

幼儿教育中开展户外运动的困境与解决方法

殷小芳

江阴市周庄金湾实验幼儿园 江苏江阴 214423

摘要：社会在不断地发展和进步，幼儿教育也逐渐得到了广泛的重视。幼儿阶段正处于生理及心理发展关键期，户外运动在增进幼儿健康的同时，也促进了幼儿社交能力，探索精神及环境认知能力的发展。但目前幼儿园户外运动发展面临着场地受限、安全隐患和师资不足等多重困境。为解决上述问题、促进幼儿全面发展、探索行之有效的解决方法，有其现实意义与理论价值。本研究旨在深入探讨幼儿教育中开展户外运动所面临的困境，分析其成因，并提出切实可行的解决方案，以期为幼儿园教育工作者提供参考。

关键词：幼儿教育；户外运动；开展困境；解决方法

引言

户外运动在幼儿教育中占据着重要地位，不仅可以促进幼儿身体素质的发展，同时也可以培养其团队合作能力，独立思考能力以及问题解决能力等。国内外许多研究证明户外活动对于幼儿认知发展与心理健康同样具有积极作用。但在现实条件下幼儿园户外活动发展受诸多因素限制。比如在城市化进程不断加速的大环境中，幼儿园户外活动场地日渐减少，幼儿园安全管理的压力越来越大，再加上师资力量不强，使得户外活动很难得到全面落实。

一、幼儿教育中户外运动的價值

（一）促进身体发育

户外运动对促进幼儿身体发育有着不可缺少的重要作用，通过积极参加各种户外活动，儿童可以增强肌肉力量与耐力、提高心肺功能、促进骨骼健康成长。跑、跳、爬等动作能有效地促进幼儿运动协调能力与平衡感的发展，让他们在身体运动时变得更灵活、更自如。另外，自然环境下的活动能激发儿童探索欲望、提升其空间认知能力、控制身体各个部位的意识。阳光照射户外运动有利于维生素D合成和帮助钙吸收，对于幼儿骨骼生长特别重要。同时户外活动有利于减少肥胖风险、养成良好运动习惯、让孩子在愉快的锻炼中自然养成健康生活方式。所以，在进行日常幼儿教育时，要注重户外运动的发展，这样才能全面地促进幼儿身体的发育。

（二）促进心理发展

参加户外活动可以提高幼儿自信心与独立性，幼儿在游戏中战胜困难并完成挑战后成就感就会得到极大提

高，从而提高自我认同。同时户外运动也给孩子们提供了大量社交的机会，让孩子们与伙伴们交流、学会分享和协作、培养团队精神、沟通能力等。自然环境下，儿童通过自由探索、创造性玩耍等方式激发想象力和创造力，对其认知发展具有重要意义。另外，户外活动带给幼儿的新鲜体验还能帮助幼儿缓解焦虑与紧张情绪，增强心理韧性，让幼儿更好的适应环境与挑战。总体上看，户外运动在注重身体发展的同时，也给幼儿心理健康生长提供肥沃的土壤，促进幼儿全面和谐发展。

（三）促进社交能力

幼儿参加集体活动时需和其他小朋友交往，学会有效地交流和共享资源，为其通过团队合作构建良好人际关系奠定基础。通过一起玩、一起挑战，孩子们可以体会到友情的建立和维系，这样既能加强相互间的信任，又能发展同理心。在其遭遇矛盾或不一致的情况下，户外活动为解决实际问题提供机会并有助于其学会妥协与磋商。另外，户外运动还提供大量社交场景，使幼儿可以在各种情境下与各种同伴进行沟通，以增强适应能力，提高社交灵活性。通过和伙伴们分享乐趣和挑战，孩子们既锻炼了交往技能又得到了社交互动的情感支撑。在这一过程当中，其社交能力能够健全地发展起来，并为日后人际交往打下良好基础。

二、当前幼儿教育中户外运动面临的困境

（一）场地设施不足

幼儿园进行户外运动，场地设施不完善是常见问题，特别是在城市化进程不断加速的大环境中，这一问题表现得尤为明显。受城市土地资源紧张状况的影响，许多幼儿园户外活动空间极其有限，不能给孩子们提供充足

的运动场。另外,有些幼儿园虽拥有户外空间,但是设施比较简陋、运动器材简单、甚至有些设施陈旧或者存在安全隐患等问题,很难满足孩子们多样化活动的需要。这类场地与设施上的限制直接影响到儿童户外运动的品质与频度。幼儿期运动需求大、空间局促、设施缺乏,既制约其自由跑、跳等基本运动技能全面发挥,又给集体游戏及合作性活动开展带来困难。尤其在大中型城市中,建筑物密集,幼儿园户外场地常被挤压成狭小的区域,使幼儿长期在室内活动,这一状况对其健康及社交能力培养都不利。对部分农村地区来说,尽管场地比较开阔,但是户外设施建设还不够完善,不能给幼儿带来安全和多样的运动体验。

