与游戏。在同伴加油下,孩子更胆大了,经过努力完成后得到鼓励,孩子更有自信心参加以后的游戏了。

四、竞赛活动的开展,培养幼儿的规则意识

幼儿玩民间游戏时,我们会为大多数游戏制定一定的规则。如:老鹰抓小鸡、丢手绢、跳圈圈等游戏,都要先给幼儿讲解或者示范玩游戏的规则。只有大家都共同遵守规则,才能愉快地完成游戏。而很多民间体育游戏本身就很有趣性,对幼儿产生诱惑性。对于破坏某些规则的孩子,就要惩罚他暂停游戏,这是为了更好的完成游戏,也站在安全角度考虑。如:幼儿玩“斗鸡”游戏时,我们的游戏规则是只能用腿把对方顶出去。但幼儿在实际玩游戏时,却经常会因急于求胜而犯规(用手或身体去顶)。为了使他们控制自己的过激行为,遵守规则,就是需要老师们思考。后来我们给幼儿分组,围成一个圈,选两组或者三组在圈内玩,观看的幼儿当评价者,大家一起来评价,这就促使幼儿遵守游戏的规则,使幼儿的规则意识得到巩固和扩大。

陈鹤琴先生说过:“儿童离不开生活,生活离不开健康教育。”在开展活动的过程中,我们惊喜地发现:民间体育游戏让幼儿变得自信、快乐、学会了合作,也架起了一座幼儿与家长的连心桥。只有幼儿体验到游戏的快乐了,才会让孩子有活泼开朗的性格,拥有健康的身体,才能更有效地学习,愿孩子们都健康快乐地成长。