

■专题: 幼儿园健康教育

玩中学: 定向运动在幼儿园体育游戏中的价值分析与反思

宋 阳¹, 赵 青²

(1. 西南大学教育学部, 重庆 400715; 2. 西安外国语大学, 陕西西安 710128)

摘 要: 定向运动作为一项综合性较强的体育游戏, 不仅可以强健一个人的体魄, 更能培养一个人的观察力、坚持性、判断力等学习品质, 而这些学习品质的养成不仅对于幼儿未来的学习和生活是至关重要的, 也是幼儿园五大领域教育的核心所在。本文以《3—6岁儿童学习与发展指南》为依据, 通过对定向运动的介绍, 分析定向运动在幼儿园开展的适宜性以及培养幼儿教育品质中的价值, 从而就如何实现其价值提出一些反思。

关键词: 定向运动; 适宜性价值; 反思

中图分类号: G613.7

文献标识码: A

文章编号: 2095—770X(2018)09—0014—04

PDF 获取: <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

doi: 10.11995/j.issn.2095—770X.2018.09.004

Study on the Value and Reflection of Orienteering in Sports Games in Kindergartens

SONG Yang, ZHAO Qing

(Department of Education, Southwest University, Chongqing 400715, China;
Xi'an International Studies University, Xi'an 710128, China)

Abstract: Orienteering is a type of comprehensive sports game, which helps build one's body and also contributes to one's in observation, persistence and competence of judgement. These qualities are of great significance to one's learning and life, and are the core of five fields of kindergarten education. The paper is based on Guideline for 3—6 years Children's learning and development, discussing the feasibility of orienteering in kindergarten education, and analyzing the value of orienteering for the training of children's learning qualities, and proposes suggestions on the basis of the reflection on the ways to realize its value in practice.

Key words: orienteering; value of fitness; reflection

定向运动作为一项体育游戏, 它适合不同的年龄和群体, 是一项将提升体能与发展智力融为一体的运动项目。而体智结合的游戏运动正是幼儿期发展的重要元素。《3—6岁儿童学习与发展指南》(以下称《指南》)中健康领域的动作发展强调“具有一定的平衡能力, 动作协调、灵敏, 同时具有一定的力量和耐力。”^{[1]203}说明幼儿体能的发展成为了幼儿身体

的基本素质, 也为未来健康生活打下良好的基础。同时, 《指南》中科学领域的数学认知部分强调“感知形状与空间的关系”^{[1]323}。定向运动正是一项在奔跑中为指定的目标定位的运动, 因此为发展幼儿空间认知和方位感提供了可能。幼儿园游戏是幼儿学习的主要方式, 而在幼儿参与体育游戏的过程中, 由于动作过于简单、游戏内容过于呆板缺乏灵活性, 加

之教师在组织体育游戏时流于形式,使得幼儿园体育游戏并没有发挥其应有的价值。因此本文通过介绍定向运动,讨论其引入幼儿园体育游戏的适宜性,以及培养幼儿学习品质的价值,从而丰富幼儿园体育游戏的形式,实现幼儿的体能和学习品质的发展。

一、概念界定

(一)定向运动的概念及其历史发展

定向运动是指“参赛者借助定向地图和指北针,争取在最短的时间内徒步到访若干个标志(检查点)的体育运动,又俗称定向越野”^[2]。定向运动已经有很长的历史了,“定向”一词最早在1886年使用,是指参与者在地图与指北针的帮助下能够找到不为人知的地带。而定向作灵敏度以及方向感,能够为实际的军事活动提供有力的支持。与此运动最早发源于1895年的瑞典,起初是一项军事活动,其目的是训练军人动同时,在举行定向运动的军事训练过程中,一名叫吉兰特的军人将定向运动游戏化了,更加富有趣味性和游戏性,这是定向运动成为体育游戏的雏形。1919年,第一次比较正式的定向比赛在斯堪的纳维亚半岛的一个军营举行,二战期间,由挪威向欧洲各国传播。1961年,丹麦首都哥本哈根成立定向运动联合会,制定了定向运动的规则和技术规范。而定向运动最早在我国香港地区盛行,90年代传入中国大陆,经过二十多年的发展,我国的定向运动也在蓬勃发展起来。

