

大班特色户外体育活动的发展与研究

何艳娥

陕西省延安市志丹县顺宁镇中心幼儿园 717500

【摘要】幼儿园体育活动主要指的是教师整合现有资源条件,基于对幼儿身心发展规律特点、认知发展需求的综合分析,有目的、有计划、有组织的开展体育活动的教育过程。希望能够以此来激发幼儿参与体育锻炼的兴趣,进行基本体育知识与技能的传授,为良好心理意志品质、社会适应能力培养创造良好条件,促进幼儿身体素质的全面提升。

【关键词】大班幼儿;特色户外体育活动;发展与研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.12.201

前言

活泼好动、爱玩是孩子的天性,尤其是户外体育游戏,大班幼儿的参与积极性普遍较高。教师应充分把握大班幼儿这一个性特点,整合各类资源,精心设计形式多样,内容编排更加新颖的户外体育活动。或者是为大班幼儿提供一定的自由空间,然后有目的有计划的引导幼儿探索更喜欢、适合自己的玩法,实现对各类体育器材的综合引用,以此来吸引更多幼儿全身心参与到特色户外体育活动当中,给其身心健康全面发展带来积极的促进作用。

一、丰富游戏活动内容层次

每一项体育活动都是围绕某一目标来设计组织的,通常都是对幼儿一种能力或是一种动作开展针对性训练,为了顺利落实各阶段教育培养目标,教师应引用更灵活多样的教学形式,以此来快速获得孩子们的关注。教材中的很多游戏活动,其内容大多都比较简单,且经常会出现重复的情况,未体现出从简到难的过程,不利于幼儿兴趣的激发与保持,也无法为幼儿身体素质循序渐进的提升提供保证,所以,在具体进行户外体育活动组织中,为了调动幼儿参与兴趣,增强活动效果,应对活动内容作出合理改进^[1]。

比如:以“打空罐”这一体育游戏活动为例,针对大班幼儿来讲,主要练习的是投掷的动作,加强手臂力量锻炼,提升动作灵活性,同时让幼儿在参与中逐渐养成遵守游戏规则的好习惯。但若只是让幼儿单纯的开展“打空罐”的活动,难以让孩子们整节课都保持着良好的学习状态。主要是因为大班幼儿的走、跑、跳,以及投掷、爬等各项能力都相对较强,大多都比较倾向于经济类、角色类的游戏活动。对此,为了增强活动趣味性、有效性,某教师就对活动做出了以下改编:将“打空罐”这一游戏放在热身练习这一环节,视为一个简单的小游戏,之后,又围绕“喜洋洋和灰太狼”的人物原型,设计了竞技类、复合型的户外体育游戏活动,在活动中,幼儿不仅要通过扮演“喜洋洋”的角色,保障投掷的规范性、准确性,还要通过跑“S”型来跑到投掷点,且不能违反游戏规则。这样既可以后体现出户外体育游戏活动的层次性,也能够快速引起更多幼儿的关注,增加活动趣味性,让孩子们在参与中始终保持着较高的热情,取得更理想的投掷能力锻炼效果。

二、注重细节引起幼儿注意

不论是对于哪一类型的户外体育活动来讲,要获得幼儿

的广泛关注,不仅要确保活动内容与幼儿年龄特征幸福,引用多样化的形式、展现出一定层次之外,还要加强对细节的关注,以此来全面激发幼儿参与热情。这里强调的细节,主要指的是道具、器械、服装等方面,对此,在具体进行户外体育游戏活动设计中,对于这些细节教师应给予充分重视,以此来取得事半功倍的效果^[2]。

大班开展的户外体育活动一般都是角色游戏类的,而对于幼儿来讲,角色游戏的吸引力本来就很大,在扮演不同角色中,幼儿能够明确自己的责任,以及自己能做的事情,同时也能够自觉的遵守游戏规则。因此,为了获得更多幼儿的关注,调动参与积极性,要帮助幼儿装扮自己要演的角色,以此来增强锻炼效果。

