

■专题: 幼儿园园本课程与教学实践

幼儿园室内晨间锻炼活动游戏化的实施策略

赵娟娟, 马 娥

(宁夏大学教育学院, 宁夏银川 750021)

摘 要:室内晨间锻炼活动对于幼儿的身体健康、情绪状态、探索力和创造力的发展具有积极意义。目前幼儿园室内晨间锻炼存在着场地受限、材料不足、游戏形式单一、教师组织和指导不到位、安全隐患等问题,游戏化是解决这些问题的重要抓手。教师在室内晨间锻炼游戏化过程中应坚持趣味性和挑战性并重、主体性与指导性兼顾、目的性和生成性相济的原则。在具体的实施过程中,应丰富游戏材料并挖掘多样化的游戏形式,融合课程教学主题来创设生动活泼的游戏情景,教师也要观察幼儿的活动并支持和指导幼儿的游戏探索,以此推动幼儿的室内晨间锻炼活动取得积极效果。

关键词:室内晨间锻炼;游戏化;体育活动

中图分类号: G613.7

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2019)01-0049-04

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

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2019.01.010

The Implementation Strategies for Gamification of Indoor Morning Exercise Activities in Kindergarten

ZHAO Juan-juan, MA e

(School of Education, Ning Xia University, Yinchuan, Ningxia 750021, China)

Abstract: Indoor morning exercise activities are of positive significance to children's physical and mental health as well as the development of their creativity. At present, problems exist in indoor morning exercises, including limited space, insufficient materials, the lack of variety in the forms of play, inadequate organization and guidance of teachers, and hidden dangers. Gamification is an important way to solve these problems. In the gamification of indoor morning exercises, teachers should adhere to the principles of interesting and challenging, subjectivity and instructive as well as purposiveness and generativeness. In the process of implementation, play materials should be enriched and diversified game forms should be explored. The theme of the course should be integrated to create a lively environment for plays. Teachers should not only observe the activities of the children, but also support and guide the exploration of children in plays. In these ways, it will promote indoor morning exercise activities of children to achieve positive results.

Key words: indoor morning exercise; gamification; physical activities

晨间锻炼是幼儿入园后的第一次集中性的体育锻炼活动。作为体育活动的重要组成部分,高质量的晨间锻炼不仅能够提高幼儿身体机能,还是保证精力充沛地进行一日学习和游戏的重要前提。但由

于受持续的阴雨等极端恶劣天气的限制,通常在户外进行的晨间锻炼不得不转向室内。因此,探索室内晨间锻炼的有效开展形式、提高其活动的质量,是保证达到预期锻炼目标的必然要求。

收稿日期: 2018-06-21; **修回日期:** 2018-07-05

作者简介: 赵娟娟,女,甘肃定西人,宁夏大学教育学院研究生;马娥,女,回族,宁夏同心人,宁夏大学教育学院副教授,教育学博士,主要研究方向:幼儿园游戏。

一、当前幼儿园室内晨间锻炼存在的问题分析

室内晨间锻炼活动是教师组织幼儿在教室或者楼道等室内场所进行的早晨的体育锻炼活动,是针对户外晨间锻炼因天气等原因而不能顺利开展而进行的必要补充。受连续的阴雨天气的影响,笔者所在的幼儿园在较长一段时间里在室内活动。笔者发现,当前幼儿园在阴雨天气室内晨间锻炼方面还处于不规范、随意的状态,对室内晨间锻炼的重视度不足,具体存在着以下问题:一是室内场地有限,存在安全隐患。教室的空间虽然总体上较大,但被零零散散的区角所占用,全自由式的活动区域有限,三十几个孩子在一起活动总会出现大幅度运动无法施展和活动时拥挤、推搡的场面,安全不能被保证;二是室内体育运动材料匮乏。室内没有户外那样有固定的高结构化的大型器械,幼儿每天玩同样运动材料且这些材料简单、单一,因供小于求的状况而出现争执或消极等待时间过长的现象是常有的现象;三是游戏的组织重复和单一,运动内容和形式缺乏趣味性和层次性,难以引起幼儿持续参与的兴趣。幼儿的运动以自我游戏为主,缺乏同伴或者群体游戏的多样化形式,且幼儿对不同游戏的选择空间较小;第四,教师缺乏对活动的计划和指导,盲目随意的组织状态使晨间锻炼活动流于重复的形式主义。教师只关注儿童的安全,对组织秩序、时间分配、幼儿选择材料、动作方式发展、运动强度和密度等方面缺少思考,尽管如此,幼儿的安全还是不能保障,活动过程较为混乱。同时这几个因素处于一个相互影响和制约的循环状态,任何一个环节的缺陷和不足都会干扰另一方的良性组织和运行,一方面,教师的散漫组织状态和无准备的游戏组织形式及其无序的活动形态会无形加剧安全隐患;另一方面,材料不足会不自觉地引起幼儿兴趣的丧失与安全隐患的突出,对安全的过分关注又使得原本应该呈现积极状态的教师的组织变为消极和负效的干预。这些原因导致室内晨间游戏缺乏有弹性的行为机制,长此以往不仅会导致幼儿运动量的不足,还可能会使幼儿精神散漫和意志力下降,制约着晨间锻炼的有效实施。