(二)幼儿体育游戏内涵界定

我国学者对于幼儿园体育游戏的界定,经历了由简单地描述到具体内容的扩展。蔡琪、施立平认为“幼儿体育游戏是一种以发展幼儿体力和动作为主要内容的游戏。”^[3]可见,90年代以前,我国学者对于幼儿体育游戏的认识仍然模糊,而随着《幼儿园教育指导纲要》颁布以来,将游戏作为幼儿园教育教学的主要手段,确立了游戏在幼儿学习和发展中的地位。黄芹认为“体育游戏是指以游戏为活动形式的体育活动。幼儿体育游戏是指在幼儿园里开展的由走、跑、跳、投等基本运动动作组成的、有情节的体育活动,它包括走、跑、跳、投、平衡、钻爬和小球、水上、冰雪等多种游戏。体育游戏是幼儿园体育的主要内容。”^[4]姜嫚认为:“体育游戏就是教师为发展幼儿走、跑、跳、攀登、钻、爬、平衡、投掷等基本的动作和技能,促进幼儿生长发育,有计划、有组织、有目的的引导幼儿以身体参与练习为主要手段的规则游戏,主要内容是体育活动和游戏结合在一起,游戏是

幼儿最有效的学习方式。”^[5]通过上述学者对幼儿体育游戏概念的界定可以发现,我国学者对其的内涵正在不断地扩展与具体。而本文认为幼儿体育游戏是指在幼儿园中,以幼儿的身心发展为基础,由走、跑、跳、钻、攀爬、平衡、投掷等七项技能为主要内容,其功能主要是培养幼儿的观察力、坚持性、意志力等学习品质,又培养幼儿的空间和时间知觉、规则意识等认知能力,从而达到使幼儿身心愉悦的活动。

二、定向运动在幼儿园开展的适宜性

定向运动作为一项既发展体能又培养智力的体育游戏,将其引入到幼儿体育游戏中来,可以丰富幼儿体育游戏的形式,增强幼儿体育游戏的参与度,使幼儿爱上运动,从运动中体验到乐趣,那么定向运动在幼儿园开展的适宜性条件是什么?本文将从幼儿年龄及身心发展特点、园所环境、定向运动自身的特点等三个方面来谈适宜性的问题。

(一)幼儿年龄及身心发展特点是定向运动开展的决定条件

陈鹤琴先生说过“儿童是好动的、好游戏、好模仿的。”^[6]3—6岁幼儿正值身体和心理迅速发展的时期,也是为未来学习奠定基础的关键期,由此可见,通过体育游戏可以满足幼儿好动、好游戏的天性。而在现实的情况中幼儿活泼好动的天性并没有得到充分施展,由于家长和教师对于幼儿身体过度保护,无形之中造成了幼儿运动机会的逐渐减少,加之家长与教师并没有意识到幼儿体育真正价值,导致幼儿游戏往往缺乏科学性。因此,这也就造成了一对对立的矛盾,定向运动能够解决这个矛盾,它在发展幼儿体能的基础上,又能培养幼儿的学习品质,同时定向运动经过改造可以与父母一同完成任务,从而增进亲子关系。因此,定向运动在幼儿园的开展既丰富体育游戏的种类,又满足幼儿身心发展的需求。