(二) 教师专业能力有限

很多教师对体育教学没有进行过系统训练,特别是对幼儿户外运动活动如何进行有效地设计与组织有很大的局限性。有些教师面对幼儿不同年龄阶段身体发展特点,很难有目的地安排合适的运动项目,造成活动内容简单、趣味性不强,很难引起幼儿对运动的兴趣。这一限制既表现为具体活动的设计,也表现为教师户外运动安全管理与应急处理能力。部分教师因缺乏必备的专业知识,在户外活动组织上多选择比较简单,风险较小的方案,回避对幼儿协调性、力量及社交能力培养有较大帮助的挑战性活动。另外,教师对动作的引导方式往往比较死板、创新性不强,不能根据幼儿兴趣及发展需要灵活地加以调整。长此下去,不但会影响幼儿身体发展,而且还会制约幼儿在锻炼中形成合作意识和竞争精神等综合品质的可能性。教师专业能力不足,已经成为限制儿童户外运动品质提高的主要因素。

(三) 家长顾虑与支持不足

很多父母由于过分担心儿童的安全,常常会对户外运动抱持着一种矜持的心态,害怕儿童在锻炼时跌倒、碰撞等意外伤害。出于这一安全顾虑,有的家长甚至建议幼儿园减少或者限制户外活动,觉得让幼儿在房间里从事比较静止的活动比较安全。另外,一些家长还没有充分认识到户外运动的教育价值,比较看重儿童的学业成绩或者智力开发较早,把锻炼仅仅看作是一种消耗体力,忽略其在幼儿身体健康、心理素质、社交能力等方面所起到的正面作用。这一理念造成了家长对于幼儿园户外运动的安排支持与合作不够,即使是业余时间也极少积极地带幼儿参加户外活动。家庭与幼儿园缺少有效交流与合作,使幼儿课内、课外运动量不够,从而进一步影响幼儿身体发育及综合素质。父母的担心与支持不

够成为阻碍幼儿户外运动发展的重要因素。

三、解决幼儿教育中户外运动困境的策略

(一) 加强政府与社会的支持与协作

幼儿教育中的户外运动要顺利开展,离不开政府与社会的支持与协作。在目前快速城市化大环境中,幼儿园场地不足、设施缺乏等现象日益凸显,政府政策引导、资金投入等方面就变得尤为重要。政府可通过计划增加公共绿地、体育设施和幼儿园建设专项资金来助力缓解幼儿园场地资源短缺。另外,政府应该从政策层面上建立更加清晰的指导标准以保证幼儿园户外运动时间与设施配备等基本需求得以实现。这就要求政府在进行城市规划时,必须把教育用地需求放在首位,同时也要求有关部门加强监管,以保证各项政策落到实处。

各行各业的合作也是必不可少的。社会组织、企业和社区可采取公益捐赠,合作办学或者给予专业支持等形式为幼儿园户外运动开展提供更多的资源。有些企业可捐赠达到儿童安全标准的运动器材,也可修建儿童专用运动场,同时有些体育机构可派专业人员为幼儿园教师提供户外运动技能培训以帮助其提高教学水平。社区作为儿童生活、学习的主要场所,还能积极开展社区活动,让儿童及家人有机会参加户外运动。社区内公共绿地及广场可成为幼儿园户外运动延伸场所,从空间上给了孩子更多锻炼机会。经过政府与社会的共同努力,幼儿园户外运动条件与环境都会有明显改善,孩子们可以在更为宽广的天地里接受多样化身体锻炼,从而促进生理与心理的全面成长。

(二) 提升教师的专业素养

教师在幼儿户外活动中既是组织者又是引导者,所以其专业能力的高低直接关系着活动开展的好坏与成效。很多幼儿园教师对户外运动教学训练不系统,特别是对设计满足幼儿身心发展要求的运动项目方面有明显欠缺。要想促进教师专业素养的提高,就要加强教师对幼儿体育教育方面知识的积累,让教师对不同年龄幼儿身体发育特征有所了解,并能对针对性运动项目进行合理安排。其中既包含了动作的多样性与趣味性,也涵盖了如何借助动作来提升幼儿社交能力,团队合作意识与解决问题能力等。

教师专业素养的提高,应该反映到户外运动的安全管理中去。很多教师对于如何保障幼儿户外活动安全存在疑惑,缺少必要的应急处理技能使其组织活动过于慎重,束缚了孩子自由探索与冒险精神。教师在定期进行专业培训的基础上,能够学到更为科学、高效的安全管