二、室内晨间锻炼游戏化的提出

《幼儿园教育指导纲要》中健康领域中指出,要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动,吸引幼儿主动参与。^[1]针对幼儿晨间锻炼中秩序混乱、材料匮乏、场地有限、教师组织和指导缺位、幼

儿兴趣不足等问题,笔者从本班(小班)实际出发进行了一学期多的实践探索活动,经过探索发现游戏化是最适合幼儿的方式,因此我们尝试以游戏化为抓手,力图改变晨间锻炼固有和潜在的弊端,以游戏化的形式激发幼儿参与活动的兴趣,逐步提高儿童在游戏中与环境的互动能力。探寻晨间锻炼的游戏化的实施路径,需要从现实情况出发,遵循以下原则。

(一)趣味性和挑战性并重

于儿童而言,游戏是其最主要的生活方式,是儿童生命探索的最原始形态,幼儿的特性使得其在选择时总是倾向于那些直观、生动、活泼的材料,“幼儿园的空间设施活动材料和常规要求等均应有利于引发支持幼儿的游戏和各种探索活动”。^[2]空间和材料的价值需要得到进一步的挖掘,依据儿童的兴趣和需要选择材料、活动开展形式、活动时间等,并依据幼儿的直接体验适时推进游戏的进展,同时即便是很小的幼儿对仅仅有趣但却没有难度的活动的热情不会持续地保持,要求我们在组织、设计、改进游戏的过程中要善于观察和解读幼儿的游戏行为,把握幼儿的最近发展区,由易及难、由简到繁地有层次推进,增强活动的层次性和挑战性。

(二)主体性与指导性兼顾

游戏是依据儿童活动的愿望而所进行的活动,强制的外在意志和意愿不利于体育锻炼活动的开展,当儿童兴致勃勃地进行某项感兴趣的活动时,他们有不被干扰和中断的愿望,因而教师在幼儿的游戏过程中要做的是观察幼儿的游戏行为,把游戏的自由和自主教给儿童,晨间锻炼游戏需要老师的组织但不应该是控制的过程,同时因经验水平的限制,幼儿常常在游戏中会出现一些问题和困难,如果置之不理会使游戏在不断地重复中变得无效,教师需要把握分寸并适当干预,在儿童的经验有限时适时提醒来拓展他们的游戏经验,促进其社会化的向前发展。

(三)目的性和生成性相济

幼儿游戏的无序混乱状态和安全隐患在很大程度上与教师随意的组织状态有关,教师应“心中有数”,即对晨间锻炼活动在前期有计划和准备,对游戏开展的形式、时间、材料,对幼儿自身的身体状态和动作发展水平、兴趣、对运动的强度和走、跑、跳、爬、平衡、协调等方面的锻炼都要有整体性和阶段性把握,避免活动组织的盲目性;再者,幼儿室内体育锻炼中的某些问题和现象只有在游戏中才能被发现,教师应审时度势、根据幼儿个体现有的经验以及

幼儿与环境互动的情况,对个体幼儿的探究速度、发展方向进行科学的预估,确定幼儿的最近发展区,^[3]以支架式的指导对游戏内容和形式进行优化。

三、室内晨间锻炼游戏化的实施策略

室内晨间锻炼游戏化的目的不仅在于让儿童在游戏化了的体育锻炼中获得身体机能的提升,还在于通过游戏性锻炼彰显幼儿的主体性、提升其活动趣味性,在高主动性的活动中培养其主动思维和勇于实践、不断探索的能力,以期在最近发展区内建构经验、增长认知,使晨间锻炼取得成效。