(二)园所环境是定向运动开展的保障条件

蒙台梭利说过“环境是幼儿的第三任教师。”^[7]幼儿在周围的环境中学习,需要认识周围的环境,幼儿园环境一般包括物质环境和精神环境,定向运动的开展两者是缺一不可的。在物质环境上,幼儿园环境由室内和户外环境组成,室内环境包括活动区、盥洗室、桌椅等,而户外环境包括运动器械、各类建筑物、沙地、玩水区等。可见无论是室内还是户外环境,幼儿园建筑构造简单、丰富,为定向运动的开展提供物质条件。在精神环境上,幼儿园是幼儿学习

和生活的场所,因此给予幼儿一个运动的氛围是非常关键的,幼儿园教师将幼儿的身体发展放到第一位,同幼儿一起做早操、户外游戏等活动,都是在引导幼儿积极的运动。另外,幼儿内在的需要通过游戏的形式适应幼儿园环境。因此定向运动建立在幼儿园的物质环境和精神环境均具备的基础上,才能够开展。

(三)定向运动自身的特点是开展的基本条件

定向运动尽管引入我国的时间较短,但是它自身的一些特点值得我们关注。第一,灵活性。定向运动可参与的年龄范围广泛,3—6岁幼儿均可以参与到其中来,定向运动组织较为灵活,可以根据年龄、性别进行自由组织。同时对场地的要求也十分灵活,可远可近,可难可易。第二,趣味性。幼儿要根据图上标明的运动方向,进行地图与实地对照,选择运动路线,寻找目标点,比单纯的赛跑更能激发幼儿的兴趣,加之游戏的地点在幼儿园的室内或户外,少了田径场地的约束,使整个运动具有旅游特点,且形式灵活,方式多样,内容丰富而精彩。第三,知识性。定向运动不仅能够给幼儿带来运用体能的知识经验,还能够带来适应周围环境的经验。在定性运动中,幼儿学会发掘自我潜能,发展解决问题能力,不断地挑战自我,使自己能够健康积极的生活。第四,竞争性。定向运动与其他体育比赛一样,都是充满了激烈的竞争性。亲近自然、敢于冒险,去感受生活中难以经历的体验,是一项使幼儿感到愉悦兴奋的体育活动。幼儿是愿意冒险的群体,定向运动能够满足幼儿挑战欲和成就感,不仅仅是体力、奔跑方面的竞争,而且也是智力和技巧方面的竞争。奔跑的速度靠体力,而奔跑的方向、路线选择正确与否则要靠空间认知和逻辑思维能力。

总之,结合幼儿的年龄及身心发展的特点、园所环境和定向运动自身特点等方面,定向运动的开展存在一定的适宜性和可行性。在发挥定向运动自身特点的同时,又能够结合着幼儿发展水平和园所条件,这项体育游戏才会真正地达到推动幼儿体能和认知能力的发展的目标。

三、定向运动在幼儿园开展的价值分析

定向运动产生之初,用于培养军人的体能和意志品质,因此它本身带有军事价值,然而在幼儿园里开展定向运动,既要保留原有价值中合理的元素,结合着幼儿园的实际和五大领域的具体要求,发展出新的价值来,本文将通过生理价值、教育价值、社会

性价值等三个方面来论述:

(一)生理价值

《指南》中的健康领域以幼儿的“身心状况、动作发展、生活习惯与能力。”^{[1]5}第一,身体健康。现阶段我国幼儿的身体健康呈现出不乐观的局面,幼儿在日常生活中摄取过多的热量以及运动量的缺乏,导致我国幼儿的肥胖率逐渐上升^[8]。而定向运动的开展,可以使幼儿在适度的运动锻炼身体,从而保证身体的正常发育。第二,身体愉悦。游戏能够使幼儿得到愉悦,一个愉悦的身心能够为幼儿的生活与学习带来快乐,定向运动自身带就有娱乐和趣味的成分。侯忠仁认为“休闲领域的定向运动多以娱乐、体验、放松为目的,追求的是在自然条件下充分享受和煦阳光、清新空气、放松身心,是比较符合生命本义和健身需求的锻炼方式。”^[9]幼儿通过定向运动获得良好的情绪体验,能够起到愉悦身心的作用。第三,动作发展。幼儿期是平衡性、协调性、灵敏性发展的关键期。而其中下肢力量是身体运动基础,耐力是幼儿的心肺能力的综合体现。定向运动是集合奔跑、灵敏性、协调性、力量和耐力等运动内容,对幼儿的动作发展是有非常大的价值的。第四,发展体能。定向运动是一项在生活环境中进行的体育运动,参与者需要有充足的体能和耐力。李进敏认为“定向运动所特有的趣味性使学生乐于坚持长时间的耐力锻炼。”^[10]相关研究表明,定向运动能够提升人的耐力和体能,更能够发挥心肺功能。因此,定向运动在幼儿园的开展,可以达到发展幼儿体能的目标。

