

阳光体育绽放活力

——在户外体育活动中发展幼儿的基本动作

张晓红

(贵州省遵义市凤冈县第二幼儿园, 贵州 遵义 564200)

[摘要] 幼儿阶段属于身体发展的关键时期, 神经系统保持快速发展, 兴奋度较高, 神经细胞同样易出现疲劳, 注意力难以保持长时间高度集中, 动作协调性较差, 动作发展能力存在明显不足。幼儿教育阶段, 教师需重点组织户外体育活动, 发展幼儿基本动作, 培养智力发展的同时, 实现动作发展能力的提高, 促进幼儿全面发展。对户外体育活动中发展幼儿的基本动作进行了分析, 有利于促进幼儿动作发展能力的有效提升。

[关键词] 户外体育活动; 幼儿; 基本动作

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.07.527

前言

随年龄不断增长以及教育教学影响, 幼儿基本动作得以快速发展与持续完善, 动作发展能力随之提升。目前, 幼儿教育阶段, 户外体育活动材料缺少多元化与多样化, 并未对环境设施加以高效合理利用, 户外体育活动缺乏科学正确指导。户外体育活动开展期间, 场地范围较广, 自主成分相对较多, 同幼儿年龄、发育等特点相符合。所以, 教师务必对户外体育活动保持重点关注, 积极探寻科学可行的教学方法策略, 重点发展幼儿基本动作, 实现动作发展能力的强化提高, 以此促进幼儿全面发展。

一、充分利用基础设施, 丰富动作练习形式

幼儿教育阶段, 需为学生提供相应的活动设施, 投放大型玩具的同时, 需投放脚印和迷宫等, 用于练习跑动作; 投放投篮框等, 用于练习投掷动作; 投放呼啦圈等, 用于练习跳动作; 投放拱门、山洞等, 用于练习钻爬动作。此类基础设施均存在相应的教育功能, 对幼儿基本动作发展有着重要促进作用。所以, 教师需基于幼儿年龄特点, 对幼儿加以正确指导, 完成基本动作练习。比如, 针对中班幼儿, 可组织走迷宫或脚印, 引导幼儿身体保持协调自然, 由教师发出信号, 引导幼儿向着指定方向。针对大班幼儿, 可组织投篮框活动, 促使幼儿掌握肩上挥臂投物动作。双脚跳起触碰沙袋, 掌握前脚掌蹬地跳起, 并屈膝落地, 以此完成平衡跳跃。针对幼儿园基础设施, 需保证生动形象, 促使幼儿可以产生充足的练习兴趣, 积极主动接受教师的正确指导。同时, 可基于动作发展能力, 对幼儿加以正确指导, 通过投放大型玩具, 促使幼儿动作发展能力可以获得进一步提升。针对中大班幼儿, 投放大型玩具的同时, 可组织竞赛类有活动, 如“占领高地”, 对上下肢协调以及攀登动作完成有效锻炼。如此, 实现对基本动作的有效练习, 同样使幼儿获得快乐体验, 进而实现动作发展能力的强化提高^[1]。

二、开展操节活动, 培养动作节奏、韵律

开展户外体育互动期间, 操节活动属于十分重要的基础组织形式之一, 借助于操节活动, 有利于幼儿肩带肌、腹背肌等肌肉群的发展锻炼, 并锻炼培养正确标准姿势与动作, 培养良好的节奏感、协调性以及准确性, 同样有利于注意力以及意志力的发展培养, 促使幼儿能够对动作作出主观控制。鉴于此, 开展户外体育活动期间, 如音乐或器械材料等投放, 应当同幼儿年龄特点把持相符, 切勿过于单一或枯燥。比如, 针对中班

幼儿, 组织动作模仿操; 针对大班幼儿, 操节则需逐步向小学完成过渡, 如音乐节奏需保证明快, 动作标准规范, 且整齐划一。如器械材料, 以废物利用为主, 选择不同颜色的饮料瓶, 敲击发出响声, 或在瓶内放入瓶盖, 做操期间发出响声, 对幼儿形成有效吸引。除此之外, 通过塑料绳, 编织塑料花, 指导幼儿做花操等。总而言之, 户外活动期间, 教师需重视组织开展操节活动, 培养发展幼儿动作结构与韵律, 进而实现动作发展能力的强化提高^[2]。

三、重视一物多用, 丰富活动材料

仅仅去注重练习动作, 同时要利用玩具材料做出对比, 动作练习的效果是明显无法得到充分保证的。所以, 开展户外体育活动期间, 教师则需重视一物多用, 为幼儿提供丰富活动材料, 以此完成基本动作练习。例如, 选择饮料瓶, 以此完成器械操, 或是用于保龄球游戏。同时, 可以饮料瓶作为接力棒, 组织幼儿完成接力跑, 或对饮料瓶完成合理摆放, 引导幼儿完成跳跃练习, 又或对饮料瓶排成一排, 引导幼儿完成平衡动作联系。将沙包装入饮料瓶, 用于完成投掷联系, 或双人用瓶子对着滚, 完成滚接动作联系; 又如, 选择废旧轮胎, 喷涂绿色环保颜料, 可组织幼儿完成滚轮胎游戏。竖放轮胎, 组织幼儿投掷沙包或练习射门。平方轮胎, 组织幼儿跳入轮胎中, 完成跳跃动作练习。开展户外体育活动期间, 重视一物多用的同时, 可引导幼儿对不同材料尝试结合使用, 引导幼儿积极开动脑筋, 实现智力、体能的全面提高, 发展基本动作, 提升动作发展能力, 促进幼儿全面发展。

结论

综上所述, 幼儿教育阶段, 户外体育活动高质量开展实施, 对发展幼儿基本动作与动作发展能力提升具有重要的影响和作用。所以, 教师务必对户外体育活动加以重点关注, 对活动内容、方法等作出优化创新, 促使幼儿可以积极主动参与, 感受活动乐趣的同时, 有效发展基本动作, 实现动作发展能力的强化提高, 以此促进幼儿全面发展。

参考文献

- [1] 李娜. 阳光体育绽放活力——在户外体育活动中发展幼儿的基本动作[J]. 当代家庭教育, 2019, 000(036): P. 54-54.
- [2] 徐兰. 快乐童年, 因运动而精彩——谈幼儿园户外体育活动的有效开展[J]. 新校园(中旬刊), 2016, 000(09): 171-171.