(一)丰富游戏材料,挖掘多样化的游戏形式

作为支撑幼儿运动的基本元素,简单的材料具有多样化价值,我们在提高材料可利用性的同时兼顾其“弹性”功能。我班室内材料一般是较为简易的材料,如球、彩圈、桌椅等,幼儿在重复游戏后容易转移兴趣或者呈现无序玩闹的状态;但同时这些材料虽然简单却具备低结构化材料和开放性材料的特征,各个材料各有特性,可以赋予新的思路和创意,以期扬长避短而发挥出新的潜能。例如根据观察幼儿的自发游戏,我们将“球”和“圈”二者结合设计出了“投篮”游戏,即一个幼儿双手举高彩色圈做“篮筐”,其余幼儿排队对准“篮筐”依此投皮球;将圈、桌子、塑料瓶结合在一起设计了“打保龄球”游戏,即将一个饮料瓶放在了一张长方形桌子的最边缘,让幼儿站在另一端用皮球去打倒瓶子,这个游戏需要幼儿能够在发球时掌握好胳膊和手腕的力量,还需对准目标,需尝试正确的有效的路径;将彩虹伞和沙包组合在一起尝试了“小宝宝睡觉”游戏,即幼儿分别拉着彩虹伞的一角站在彩虹伞周围,听着老师的口令操作,听到“暴风雨来了”时用力抖动彩虹伞,但不能让放在中间的沙包抖出去,听到“风变小了”时一起匀速减慢,听到“宝宝要睡觉了”时要轻轻放低彩虹伞,游戏是一个由易到难上升的过程。另外,幼儿运动经验的获得与材料的投放特点也很有关系,可以说不同的运动类型需要不同运动材料的支持,如促进幼儿走跑跳跃钻爬攀登平衡投掷所运用的材料就各有差异,^[4]因而我们重新组合了固定材料的多样化途径,如将教室内的桌椅等非游戏器材充分地利用起来,我们在教室里放了一些泡沫垫,一些拱形桥,几块彩色布,还有一些投掷的沙包,一些筐和圈,易拉罐做的“梅花桩”,幼儿最开始自发地分了两组,泡沫垫和拱形桥一组,用以进行“爬”的游戏,别的一组是扔沙包游戏。后来幼儿在游戏中相互商量把圈

排成一行,间隔性地放上拱形桥,泡沫垫,为此他们自己把睡觉区的椅子都搬到靠墙的位置,并请求我帮助他们把六张桌子搬到一起,于是我们把整个教室用桌子、器械等布置成了一个游乐场,儿童以各种姿势进行游乐场式的游戏运动,幼儿通过对材料的探索,原本传统、简单被动的游戏形式转变地富有层次性和创新性,室内锻炼变得丰富、多元和有趣,同时丰富和支持着幼儿对室内体育活动的反思和判断,促进了幼儿对自身的认识和对游戏的自发主动探索与构建,有助于材料与幼儿之间形成良性互动,必然使身体的协调性灵敏性平衡性等方面良性发展。

(二)融合课程教学主题,创设生动活泼的游戏情景

我园进行的是各领域渗透式教学,课程支架可以相互贯穿并且巩固加深,当游戏与本周的教学主题相融合时,游戏就有了方向性和系统性。幼儿喜欢在有主题的情境中游戏,小班阶段的幼儿秩序感较差,刻意的训练会使幼儿感到枯燥,《3—6岁儿童学习与发展指南》提出要创设丰富的教育环境,最大限度地支持和满足幼儿通过直接感知实践操作和亲身体验获取经验的需要。^[5]要使游戏具有可玩性,宽松自主且可以独立面对真实问题和解决问题的环境极为重要。儿童是有“吸收性心智”的个体,与环境的互动是其获得经验的主要方式,因而我们要为儿童要准备富有生活化和秩序化的开放性环境,又因为情境性游戏的顺利开展有赖于足够安全和宽敞的空间,于是我们在融合课程进行游戏时,首先将抽拉床的区域和教室的走廊融入为游戏的元素,将教室活动区的桌子合并起来增加空间,以便针对不同游戏活动动静结合地展开游戏。我园属于部队幼儿园,充分利用部队学员资源开展了学军月的活动,学习了站姿、坐姿、匍匐前进等,为此进行了“炸碉堡”“向前冲”“开坦克”等游戏锻炼,“炸碉堡”就是将六张桌子摆成一长条,让幼儿一组排队按照匍匐爬的姿势向前爬行,在游戏的过程中幼儿自己探索出了多样化的动作,如背朝下躺着走,侧着走、甚至是两腿跪着走等;“开坦克”是废旧纸箱做成一个大圈,让部分幼儿站在上面共同前行,有利于小班幼儿初步合作行为的形成;本学期3月份的主题是《车子叭叭叭》,我们组织玩圈的幼儿排队前行,教师和幼儿将圈套到腰上,教师当“列车长”,幼儿当司机并按照教师指令进行减速和加速,同时贯穿了等红绿灯的交通规则,这种角色扮演首先使原本杂乱的场景变得