(二)教育价值

幼儿期是人的一生认知能力和学习品质培养的关键时期,同时幼儿的学习目的是养成良好的生活和学习习惯,为以后的生活和学习打下基础。我们着重从培养认知能力和学习品质等两个方面探讨定向运动的教育价值。

从认知能力的角度来看,一方面自我认知的培养,幼儿在生活中,无不在处理自我与环境之间的关系。而处理自我与环境的关系光靠简单的说教往往达不到理想的效果,而是需要与环境接触,在真实的环境中去学习与周围环境相处。定向运动正是在真实环境中展开的体育游戏,幼儿在奔跑过程中寻找周围与他们密切相关的事物,从而促进自我概念的发展。另一方面是时间和空间认知的培养。时间认知是幼儿对时间的长短、快慢等方面变化的认识,定向运动可分为限时性和非限时性。而限时性的定

向运动又可以培养幼儿在运动当中体验对时间的认知与把握,从而将抽象的时间认知在具体的游戏活动中体现出来。空间认知是幼儿对物体的相对位置和空间关系的认识,它反映了个体对空间信息的知觉、理解和运用,幼儿对空间关系的认知主要以自我中心参照体系进行空间推理。单小忠认为“定向技能包括精确定向技能和概略定向技能两种方式,精确定向技能要求选手借助指北针仔细瞄准目标,集中注意力读图并核实实地物地貌,小心前进,概略定向技能要求选手确定目标方位后抓住关键性特征地物地貌行进,不必花太多时间在核实地形上。”^[1]由于幼儿以自我中心参照的方式确定方向,因此寻找具体形象的标点可以发展概略定向技能,同时还可以帮助幼儿在熟悉的环境中形成固定参照系的空间表征能力。总之,定向运动对幼儿自我概念的形成以及时间、空间认知的发展发挥着很大的作用,因此应当将定向运动在幼儿园游戏活动中的教育价值充分地挖掘出来。

从培养良好学习品质的角度来看,第一是培养观察能力。定向运动需要参与者拥有敏锐的观察力,参与者通过观察示意图与实际标点来实现两者的一一对应。学前儿童的思维方式处于具体形象性思维,幼儿在寻找、触摸中观察事物之间的联系,认识生活中的实物。从而激发了幼儿游戏的兴趣,为幼儿观察力的培养奠定基础。定向运动正是在事物与事物的判断中发展幼儿的观察能力。第二是培养坚持性。幼儿解决问题的坚持性对幼儿未来生活产生深刻影响,定向运动不仅要求参与者体能上的坚持性还要求解决问题时的坚持性。在面对挑战时,有些幼儿选择解决困难,而有些则选择退缩,定向运动为幼儿提供了一个富有挑战性的情景,帮助幼儿对于问题的解决充满着坚强的意志力。第三是培养独立思考能力。独立思考能力是幼儿形成自我管理和自我解决问题的基础,幼儿在生活中往往会出眼盲目“跟从”的现象,这就影响了幼儿养成对问题的独立判断和思考的能力。定向运动将幼儿置于问题的情景下,为幼儿提供了锻炼独立思考和判断的机会,在不断地独立探寻中幼儿的思考能力得到发展。