例如:以“我是小小宇航员”这一活动为例,主要让幼儿练习的是助跑、跨、跳的动作。同时,还要注重幼儿热爱科学、热爱祖国情感的激发。对此,某教师在正式开展这一活动之前,就请家长和小朋友们一起来准备活动需要的服装、道具。在活动开展时,小朋友们带来了游泳圈、手套、眼镜等。活动开展后,孩子们都积极主动地打扮了起来,且整个过程中,大家都玩的非常开心,在装扮好之后,各项动作的练习也都非常认真,不仅取得了理想的锻炼效果,还获得了各式各样的活动材料^[3]。

又如:以“我是消防员”为例,主要锻炼的是幼儿的攀爬能力。某教师在具体组织这一户外体育活动时,为幼儿准备了很多道具、器械。用几个轮胎磊高,然后上面搭上梯子,引用牛奶盒来进行物体墙面的制作,还指导大家引用塑料软管来进行水龙头的制作,将娃娃玩具、毛绒玩具视为等待救援的人员等等。而在整个活动开展中,幼儿们不仅积极参与,且都保持着高涨的情绪,救援过程中也能够相互配合,像消防员一样努力救人。大家在积极、认真参与过程中,既可以自然的完成攀爬、匍匐能力的锻炼,腹肌、四肢力量也会得到显著增强,更重要的是合作意识、团队精神也得到了科学培养。

三、做幼儿引导者与游戏伙伴

在户外体育游戏活动设计组织中,教师应尽可能从幼儿角度思考,通过对幼儿行动的细致观察来对幼儿内心想法做出深入了解,把握幼儿独特的感受方式,以此来为特色户外体育活动内容、形式的调整提供有力参考。同时,教师也要充分认识到,在活动中,自己并非只是引导者,还要成为富

有童心的游戏伙伴。特别是对于需要帮助的幼儿，教师要加强对鼓励，引导动作灵敏的幼儿来带动其他幼儿，又或是以同伴的身份陪伴幼儿一起参与各类体育游戏活动，把握契机加强对活动指导^[4]。

比如：以“我会跨栏”为例，在组织这一体育活动时，其教师就结合实际，将跨栏跑到设置成了两道或是三道，跨栏障碍物则有高有低，在活动具体开展中，对于身体素质较好的幼儿，鼓励其选择障碍物较高的跑道，而针对身体素质相对较差的幼儿，则引导其在障碍物较低的跑到开展练习，这样既可以确保每位幼儿都能够积极参与其中，顺利完成跨栏挑战，也有助于幼儿参与自信心、锻炼效果的进一步提升。在幼儿练习了几次之后，再鼓励大家挑战新的高度，同时，为了增加互动、提升幼儿参与积极性，其教师还与大家一起参与挑战，这样不仅有助于敢于挑战自我精神的培养，也能够从整体上提升幼儿锻炼效果。

又如：以“我是投篮王”为例，这一户外体育活动在具体组织中，其教师就有意识的为大家设置了高度、距离不同的小筐，然后在活动开展中，鼓励幼儿结合自身能力来开展投掷联系。在活动中，教师细致观察幼儿的参与、练习情况，在发现有的幼儿在距离较远的小筐练习投掷时经常失败后，便带领其到距离相对较近的小筐开展练习，并在一旁陪伴、鼓励幼儿，帮助幼儿重拾信心，这样既可以为户外体育活动效果提供一定保障，幼儿对之后的户外体育活动也会更加期待。