理方式,在保障幼儿安全的同时,也能够给幼儿带来更为丰富的运动体验。另外,教师要不断更新教学方法并融合创新元素,让户外运动不只停留于传统跑跳活动,而是包含体能训练和感知游戏在内的多元化内容,从而全面提高幼儿运动能力。

教师专业素养的提高需要有不断职业发展的机会,教育部门及幼儿园管理者要积极地提供有关培训及进修机会以激励其在平时的教学过程中进行不断地反思与完善,从而给幼儿营造一个更加丰富的户外运动环境来促进幼儿健康发展。

(三) 加强家长的参与和教育

很多父母缺乏户外运动价值的认识,过分注重儿童学业成绩及智力开发而忽略运动在幼儿生理、心理及社交能力培养中的意义。所以通过有计划地教育引导来帮助父母建立科学育儿观是关键。幼儿园可定期召开家长讲座或者家长会等形式,请专家讲述幼儿体育运动所带来的益处,尤其是户外运动在增强幼儿体质、协调性发展和情绪调节等方面所起到的积极作用。这种讲座有助于父母用科学的眼光认识户外运动的意義,消除对儿童锻炼时可能会受到伤害的过分忧虑。

在理论层面指导的同时,父母的真正参与是至关重要的。幼儿园可通过举办亲子户外活动等方式鼓励父母和幼儿一起参加各类户外游戏、运动项目等活动,使家长在实践中体会户外运动给幼儿发展带来的好处。这种亲子互动既可以增进家庭成员间的情感,也可以使父母更加直观地了解户外活动对儿童幸福发展的意义。有了这些活动,父母们还可以学会在家创造条件引导孩子们利用业余时间多开展户外活动,营造家园共育、共同发展的良好氛围。

强化家长参与也要求幼儿园与家庭建立更密切的沟通渠道,教师可经常就幼儿户外运动成绩与家长沟通,提出个性化建议以帮助父母更深入了解并支持儿童运动需求。通过这一多层次教育与参与,不仅可以使家长更加主动配合幼儿园户外运动的安排,也可以为幼儿在家庭生活中提供更多的锻炼机会,促进幼儿整体健康成长。

(四) 增强活动趣味性

幼儿教育中加强户外活动趣味性,是吸引幼儿主动参与,促进活动成效的关键。要达到这一目的,教育者需要对活动内容和活动形式进行精心设计,使每一项户外运动成为幼儿盼望已久的欢乐时光。可通过整合多

种元素和创新方式实现,如结合传统体育游戏和现代元素,打造既具有传统韵味而又不失新颖有趣的赛事,例如“电子寻宝”游戏中,用智能手环或者定位器带领孩子到室外去寻找暗藏的宝物,不仅可以锻炼身体,还能培养探索精神;或者根据幼儿喜爱的动画、绘本角色设计情境模拟游戏,让幼儿扮演角色,在户外场景中完成任务,如“小猪佩奇农场日活动”,让孩子们在农场模拟环境下感受种植、丰收的喜悦,加强与自然的了解与亲近感。

与此同时,使用废旧物品来自制体育器材是提高趣味性的一种有效方法,如使用废旧纸箱做迷宫和隧道以及使用空瓶子做保龄球等,这些手到擒来的设备不但可以激发幼儿创造力,而且可以使幼儿在活动过程中获得更大成就感与快乐。另外,可定期举办户外亲子运动会和体育嘉年华,请父母一起参加,在亲子合作中通过游戏项目加强亲子关系,还能使幼儿在轻松、愉悦的气氛中,享受到锻炼的乐趣。

结束语

幼儿期是个体身心发展的关键时期,户外运动以其独特的魅力,在促进幼儿体质增强、心理健康、社会适应能力提升等方面发挥着不可替代的作用。面对户外运动开展中的困境,我们应秉持“以幼儿为中心”的教育理念,通过加强安全管理、拓展运动空间、加大资源投入、转变教育观念及增强家校合作等多措并举,为幼儿创造更多安全、有趣、富有挑战性的户外运动环境。

参考文献

- [1] 阿依努尔·阿哈提别克.学前教育幼小衔接的实践困境及解决办法探究[J].电脑校园,2023:4713-4714.
- [2] 姑扎里努尔·买买提.新时代“体教融合”融入幼儿园现实困境与推进策略[J].中文科技期刊数据库(引文版)教育科学,2023(4):4.
- [3] 石恒帅,巴晓鲜.幼儿生命教育开展的困境及对策[J].亚太教育,2023(15):154-157.
- [4] 徐剑,沈友青,王丹.新时代“体教融合”融入幼儿园现实困境与推进策略[J].吉林体育学院学报,2022,38(3):5.
- [5] 李剑,宋淑华.我国幼儿体育发展困境与突破路径研究[J].运动精品,2021(5):61-62.