

园本课程理论与实践探索丛书（第2辑）

北京市教育委员会 总主编
学前教育杂志社 承编

户外区域体育活动的 教与学

段春梅 主 编

Huwai quyu tiyu
huodong de
jiao yu xue

园本课程理论与实践探索丛书(第2辑)

北京市教育委员会 总主编
学前教育杂志社 承编

户外区域体育活动的 教与学

段春梅 主 编

Huwai quyū tiyú
huódòng de
jiào yú xué



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

户外区域体育活动的教与学 / 段春梅主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2010.10

(园本课程理论与实践探索丛书. 第2辑)

ISBN 978-7-303-11499-3

I. ①户… II. ①段… III. ①体育课—教学研究—学前教育 IV. ①G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 172838 号

营销中心电话 010-58802181 58808006
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>
电子信箱 beishida168@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京画中画印刷有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 155 mm × 235 mm

印张: 9.75

字数: 143 千字

版次: 2010 年 10 月第 1 版

印次: 2010 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 19.00 元

策划编辑: 罗佩珍

责任编辑: 栾学东

美术编辑: 毛 佳

装帧设计: 李尘工作室

责任校对: 李 茵

责任印制: 李 啸

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

编 委 会

主 编：段春梅

副 主 编：张丹丹 宋小芳

教学研究组主要成员：

刘小灵	张丹丹	宋小芳	李 莉	尚秀莲
王玉萍	刘 平	万京军	谢立新	黄 荣
周美丽	徐晓国	王 净	崔十英	王秀英
高淑华	王立莉	乌园红		

综合服务组主要成员：

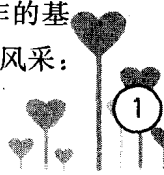
郭艳霞	李 琼	李顺平	王金花	孙海虹
宋文生				

序

近年来,随着人们对幼儿园课程及其影响的日益重视与关注,幼儿园课程的理论与实践研究在不断深入。尤其是《幼儿园教育指导纲要(试行)》(以下简称《纲要》)颁布以来,以幼儿园为基地进行园本课程的开发与研究成为当前幼儿园课程改革的重要途径。

北京作为全国首善之区,拥有一批办园条件优良、文化积淀深厚的名园。多年来,这些园所以“尊重幼儿个性特点、促进幼儿终身发展”为己任,努力实践《纲要》精神,并结合园所自身的组织文化、历史积淀、办园理念、办园特色,努力开展园本课程的实践研究,取得了令人瞩目的成果:有些园所自“八五”“九五”起,就承担着国家级、市级课题研究的任务,在健康、语言、社会、科学、艺术领域开展了广泛而深入的研究,积淀了非常丰富的经验;有些园所立足自身特点,在特殊幼儿随班就读、家园合作、0~3岁早教等方面进行深入探究,取得了长足的进展;有的区域依托农村特有的资源,带领教师开展了乡土课程的研究,等等。为了充分挖掘和系统整理这些研究成果,推动区域内园际间的交流与互动,并率先垂范,将全国各地不同地域的园本课程研究引向深入,充分发挥首都幼教的龙头、示范作用,北京市教育委员会学前教育处特别组织编写了“园本课程理论与实践探索丛书”,与全国广大的幼教工作者共享。

本套丛书系北京市第二批“园本课程理论与实践探索丛书”,共25本,真实记录了北京市关于园本课程开发与研究、园本教研制度建设的现阶段进展。每本书稿都凝结了各园所多年来付出的劳动和心血,是长期研究、探索、实践的生动展现和经验总结。负责各书稿主编工作的基本都是各幼儿园的园长,我们也能由此领略到新时期幼儿园园长的风采:



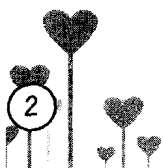
他们在引领园所践行园本课程的过程中已成长为业务型、专家型的幼教管理者。正是他们，秉承着“一切为了孩子”的理念，和自己的教师团队一起，研究幼儿、研究教师、研究教学、研究课程，为我们的幼儿园课程更适合幼儿的发展贡献着自己的智慧和力量。

为了做好丛书的编辑、整理工作，我们特别责成学前教育杂志社承担这项任务。自“十五”以来，他们肩负着报道教育部基础教育课程中心重点项目的工作，对北京园所进行追踪报道，从“《纲要》行动计划在行动”到“‘以园为本教研制度建设’在行动”，与广大幼儿园建立了良好的互动关系，丛书的终成离不开他们的辛勤劳动。同时，北京师范大学出版社的编辑们也为丛书的出版做了大量工作，使丛书得以顺利出版。