(三)社会性价值

幼儿从家庭进入幼儿园,周围的环境发生了很大的改变。在幼儿园中,幼儿学会与他人交往、与他人合作、理解他人情感,发展自身的社会性,因此本文从定向运动在培养社会性行为和社会性情感中探究其价值。一方面是社会性行为上,在

定向运动中既有合作又有竞争,它向幼儿传达了规则意识,遵守规则是幼儿由他律向自律发展的过程,是维持游戏时良好秩序的保证。另外,定向运动给予幼儿同伴交往的机会,增强幼儿合作精神和交往能力。另一方面是社会性情感上,定向运动是一项与环境相融合的运动,幼儿在寻找目标的过程中学会与周围环境共处,从而获得成就感和愉悦感,增强了自信心。

四、反思

(一)关注幼儿的身心发展规律,实现定向运动儿童化

幼儿身心发展规律是组织幼儿园游戏的基础,相较于成人而言,幼儿的认知和社会性水平低,因此不能照搬照抄成人的模式。首先是定向运动开展的目标不同,成人的定向运动具有强烈竞争性、冒险性、军事性等特征,其目的是获得比赛胜利。而定向运动儿童化是旨在促进幼儿认知和社会性发展,其特征带有游戏性、趣味性、灵活性等特征;其次是环境条件的不同,成人定向运动一般会在陌生的、富有挑战性的环境下独立探索,相反幼儿在陌生的环境下会出现紧张和恐惧感,应在幼儿熟悉的环境下发展幼儿的空间认知能力,培养幼儿独立探索能力;再次是地图的内容,成人的地图比较抽象化、复杂化而对于幼儿理解来说会比较困难,往往会达不到培养幼儿方位感的目标。因此,将定向运动儿童化是其适应幼儿身心发展和兴趣需要的必要过程。

(二)幼儿教师组织定向运动的角色需要转变和素养需要提升

幼儿教师不仅作为幼儿定向运动的组织者、引导者、材料的提供者,更是观察者、评价者。然而,在实际的定向运动动进行中,教师的角色并没有充分的发挥出来,游戏活动进行中经常出现组织无序的现象或者教师高控的情况,这都会降低幼儿游戏的体验。因此教师的角色需要转变,教师应主动的参与到幼儿定向运动中去,观察幼儿在定向运动认知能力和体能发展,适时地给予支持和评价。同时,由于教师缺乏组织定向运动的素养,往往造成幼儿在游戏中学不到经验,姜嫚认为“幼儿教师组织体育游戏时,需要具备灵巧性、教育性、智慧性和安全性素养。”^{[5]49-51}教师应提高自身组织素养,灵活地组织定向运动并发掘教育价值,从而提升幼儿的学习经验。

(下转第 21 页)

(三)尺度的安全性考量

尺度也是幼儿园环境设计中一项重要的参考指标,儿童需要在特定的尺度下独立完成某些学习活动,各项相关的设计都应控制在儿童的尺度需求范围内。从儿童的行为安全考虑,如家具中柜子、桌椅等的高度和宽度,栏杆的高度和间隔距离等,都不能以成人的标准而要依据这一时期儿童的身体机能发展和行为模式,设计者需要对儿童在奔跑、躺卧或攀爬等行为时的目光视线高度,密切关注和细微考量。

(四)空间的渗透与灵活性

儿童成长阶段的特殊性,使他们的注意力很难连续长时间关注在某一件事物上。结合儿童兴趣点转移快的特点,只有不断变化教学活动和项目,才能使他们一直保持探索的兴趣,激发他们的想象力和创造性。那么,怎样的环境和空间设计才能够触发儿童的思考、认知和思维重构呢?首先,空间以自由灵活的方式改变,从分割、重组、边界限定、围合方式等入手,使教学活动如学习、游戏、交流和休息可以在同一空间下利用开放与封闭达到功能的多样性;其次,边界的界定方式可以多样化,如用家具、玻璃半墙或活动隔板等增加过渡性空间,这些分割方式

