

幼儿主题早操游戏化的实践与思考探究

唐江文

(霞山区湛江市第六幼儿园 广东 湛江 524000)

【摘要】在现今教育中,越发重视提升学生们的体质,在幼儿园教育中也不例外。通过带领幼儿们开展早操活动,能够促使其身心健康发展。但在传统幼儿早操活动中,其使用的单一口令模式无法激发学生们的锻炼兴趣,显得早操活动单板无趣。对此,幼儿园就需要突破传统早操一令一动的旧模式,为幼儿们打造出既具趣味性又能对幼儿们的身体进行锻炼的新模式。而在这之中,老师们就需要先为幼儿们营造一个健康、宽松、愉悦的氛围,使得幼儿们积极的参与到早操活动中。

【关键词】幼儿;主题早操游戏化;运动;信息技术

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.03.595

法国启蒙思想家伏尔泰曾说:“生命在于运动。”从这句话中可以看出运动的重要性。早操活动是幼儿们每日进入幼儿园后的第一次集体运动,但如何吸引幼儿们积极的参与到早操活动中是现今幼儿园工作者们的难题所在。在《指南》中指出:“幼儿园早操活动是以基本体操为主要内容的一种体育运动形式,是锻炼幼儿身心,增进幼儿体质的有效手段。对形成幼儿良好的身体姿态,养成积极参加体育运动的良好习惯,提高身体对自然环境的适应能力等方面,都有着积极意义。”

一、遵循幼儿身心发展规律

在幼儿这一时期,孩子们的身心都还处在一个发展的阶段,只有遵循幼儿身心发展规律及特点来设计恰当的早操动作,才能促使幼儿们的肌肉、器官以及系统等得到好的锻炼和发展。

(一) 依据幼儿年龄特点设计早操

幼儿园早操主要内容为:操节、基本动作训练、队列训练、游戏以及舞蹈等,在设计早操的过程中需要将这些内容有效结合起来,相互进行渗透发展。从生理学角度来说,处于不同年龄阶段的幼儿们,其体力、动作协调性以及心理水平等都有所不同。对此,在设计早操时需要基于全面发展这一原则来设计早操大动作及精细动作,让其能够整体设计上呈现出和谐的态势。从结构这一层面来看,传统早操模式主要为三段式,分别为热身运动、操节运动以及放松运动。经过对传统早操模式的不断实践完善,在其基础上发展为了五段式,分别为热身环节、徒手操环节、轻器械操环节、体能环节以及放松环节^[1]。

1、热身环节

其主要指的是幼儿们的身体需要跟随着音乐节奏来摆动自己的肢体,其主要的目的在于让幼儿们将自己的注意力集中到早操锻炼中,能够尽快在极富节奏性的音乐中,使得自己的身体热起来。

2、徒手操环节

在对徒手操环节设计具体的动作时,需要遵循人体运动生理变化规律,对此,动作设计应当遵循由小到大、由慢到快、由易到难的原则。其动作设计的规律主要是:上肢-下肢-胸部-体侧-体转-腹背-跳跃-放松。而基本的运动动作则为:头颈、上肢、躯干以及下肢。

3、轻器械操环节

在幼儿早操运动中加入不同的轻器械,不仅能够达到对幼儿身体锻炼的目的,还能够促使幼儿早操运动更具观赏性,并使得幼儿们能够在轻器械的使用过程中感受到早操锻炼的趣味性。

4、体能环节

在这一环节中,其将早操动作与器械进行了有效的结合,进而达成了体能大循环的目的。幼儿们通过自主的器械摆放,在音乐节奏的带动下,老师的引导下配合完成走、跑、跳、钻、爬以及绕等运动。

5、放松环节

这一环节设计的主要目的在于让幼儿们经过一定强度锻炼后,身体能够进行放松。能够在一个较为舒缓的气氛中做一些柔韧性的动作,使得自身的心率及身体频率逐渐恢复到正常的状态中。

(二) 立足幼儿兴趣选择早操音乐

在早操运动开展中,音乐是其灵魂所在,在选择早操音乐的过程中需要注重一定的方式方法。首先,需要明确先有操,后有音乐。其次,音乐选择过程中要立足于幼儿们的兴趣及其年龄特点来进行。最后,音乐一定要保有童趣。对此,在我园小班早操运动开展中会播放《小青蛙》;在中班早操运动开展中会播放《浪花一朵朵》;在大班早操运动开展中会播放《中国顶呱呱》。当这些音乐一经播放,孩子们就会愉快的摆动身体。另外,在现今信息技术高速发展的过程中,作为研修型的我们也可以使用“酷狗”“剪映”以及“VUE”等APP来制作更好的音乐。

二、早操动作设计融入实际生活

在幼儿园早操活动开展中,为了激发幼儿们运动的积极性和主动性,在早操动作设计中需要有效融入幼儿们的实际生活。在设计早操动作时,老师需要立足于幼儿们的兴趣点入手,使其动作的设计能够贴近幼儿们的生活。对此,老师可以在幼儿们开展早操锻炼时搭配上一些合适的念白,其可以以儿歌或者模仿响声进行。也可以通过老师与幼儿们一呼一应的来进行。通过这样的方式来调动幼儿们的积极性^[2]。

比如:在我园小班早操活动开展中,《好玩溜溜布操》就是通过让幼儿们一边唱着儿歌,一般拍手应合着音乐节奏来展开早操运动。幼儿们在这样的方式下极有兴趣参与进去。

三、创设情境激发幼儿的主动性

在幼儿园教育中,其脱离不开“寓教于乐、寓教于趣”这八个字。通过设计趣味性的早操不仅能够激发幼儿们参与体育锻炼的兴趣,还能够促使其团体意识及天性得到好的培养。在3到6岁这一年龄阶段中的幼儿们,其已经具备了一定的思维能力,他们在玩器械时都会有自己独特的玩法,对此,在设计早操时需要单独留出一部分时间来让幼儿们自由活动,让其使用自己的方法来开展运动。通过这样的方式不仅突破了传统中早操动作由老师统一设计、安排的模式,还能够做到尊重、突出学生们的主体地位,激发其主体意识,使其能够逐渐形成独立、专注以及合作等优良品质。另外,还需注意设计游戏化早操,游戏是幼儿们最喜爱的活动,通过将游戏融合到早操中能够有效的激发幼儿们的兴趣,使其获得较好的体验感,并从中找寻到早操锻炼的乐趣^[3]。

四、结束语

多年来,我园早操设计都坚持贯彻《新纲要》的精神,并依据不同年龄阶段中幼儿们的身心发育特点及体质锻炼的实际需求来设计早操动作及内容,以促使能够在早操锻炼中,幼儿们既能感受到趣味性,又能很好的锻炼自己的身体,并能积极的参与其中。我们也力求突破传统早操的局限,打造特色、游戏化早操内容及动作,以对幼儿们各方面的能力进行培养,使其得以健康成长!

参考文献

- [1]夏秀琴. 幼儿早操中的“断舍离”——初探幼儿园游戏化早操[J]. 科普童话, 2019, (16): 149-149.
- [2]张秀明. 多媒体技术下幼儿园游戏化主题教学活动研究[J]. 学周刊A版, 2020, 12(12): 172-173.
- [3]赵国霞. 多媒体技术环境下幼儿园游戏化主题教学活动的探索[J]. 科幻画报, 2020, No.291(1): 78-78.