

有效地开展幼儿园体育活动的研究

曾艳莺

(江西省上犹县城区幼儿园 江西 上犹 341299)

[摘要] 幼儿是人们身体发育成长最快的阶段,但是幼儿自身骨骼较小、肌肉收缩力较差且肺部呼吸量较小,特别容易被外界事物吸引目光,因此,教师必须依据幼儿的实际情况为其开展合理性的体育活动,从而有效增强幼儿的运动力与发育水平,保证幼儿身心健康发展。幼儿园教师必须选用合理的体育活动展开策略,吸引幼儿积极参与,从而促使幼儿全面发展。

[关键词] 幼儿园; 体育活动; 开展策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.05.2021

一、开展幼儿园体育活动应遵从的原则

(一) 满足幼儿发展需求

幼儿正处于身心发育的关键时期,其心肌与呼吸收缩能力较弱,骨骼较小,注意力很难长时间集中在一件事物中。因此,在开展体育活动时,幼儿园教师必须满足幼儿身心发展需求,并不可以让幼儿一开始就接触负荷量较大的活动,像拔河等。同时,教师也不应让幼儿长时间处于强度过大的体育活动中,避免幼儿在活动之中疲劳过度,影响身体健康。幼儿园教师必须选用科学的策略为幼儿设计基础体育活动锻炼,开展轻松有趣的体育活动。

(二) 符合幼儿心理认知

幼儿因为年龄较小,其往往是以形象思维为主,逻辑思维水平较弱,想象力与记忆力都较弱,只可以短暂保持注意力。因此,幼儿园教师必须开展符合幼儿心理认知的体育活动,对周边环境进行科学应用,锻炼幼儿基本地走、跳、爬、钻等技巧,鼓励幼儿大胆进行尝试,提高幼儿对周边环境的适应力。与此同时,游戏是幼儿最喜爱的运动方式,教师可以在开展体育活动中积极融入游戏进行教学,可以显著提高幼儿的参与热情。

二、有效开展幼儿园体育活动的策略

(一) 将游戏与体育活动进行有效结合

对幼儿开展体育活动时,教师必须选用正确科学的方式,指引幼儿健康成长,促使幼儿掌握正确的体育锻炼姿势以及学习能力,提高幼儿的身体素质。对于幼儿来说,他们十分喜爱游戏,因此无论是开展室内体育活动还是室外体育活动时,幼儿园教师必须将游戏与体育活动进行紧密结合,并且要依据幼儿身体实际情况以及心理认知特征,开展动静结合的体育活动,活动的时长与强度不应过高。

例如,幼儿园教师可以开展“捉小虫”的体育活动,当活动正式开始前,教师可以在每一名幼儿的身上佩戴青蛙胸牌,并将幼儿分成体育活动小组,在幼儿前往捕捉虫子的道路中,教师可以为幼儿布置“沼泽地”“过山桥”“山洞”等多种恶劣环境,可以让幼儿在游戏的提高自身走、跳、爬以及钻等技巧。体育活动开展的强度必须符合幼儿发育特征,带有趣味性的体育活动可以充分吸引幼儿目光,促使幼儿积极主动地参加其中,教师需要对活动量进行针对性的实时控制,从而提高幼儿的集体荣誉感以及自信心。

(二) 将家园合作与体育活动进行有效结合

家长对于幼儿身心发育有着极为重要的影响,像父母自身教育形式不当、单亲家庭等现象的存在都可能会对幼儿的心理带来严重影响。因此,在开展体育活动时,幼儿园可以让家长积极参与其中,施行家园合作策略,保证幼儿的健康成长。

例如,幼儿园可以开展“家庭知识讲座”“联系助手”等活动向家长普及体育活动以及幼儿心理健康的重要性,促使家长对体育活动的开展具有正确的认知,并对自身意识不断进行优化完善,打造良好的家庭教育环境,为幼儿参加体育活动打

下坚实基础。例如,家长可以在日常生活中向幼儿不断讲解体育活动开展过程中存在的安全隐患,既可以缓解幼儿园教学压力,还可以提高幼儿印象。同时,家长在日常生活中必须对幼儿进行足够的尊重,保证幼儿具有良好的性格与心理,家庭与幼儿园之间的深入沟通交流,可以推动幼儿更好的参加体育活动。家长还可以积极参与到幼儿园举办的体育亲子活动之中,可以与自己的孩子一同参加游戏活动,保障幼儿的全面健康成长。

(三) 保证体育活动的趣味性

在参加体育活动时,幼儿自身情绪会非常激动与活跃,但由于幼儿自身安全意识较低,在体育活动环节中极易出现安全事故。幼儿园教师为了保证体育活动开展过程中的安全与秩序性,其必须制定严格的规则。但是,在活动参加过程中,如若幼儿十分活跃,则势必会违反规则,而如若教师制定的活动规则过于严苛,将会严重影响幼儿参加体育活动的积极性。因此,幼儿园教师必须结合体育活动开展的实际情况,制定带有趣味性的游戏规则。

例如,当幼儿园教师开展“开飞机”体育活动时,就可以告诫幼儿飞机与飞机之间一旦相撞就会发生爆炸,从而让幼儿对游戏规则进行遵从,保证幼儿在进行体育活动的过程中会观测其他幼儿的位置,并不会主动进行相撞。而当幼儿园教师开展“驾驶员”体育活动时,就可以告诫幼儿汽车与汽车之间是不可以相撞的,一旦出现安全事故,那么驾驶员是要被淘汰的。在体育活动进行过程中,幼儿很愿意遵从带有趣味性的活动规则,从而保证体育活动的顺利有效开展。

结束语

体育活动中是幼儿园教学过程中十分重要的组成部分,教师需要选用有趣的活动内容与规则,对体育活动的各个环节进行精心设计与安排,充分发挥体育活动的功效,增强幼儿的身体素质,保证幼儿健康发展,促使幼儿积极主动地参与到体育活动中,培养幼儿形成强健的体魄,推动幼儿全面发展。

参考文献

- [1] 诸葛慧慧. 幼儿园户外混龄体育活动的教师指导策略[J]. 广西教育(义务教育), 2021(1): 147-148. DOI: 10.3969/j.issn.0450-9889.2021.01.076.
- [2] 张晓琼. 幼儿园户外体育活动模式构建探析[J]. 中小学校长, 2021(1): 42-43, 53. DOI: 10.3969/j.issn.1673-9949.2021.01.014.
- [3] 龚亚. 幼儿园体育活动中的问题及创新策略研究[J]. 魅力中国, 2021(3): 102. DOI: 10.12294/j.1673-0992.2021.03.152.
- [4] 岳亚萍. 有效开展幼儿园户外体育活动的策略研究[J]. 青少年体育, 2020(3): 139-140. DOI: 10.3969/j.issn.2095-4581.2020.03.061.
- [5] 郑颖. 提高幼儿园户外体育活动有效性的思考[J]. 家长(中、下旬刊), 2020(14): 19, 21.