不阻碍视线、声音和光线的穿透,达到更自由交流的目的,由此空间认知的过程在这种设计下丰富化和多样化,认知特征也就富有逻辑性和激发性。

[参考文献]

- [1] 乔治 S 莫里森. 学前教育——从蒙台梭利到瑞吉欧[M]. 北京:中国人民大学出版社,2014.
- [2] 孙岚岚. 构建区域活动 促进幼儿发展[J]. 教育科研论坛,2009(11):48-49.
- [3] 王婷婷. 瑞吉欧教育特色及对我国幼儿教育的启示[J]. 武汉冶金管理干部学院学报,2016(3):86-87.
- [4] 徐梦琪. 基于儿童空间认知的幼儿园空间设计研究[D]. 西安:西安建筑科技大学,2015.
- [5] 高静. 基于知觉现象学的建筑空间体验初探[D]. 大连:大连理工大学,2010.
- [6] 马克·杜德克. 学校与幼儿园建筑设计手册[M]. 武汉:华中科技大学出版社,2008.
- [7] 黎志涛. 幼儿园建筑设计[M]. 北京:中国建筑工业出版社,2006.
- [8] 王素娟. 创设适宜幼儿发展的幼儿园环境——瑞吉欧教育理念的启示[J]. 时代教育,2007(9):155.

[责任编辑 李兆平]

(上接第 17 页)

(三)尊重差异,进行个别化指导

幼儿的身心发展具有差异性,每个幼儿的认知能力和社会性水平发展是有差异的,教师在组织定向运动中往往只关注幼儿普遍的发展情况,而对一些发展相对较慢的幼儿缺乏关心,造成了运动过量、幼儿失去兴趣等不良现象。因此尊重幼儿发展的差异性,耐心地对发展较慢的幼儿进行个别指导,保持幼儿对运动的兴趣。同时,定向运动也应根据不同年龄班幼儿的心身发展规律进行内容、规则的设置,从而使该运动更好的在幼儿园开展。

总之,定向运动作为一项体能与智能相结合的体育游戏,在幼儿园开展具有一定的适宜性。在发挥其本身特点的基础之上,结合幼儿身心发展规律和《指南》,实现定向运动的儿童化、游戏化。幼儿能够在玩中获得经验、获得乐趣,在玩中养成良好的学习品质,从而真正地促进幼儿的发展,让游戏点亮幼儿的快乐童年。

[参考文献]

- [1] 李季涓,冯晓霞. 3-6岁儿童学习与发展指南解读

[M]. 北京:人民教育出版社,2012.

- [2] 张晓威,等. 定向越野第二版[M]. 北京:星球地图出版社,2013.
- [3] 蔡琪,施立平. 幼儿体育游戏的分类[J]. 幼儿教育,1984(7):10-12.
- [4] 黄芹. 幼儿体育游戏中分组与合作的指导策略研[D]. 武汉:华中师范大学,2011.
- [5] 姜嫄. 幼儿园体育活动设计、组织者素养探析[D]. 武汉:武汉体育学院,2016.
- [6] 陈鹤琴. 家庭教育[M]. 上海:华东师范大学,2012.
- [7] 蒙台梭利. 童年的秘密[M]. 北京:商务出版社,2007.
- [8] 金成吉,肖飞,解超. 我国儿童肥胖问题研究热点与历史演进知识图谱分析[J]. 中国学校卫生,2017,38(8):1210.
- [9] 侯忠仁. 定向运动文化分析[J]. 体育文化导刊,2015(12):58-61.
- [10] 李进敏. 定向运动的价值研究[J]. 社会发展,2011(21):72-74.
- [11] 单小忠. 定向技能在定向运动中的运用分析[J]. 西安体育学院学报,2003(4):79-81.

[责任编辑 李兆平]