户外活动让幼儿健康快乐的成长

山东潍坊高新区东风幼儿园 舒佳

一、理念

《3-6岁儿童学习与发展指南》中指出：“幼儿的学习就是通过自己特有的方式与周围环境互动的过程，是幼儿主动探索周围的社会环境、自然环境和物质世界的过程。”幼儿的学习是以直接经验为基础，在游戏和日常生活中进行。由此可见，环境在幼儿学习过程有着举足轻重的作用，而游戏又是幼儿最感兴趣的学习方式，珍视游戏和生活的独特价值，创设与幼儿的学习相适宜的环境，鼓励和支持幼儿亲身体验、实际操作，使之在模仿、感知、探究中获得经验。

二、原则：

1、锻炼性原则：

幼儿园户外活动是以促进幼儿身心健全发展，培养幼儿体能为主要任务。

2、教育性原则：

德育、智育、体育三者，为教育缺一不可之物。我们在开展户外活动中也要注重教育的渗透和教育价值的把握。

3、兴趣性原则：

《刚要》中指出“培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，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”。

4、简便易行性原则：

材料比较的简单，在活动中方便实施，但是可以达到很好的活动效果，能够体现一物多玩。例如一些游戏：两人三足、老鹰捉小鸡、跳房子。这些传统游戏都是我们经常开展的户外游戏活动。为什么这些不会落伍，就体现了简便易行的原则。

三、形式：

户外活动分为两种形式：一是幼儿自主游戏的形式，二是集体游戏的形式。

1. 幼儿自主游戏。包括幼儿自班自主游戏与幼儿混班自主游戏，教师分区进行引导与参与。户外活动分级部进行，教师提供丰富多样的户外器械，包括教师与家长自制户外器械与幼儿园提供的大型以及小型户外器械。幼儿自主进行游戏，教师在保证幼儿安全的情况下，起到引导和参与的作用。

2、幼儿集体游戏。每天下午是集体体育游戏的时间，教师带领孩子们在操场上进行集体游戏，体验集体游戏的快乐，教师是引领者也是参与者。

四、实施方案：

1、计划

3-6岁是儿童动作发展的关键时期，最初始的动作和基本的动作都是在这个时期学会的，所以指导幼儿掌握动作必须要有准备有计划地进行。

2、目标

总目标---

《指南》从身体素质的角度提出了幼儿在大肌肉动作方面“具有一定的平衡能力，动作协调、灵敏”和“具有一定的力量和耐力”的发展目标。身体素质反映了人体在身体运动中的机能水平。例如，平衡能力、协调能力和灵敏性反映了神经系统对肌肉活动的控制和调节能力，力量、耐力主要体现了肌肉组织和心肺系统的功能状况等。

分目标---

为了让幼儿有目的、有计划的进行户外活动，达到强身健体的目的，我们制定了各级部户外发展的目标。

3、培训

为提高幼儿的身体素质，让幼儿在户外活动中健康快乐的成长，就需要教师提高自身的户外教育指导能力，所以教师的户外培训是必不可少的，我们从以下几个方面展开培训。

\*转变教师观念，提升教师素质。

在以往的户外活动中，大多以教师教，幼儿学为主，教师利用幼儿园现有的户外大型器械，组织孩子们进行体育锻炼，由于器械有限，所以孩子们排起了长长的队伍，导致等待时间过长，也出现了打闹的现象。不能充分调动幼儿的积极性、主动性。而且教师在户外活动中不仅要提前摆放好大型器械，而且花费大量的时间去组织孩子们的纪律，既费时又费力。而现在通过我们的不断摸索，探索出了我们幼儿园新的户外活动那就是户外自主游戏，让幼儿自己做游戏的主人。

\*开展教研活动。

每周由户外教研组长带领老师们进行户外教研，教研围绕户外活动的目标进行，致力于探索出更多器械和游戏的玩法，教研活动的形式多样，有时进行理论教研，有时老师们亲自上阵来到户外场地体验和探索游戏的玩法，有时是老师们在观察户外活动时发现的孩子们身上的问题和亮点。通过教研活动老师们切实做到从孩子们的视角出发，让每一个孩子爱玩、会玩、有的玩。

\*自制户外器械。

为了让每个孩子在户外活动时爱玩、会玩、有的玩，我们每个班级，每个老师都参与了自制户外器械的活动，并且发动家长提供废旧材料以作我们坚实的后盾。当然，我们的自制户外器械是有严格要求的。

4、活动中教师应该做到的几点?

\*从幼儿兴趣着手，提高户外活动的兴趣

兴趣是最好的老师，浓厚的兴趣能促进人的大脑和各种感官处于兴奋状态，使人思维敏捷，全神贯注的学习。在每天上午的户外自主游戏活动中，老师们不仅投放各种各样的户外自制器械，而且和孩子们一起玩耍，引导孩子们创设情景。

\*多表扬，多鼓励，培养幼儿积极参与活动的意识

多表扬、多鼓励是培养孩子自信心最重要的方法，每一个孩子都需要鼓励。比如：在一次攀爬跳跃活动中，我给孩子们设置了三层和四层的高度，大部分幼儿选择了爬到三层跳下，只有行行小朋友爬到了四层跳下，这个时候我抓住机会表扬了行行小朋友，夸他真勇敢，就这样，其他小朋友也尝试着效仿，很快大部分幼儿都能爬到四层再跳下了。看着孩子们高兴、自豪的样子，在此次活动中自信心明显增强了。

\*分享收获，畅谈感受。活动结束时的评价，重点在评价中分享经验和交流感受。

如大班幼儿玩大滑梯可以在斜坡横着走以及跑着冲下去。结束时老师评价了几位横着走和冲下去做得非常好的幼儿，并请畅谈感受与秘诀，孩子们交流了各自的发现，促进以后的锻炼活动向更高更难挑战，利用同伴的经验获得成功的体验。

五、户外活动取得的成果:

通过一段时间的探索和实践，户外自主游戏取得了一些小的成果。首先幼儿可以根据自己的兴趣需要自由选择游戏内容，自由创编游戏玩法，幼儿自主性得以充分展现。其次，户外活动已不再是教师主导，教师角色发生转变，在幼儿游戏时教师更多的是记录者的身份，将幼儿的教育故事、精彩瞬间记录下来，为幼儿的发展提供案例支撑。幼儿参加户外活动的积极性更高了，每个人都有得可玩，明显的减少了等待的时间。

陈鹤琴先生说过：“孩子是生来好动的，是以游戏为生命的。对于孩子来说，他们的工作就是游戏。”幼儿园要充分挖掘自身的潜力，给孩子创造游戏的机会和条件，从而让孩子通过游戏得到身心的愉悦和健康发展。每一个孩子的创新力都是有着无限的可能性，作为每一位幼教工作者，我们理应创设良好的活动环境，提供适宜的活动材料，发挥教师的观察能力，让每一个孩子在玩中学、学中玩、玩中有创新，从而更全面地促进孩子各方面的发展。