四、积极引导家长参与户外体育活动

不论是在哪一阶段，家长都是教育中至关重要的一部分力量，且若能够引导家长积极参与各类游戏活动，孩子们的参与积极性也会得到显著提升。对此，为了更好的锻炼、提升幼儿的身体素质，增加亲子之间的互动交流，幼儿园可以定期举办一些亲子运动会，或者是亲子游戏活动等，为家长提供更多参与孩子户外体育游戏活动的机会。这样在加强家园合作的同时，也能够丰富户外体育活动内容与形式，促进幼儿的身心健康发展。又或者是在体育活动结束后，鼓励幼儿回到家里后，带着爸爸妈妈一起来开展这一活动，自己做小老师，去教爸爸妈妈。这样既可以真正做到让幼儿将体育游戏活动带回家，在亲子互动中，体育游戏活动也能够得到有效延伸。促进体育游戏生活化发展，并在家长、教师的共同努力下，培养幼儿养成良好的运动习惯^[5]。

此外，“家长开放日”等时间也要充分利用，将幼儿园的特色户外体育活动展示给广大家长，让家长对户外体育游戏活动的内容、形式与主要目标作出深入了解，以此来从整体上提升对体育活动的重视。也只有这样才能够认真对待亲子体育活动，才能够为家庭亲子互动运动习惯的培养创造良好条件。孩子的健康成长，除了幼儿园与教师的努力，家长的支持与合作也是至关重要的，也只有这样才能够为幼儿园体育教育事业的创新发展带来一定的推动作用，才能够全面

适应幼儿身体全面发展提出的各项要求。

五、帮助幼儿选择更适合的体育器材

首先，要有目标的选择。不论是哪一类体育活动，在器材选择过程中都要避免出现盲目性，要紧紧围绕活动目标来科学选择器材，以确保器材的使用能够将户外体育活动的特色之处突显出来，能够为锻炼目的实现提供有力支持。如，周目标的一项内容是飞盘、沙包、飞镖等，其教师就做出了科学安排，为周目标的顺利落实奠定了坚实基础，取得的锻炼效果也较为理想^[6]。

其次，基于材料特征来选择体育器材。对于大班幼儿来讲，其通常都喜欢选用轻便、灵巧，且可以实现一物多玩、能够适应多种多样需要的材料。对此，在户外体育活动实际开展中，教师应多为幼儿提供喜欢的活动材料，保障数量，以免因为幼儿争抢材料而导致活动无法顺利开展。如，网接球、高跷等，以此来增强活动材料的趣味性、娱乐性。

再次，结合季节影响来选择适合的材料。如，春夏两个季节，应多提供一些活动量较小的活动材料。如，沙袋、拉力器等。秋冬两个季节，可以多提供一些运动量、活动强度都相对比较大的材料。如，呼啦圈等。

最后，结合幼儿年龄来选择活动材料。对于大班幼儿来讲，应选择可以实现一物多玩、有助于提升综合素质，且运动强度较大的活动材料。

结语

综上所述，作为能够有效促进幼儿身心发展的一项活动，体育运动在具体组织中应对幼儿的生理心理发育规律特点做出充分考虑。教师在具体组织中应充分认识到，在幼儿园阶段，孩子的身体发育速度较快，运动不仅是提升身体素质的客观需求，同时也能够为身体发育、运动能力发展平衡的维持提供有力支持。从心理层面来看，运动也是幼儿探索课题环境的有效手段，在运动中能够对世界做出更深入的感知，积累丰富体验，为之后的学习成长奠定坚实基础。

参考文献

- [1]周重阳.园本特色——“篮球大课堂”大班教学活动探讨[J].中外交流,2018(18):282-283.
- [2]沈颖.我运动我快乐——优化中大班混龄户外区域体育活动的实践探索[J].课程教育研究(新教师教学),2016(16):162-163.
- [3]尹丽芬.浅谈幼儿园大班户外体育活动的组织与实施[J].新教育时代电子杂志(教师版),2017(31):176.
- [4]李芝.幼儿园大班户外体育活动中存在的问题及对策研究[J].当代教育实践与教学研究(电子刊),2018(11):305.
- [5]许红霞.激活幼儿园户外体育活动的策略初探[J].中国校外教育:上旬,2016(3):1.
- [6]张娜娜.激活大班幼儿户外体育活动新策略——以“强带弱”[J].中外交流,2021,28(4):346.