

幼儿园体育教学改革促进幼儿体能健康发展的策略

闫钰莹

重庆对外经贸学院学前教育学院, 中国·重庆 401520

摘要: 教育改革背景下, 幼儿园应将“幼儿健康发展, 促进幼儿身心全面发展”作为根本目标, 同时也要以此为目标巧设各种体能训练培养幼儿体育技能、带领幼儿生长发育、强化身体素质。通过针对 3~6 岁幼儿身体、心理特征有针对性的设计各种体育教学活动、落实体育教学改革, 对幼儿活动能力、身体素质、自我保护能力和适应能力提升都有一定促进作用。论文主要对幼儿园体育教学改革的重要意义、现存问题和促进幼儿体能发展的实践策略加以分析。

关键词: 幼儿园; 体育活动; 教学改革; 体能发展

Strategies for Promoting the Healthy Development of Preschool Physical Education through the Reform of Kindergarten Physical Education Teaching

Yuying Yan

School of Pre-school Education, Chongqing College of International Business and Economics, Chongqing, 401520, China

Abstract: Under the background of educational reform, kindergartens should take “healthy development of young children, promoting comprehensive physical and mental development of young children” as the fundamental goal, and at the same time, various physical training should be cleverly designed to cultivate young children’s physical skills, lead their growth and development, and strengthen their physical fitness. By designing various sports teaching activities targeting the physical and psychological characteristics of children aged 3~6 and implementing sports teaching reforms, it has a certain promoting effect on the improvement of children’s activity ability, physical fitness, self-protection ability, and adaptability. The paper mainly analyzes the important significance, existing problems, and practical strategies to promote the physical development of young children in the reform of physical education teaching in kindergartens.

Keywords: kindergarten; sports activities; teaching reform; physical development

1 引言

幼儿园阶段正是培养幼儿综合素质与核心素养的关键时期, 该阶段的学习效果对其学习能力、学习思维以及素质增强都有深远影响。体育作为强化体能水平和改善身体素质的一个有效方式, 在深化教学改革背景下, 课程教师需要不断调整和优化体育教学模式、内容及方法, 只有确保体育教学改革在幼儿园中深入落实, 才能使幼儿体能和素质在现有基础上取得突破。

2 幼儿园体育教学改革的重要意义

2.1 有助于培养幼儿创新能力

学前教育推进体育教学改革不仅是为增强幼儿身体素质, 也是为其后续发展奠定基础, 更是希望在幼儿成长阶段能够借助体育活动辅助幼儿养成良好习惯, 提升创新意识和能力。处于学龄前时期的幼儿, 对于外界事物会有极强探索心理, 进入全新生活环境, 与同伴一起学习、做游戏可使之获得满足感。基于该心理特征, 有针对性的设计体育教学内容和改善体育活动可使体育学习变得更加新颖、有趣, 这样既有助于提高幼儿参与主动性, 也能让其在教师带动下形成

较强创新意识和能力^[1]。

2.2 有助于幼儿强身健体

随着时代发展, 国家对人才有更高要求, 其中对学生身体素质和综合能力特别重视。受这一要求影响, 幼儿园组织教学活动时应将身体素质培养视为关键, 以确保幼儿群体能够以积极向上的心态和强健的身体素质完成一系列学习活动。立足学前教育根本来讲, 体育教学开展根本目标本就是为辅助幼儿强身健体, 保证其身体健康。在教学改革推动下, 幼儿园体育教师能够对幼儿心理和情绪的不稳定有充分认知, 并且也能做到针对其心理、生理特征, 不以考核为目的的进行体育教学模式和内容创新, 通过开展与幼儿兴趣爱好、认知规律和基础能力相契合的体育教学, 也能在发挥幼儿童趣过程中, 促使其进一步强化个人身体素质与运动能力。

2.3 有助于幼儿增强团队精神与竞争意识

幼儿园落实教学改革, 教师需要对小组合作和体育游戏等教学方法灵活应用, 在组织幼儿以合作方式参与体育游戏时, 受身边群体和环境的影响, 幼儿心理会产生不同触动, 这样不仅有利于幼儿逐步形成团队协作意识和团队精神, 同

时也有助于竞争心理产生,受这种良性心理影响,幼儿学习积极性和主动性也都能有显著提高。

3 幼儿园体育教学改革实施现存问题

3.1 教学目标不够明确

体育教学目标不明是因为部分幼儿教师受固化思维影响,经常会在组织体育活动时将体育知识与技巧讲解视为重点,而对幼儿认知水平与身体发育实情却并未有过多关注,这也导致所设计的体育教学目标与幼儿成长极不匹配。对幼儿来讲,面对与自身能力、兴趣不符的体育教学目标和教学活动时,不仅难以激发个人主观能动性,也容易造成对体育学习产生强烈抵触情绪,从而严重影响体育教学质量。