整齐有序、易于组织,其次在潜移默化中教会幼儿习得基本的社会性规范,契合主题教学;四月份的主题是《动物朋友》,具有故事情节的游戏有“小乌龟运粮”、投掷游戏“小动物喂食等”、“龟兔赛跑”、轮胎叠加在一起玩“打地鼠”等,例如我们以龟兔赛跑的故事延伸,增加了“小兔跳、乌龟爬”的比赛,在跳的环节用了方圈、梅花桩、轮胎等障碍物以增加游戏的难度,在爬的环节用了小方垫、拱形桥等,幼儿可以自己选择怎么样布置场景,既确保了其身体各部位得到均衡的锻炼,又能满足他们主动参与的愿望,突破了重复单一游戏的局限性。值得注意的是,在如此较多的游戏中,由于幼儿人数较多,使得集体共同游戏面临着局限性,因而两名教师共同分工,带领幼儿分别在不同的区域进行不同的体育游戏。

(三)观察幼儿的活动,支持和指导幼儿的游戏探索

幼儿在自主的游戏可以获得积极的意义体验,因此,教师要深入观察幼儿的游戏行为,适时给予指导或支持。教师应有意识地兼顾游戏者的整体性和个体性特点,用语言和非语言的肢体动作去鼓励幼儿或者对幼儿的行为得到肯定,适时引导幼儿游戏向更为高效和深层次的方向递进,某些幼儿只对某一种活动感兴趣,需要我们教师及时发现和调整,以保证其身体机能的均衡锻炼。例如我们班一个内向的幼儿不敢玩保龄球游戏,我适时鼓励他说:“你也一定会玩的很棒!”,结果该幼儿参与了游戏且与其他幼儿相比有较高的投中率。另外,当幼儿的游戏进入误区或者出现困难时,应及时调整思路,保证幼儿的锻炼效果。例如在玩“投篮”游戏时,幼儿因次数有限而不能如愿地多投几次而获得成功,因而我们后来进行了调整。第一,让幼儿分三组游戏,对准各自的目标,允许多次尝试;到第二学期,以每组相等的人数进行投球并加入竞赛环节,保证趣味性和适当难度;第二,增加难度,要求篮筐增高,即由三个幼儿拿圈由低到高排列,形成一个较长的“洞”(即纵向空间的组合);玩“保龄球”游戏时,幼儿的球常常会不能投准目标而掉到地上,因而对游戏进行了如下的调整:首先加了两个塑料瓶,三

个瓶子并排放到一起来增加他们“投中目标”的几率;然后用两张桌子按长并到一起,增加了路程。另外,良好的师幼互动一定程度上来源于老师融入幼儿的游戏,有助于观察问题、了解冲突、发现兴趣并捕捉教育契机,做儿童游戏的指导者。如在玩“保龄球”游戏时,幼儿在掌握规则后极易投中,由于难度降低而兴趣慢慢消失,我问他们,“怎么样可以使打保龄球更有趣?”,幼儿说一个圈太少了,我们便多立了几个圈在桌子中间制造障碍,对幼儿的胳膊的力度又提出了更高的要求;顺应幼儿的兴趣,我们建立了比赛评分制度,评选出“保龄球之王”。评分制度用彩色的标志做成的格子,幼儿能够清晰地看到自己的进步,参与的主动性很高。当幼儿生成新的思路和想法时,应契合幼儿的兴趣点,鼓励和支持游戏的发展。例如在龟兔赛跑的游戏中,幼儿发觉圈与圈中间间距太小,不能够大步地跳过去,于是他们增加间隙并错落地放置圈,使得圈之间可以循环和环绕,并尝试了单脚跳和双脚跳的方式,在我们班,很多游戏的改进都是教师在观察和听取儿童的建议后所尝试的,我们在了解幼儿需求的基础上选择恰当的指导时机和方式方法,会避免无效和负效的干预,尊重了儿童自主游戏的意愿,自然使幼儿在无压力、轻松、愉悦的氛围中主动游戏、推动了幼儿更高水平的发展。

【参考文献】

- [1] 幼儿园教育指导纲要(试行)[N]. 中国教育报,2001-08-15(003).
- [2] 曾莉,申晓燕. 运用开放性材料促进幼儿运动经验发展的实践探索[J]. 学前教育研究,2017(01):67-69.
- [3] 盖伊·格兰兰德. 发展适宜性游戏——引导幼儿向更高水平发展[M]. 北京:北京师范大学出版社,2014.
- [4] 徐皇君. 让孩子在有准备的环境中成长[J]. 学前教育研究,2014,(3):64-66.
- [5] 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,2013.

【责任编辑 李兆平】