3.2 体育教育模式过于传统

体育教学模式传统这一问题,也可看作当前部分幼儿园在开展体育教学时课程安排和模式选择上仍存在一些不合理之处,如极个别幼儿园只是在体育活动中向幼儿讲解某些运动的基础动作和技巧,并未做到利用多样化、趣味性活动培养幼儿体育运动兴趣,促进其身体健康发展;此外,也有部分幼儿园每周仅开设一次体育课程,并且课程教学中也多以简单游戏和基础体育知识为主,甚至这类幼儿园为保证幼儿安全,很少会设计课外体育活动。若体育教学改革中不能将上述问题妥善解决,必然会对体育教学质量和幼儿教育目标实现造成严重阻碍。

3.3 教学设备不够完善

体育教学是幼儿园协助幼儿改善身体素质和增强运动能力的一个重要途径,但事实却是,部分幼儿园在教学改革过程中并未意识到体育教学对幼儿成长的重要影响,所以在布置校园环境时经常忽视对体育教学软硬件设施的引入^[2]。对幼儿来讲,长时间面对枯燥且单一的体育学习设施和体育教学活动,学习兴趣和动力必然会有所降低,受这一情况影响,幼儿参与体育学习深度也会随之降低,而这也是导致幼儿身体素质下降的一个主要因素。

4 幼儿园体育教学改革促进幼儿体能健康发展的策略

4.1 明确体育教学目标

基于全新教育背景,幼儿园推进体育教学改革,教师需要结合幼儿身心发展,巧借互联网技术优化和改进体育教学模式,设计多种多样化、趣味性的体育活动;同时,也要结合幼儿阶段性学习实情,明确具体学习目标。此外,为保证目标制定精准性,教师也要与幼儿家长深入交流,从家长方面了解更多幼儿身体情况和运动兴趣等。随着对幼儿主体能力素质和兴趣爱好各方面了解愈发全面后,便可有针对性制定教学目标^[3]。例如:身体素质发展目标:借助多样体育活动促进幼儿身体发展,其中应包含耐力、肌肉力量、平衡能力与柔韧性等方面;协调能力培养目标:以游戏活动或各类动作协助幼儿增强身体协调性,确保幼儿左右协调能力和

手眼协调能力可同步提升;运动技能培养目标:让幼儿在体育教学中掌握更多基本运动技能,如投掷、跳、跑、钻、接球等,这样可为其后续系统化学习某项运动奠定坚实基础;健康意识培养:借助体育活动培养幼儿对身体健康的重视程度,让其学会更多保护身体健康的方法和手段,养成健康生活习惯;团队合作精神培养:以合作类活动与团体游戏,让幼儿形成较强的互助精神与团队合作精神,从而使之学会如何与人分享、交流及合作;促进认知发展:幼儿园体育活动不是为让幼儿锻炼身体,更重要的是促进幼儿认知发展,简单来讲就是要在体育教学中让幼儿明确数量关系、时间概念和空间感知能力,并且也要让其通过趣味游戏提升问题解决能力和思维能力;积极态度和自信心培养:通过吸引幼儿参与体育活动,使之提高学习自信,形成积极向上和乐观的学习态度与精神。

4.2 创新体育教学模式

通过对幼儿体育学习状态分析可发现,部分幼儿会表现出注意力难以集中的现象,针对该情况,幼儿园体育教学改革实施应当对创新教育模式,提升幼儿兴趣加以重视。新时代发展下信息技术早已成为幼儿园教育的一个的重要手段,结合此技术,教师可尝试对“互联网”教学模式灵活应用。例如,开展幼儿篮球活动时,教师可先利用多媒体设备为幼儿播放少年儿童打篮球的动态视频,借助该方式先让幼儿对篮球运动建立认知,然后再重点播放一些篮球运动的技术动作视频,并结合不同动作向幼儿讲解篮球知识:“带球运球”,这项动作属于篮球运动的一个核心动作,学习此动作需要以手指控制篮球,这样则能带球绕过对手,运动技巧是篮球要与地面保持接触,膝盖弯曲,用手指来控制球的方向和力度;“传球”,这是保证团队合作的一项基本要素,篮球运动学习需要对各种传球技巧灵活掌握,如颈传、胸传、抛射等;利用网络视频调动幼儿学习兴趣后,教师便可组织幼儿尝试对带球运球和传球动作进行尝试,这一环节为突出教学趣味性,有效培养幼儿身体协调性和团队合作能力,教师可巧设篮球训练游戏,以确保幼儿群体对篮球运动能长久保持学习兴趣。

4.3 完善体育教学设备

为确保体育教学改革顺利实施,幼儿园应充分意识到体育教学场地大小以及教学设施是否完善都与体育教学质量有密切关联。鉴于此,为提高体育教学有效性,幼儿园负责人和体育教师应当对各种软硬件设施引入高度重视,通过有关设施完善,幼儿也能在良好氛围和环境下接受体育知识、学习技能、促进身体健康发展。例如,考虑到幼儿学习需求多样性,幼儿园可同时设置室内外活动场地,这样无论天气如何,幼儿都能参与运动训练。此外,体育教学改革中需将幼儿安全视作首位,选择一些与幼儿认知水平相契合,且安全系数高的体育运动设备,这样在没有教师带领时,幼儿也能自主进行体育运动,这对幼儿提升运动兴趣和养成运

动习惯极为有利。例如,跳绳、塑料球、小型篮球架、平衡球、套圈、爬爬梯、轮胎、拍子球等都是十分适合幼儿的游戏材料。不仅如此,信息化背景下,为将“互联网”教学模式优势充分发挥,幼儿园也要引进充足的信息化教学设备,如笔记本电脑、投影仪、互视达教学一体机、音响设备等硬件设施;而软件设施则是体育学习的各种动画视频和资料等内容。随着体育教学设备日渐完善,幼儿体育教学质效也能获得显著增长^[4]。

4.4 丰富体育教学内容

教学改革背景下,幼儿园在优化体育教学时应重视体育教学形式整合和教学内容创新,同时也要意识到过多的集体活动容易压抑幼儿天性,对其个性化发展不利。实践创新环节,可对以下方法加以运用。

首先,将集体游戏、自由玩耍有机结合。科学合理的体育游戏活动是保证教学质量和培养幼儿运动习惯的前提,只有在轻松、愉悦且自由的体育活动中,幼儿才能获得全面发展,所以,教师日常除要有计划的设计一些集体活动外,也要鼓励幼儿自主活动。例如,“传球”游戏教学中,当幼儿对传球动作技巧熟练掌握后,便可让幼儿根据该动作自行设计活动内容,这样教学可让幼儿在充足锻炼中提高个人运动能力、增强身体素质,并且对其创新能力提升和思维发散也极为有利。

其次,将体育游戏以及其他教育活动深度结合。体育教学改革除要保证幼儿身体能够得到健康发展外,其他方面能力也要与之同步提升。为此,教师可尝试将数学与体育相结合,以“跳方格”游戏为例,教师可在活动场地中由近及远画出不同方格,然后在方格中随机写上数字“1~10”,接下来幼儿要根据教师所说数字跳到指定方格中。以该方式创新教学内容,既能锻炼幼儿数学、反应、平衡和跳跃等能力,也能让其掌握更多学科知识。

最后,现代元素结合传统游戏。结合幼儿园教学实情,教师可围绕传统游戏元素进行创编,在考虑民间游戏玩法是否符合幼儿认知、材料是否可取后,可将游戏针对性改变,以此丰富教学内容,提升教学有效性。例如,“丢沙包”是传统民间游戏之一,在锻炼幼儿跳跃能力时,教师可设计“小兔赛跑”游戏,每位幼儿用脚踝夹住一只沙包,然后以跳跃

方式前进,最先到达终点的人视为获胜。

4.5 巧妙借助晨间活动

通过在幼儿园内组织晨间游戏,可为幼儿身心健康发展提供基础保障。开展体育教学改革,教师应对晨间时间充分利用,因为在幼儿发展阶段,早晨是黄金阶段,此时组织趣味性游戏活动既有助于幼儿养成活泼开朗的个性,也可使之拥有强健体魄。以“网小鱼”晨间活动为例,教师可将班级幼儿分成两组,一组做“鱼儿”,另一组做“网”,做网的幼儿要手拉手围成大圈,鱼儿站在圈中间,游戏开始后幼儿齐念“鱼儿游,鱼儿游,一会向西又向东,鱼儿游,鱼儿游,小心渔网网住你”,念完儿歌后,鱼儿阵营的幼儿要寻找空隙逃散,而渔网阵营的幼儿则要尽量守住鱼儿,不让更多鱼儿逃脱。除这一活动外,“小兔拔萝卜”“笼中鸟”“木头人”“迷迷转”“做冰块”等游戏也均能起到激发幼儿活动兴趣,锻炼幼儿身体素质的作用。所以为保证教学改革质量,教师一定要重视晨间活动运用,结合幼儿能力和兴趣爱好自行制定或引入各种趣味活动。

5 结语

综上所述,幼儿园在落实体育教学改革任务时,为促进幼儿体能健康获得良好发展,需要在革新教学理念后,摒弃以往所使用的固化教学模式与方法,不断优化教学内容、改进教学手段。以确保在多元化体育教学下,幼儿群体能够有角色、有情节且独立自主的参与体育活动,发展综合能力。

参考文献:

- [1] 周文龙,魏方艳,马晓.幼儿园体育教学模式的改革与实践[J].平安校园,2022(6):82-85.
- [2] 柴君宜.“互联网+”背景下幼儿园体育活动的改革与创新[J].读写算,2022(6):52-54.
- [3] 花林娜.基于课程游戏化背景的幼儿园体育教学活动改革探索[J].科学咨询(科技·管理),2020(7):59-60.
- [4] 盖军霞.深化幼儿园体育教学改革促进幼儿体能健康发展[J].开封教育学院学报,2019,39(4):197-198.

作者简介: 闫钰莹(1996-),女,中国河南许昌人,硕士,助教,从事幼儿体育健康研究。