伴随着新中国的成长，北京幼教也历经了六十多年的风风雨雨，坚持“普及与提高”“规模与质量”相统一，是我们永恒的主旋律。我们希望这套丛书能为我国的幼儿园课程改革注入新的活力，并能带动更多的幼儿园开展园本课程的实践研究，从而推动我国的幼儿园课程改革迈上新的台阶！

罗洁

2010年7月

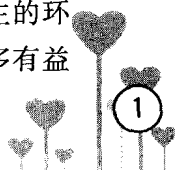


前 言

《纲要》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”“用幼儿感兴趣的方式发展基本动作,提高动作的协调性、灵活性。在体育活动中培养幼儿坚强、勇敢、不怕困难的意志品质和主动、乐观、合作的态度”。由此可见,幼儿的兴趣、动作、意志品质和态度都是幼儿园体育活动的重要目标和内容。但从现有的幼儿园体育活动的组织形式来看,体育课、基本体操、体育游戏、运动会等都具有一定的局限性和不足。比如在活动形式上,集体活动多,个体、小组活动少;在活动内容上,强调了动作的学习、体育技能的提高,忽视了幼儿玩的天性和兴趣的激发;在指导方法上,教师规定多、幼儿模仿性学习行为多,自主性学习行为少。那么,通过什么活动形式、哪些活动内容,教师又如何指导才能使幼儿体育活动既能促进幼儿运动能力、身体素质的提高,又能调动幼儿主动参与体育活动的积极性呢?

幼儿期是幼儿独立性、自主性极易形成的时期,在形式多样的体育活动中,相对于其他形式的活动而言,户外区域体育活动具有自主性、丰富多样性、针对性的特点,并不强求集体的、统一的活动,它更能考虑到幼儿的兴趣、爱好,给幼儿提供足够的自由空间,有利于培养幼儿的独立性和自主性。因此,户外区域体育活动日益成为幼儿园体育活动中的重要形式之一。

2006年,我们在深入学习的基础上,确立了户外区域体育活动的研究工作,并以“户外区域体育活动中建立有效师幼互动策略的研究”为题,申报了北京市学前教育研究会“十一五”研究课题。通过三年的研究工作,我园积累了丰富的幼儿园体育教育研究经验,取得了丰硕的研究成果。那么,如何科学地开展户外区域体育活动,使幼儿在自主的环境中快乐成长呢?三年来,我们结合我园的实际情况,进行了许多有益



的探索和实践。

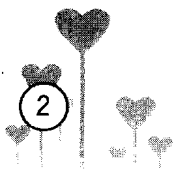
首先，通过园本教研工作提升教师的教育理念，转变教师的教育行为。以集体培训的方式使教师了解户外区域体育活动的内涵和特点；采用观摩和交流评比的方式，帮助教师分析幼儿喜欢的户外玩具材料的特点，提高教师自制户外玩教具的能力；以案例分析为切入点，以“在户外区域体育活动中教师观察幼儿时需要考虑的几个因素”为主题，提高教师在户外区域体育活动中观察分析幼儿的能力；采用连续录像的教研方式，提高教师在户外区域体育活动中的师幼互动能力。通过一系列的教研活动，教师转变了教育观念，提高了教育实践能力。

其次，在新的教育观念的引领下，针对本园的实际，我们充分利用环境资源，挖掘环境与材料的教育价值，自制玩具材料，探索有效的指导方式。在为幼儿提供必要的体育玩具的基础上，教师根据幼儿的兴趣爱好和动作发展目标，自制了大量符合幼儿特点的体育器械和玩具，如沙包、软飞盘、拖拉车、猴尾巴、流星球、轮胎、纸棍、拉力器、投打盘、手垫、智能车等投放于活动中，丰富了户外玩具材料，提高了幼儿对体育游戏活动的兴趣，使不同身心状态的幼儿得到发展。教师还撰写户外区域体育活动中的互动小故事，在活动中观察幼儿，并反思教学，积累了有效的指导方法。本书的内容是教师们在贯彻《纲要》的过程中，将新的教育理念和具体的教育行为相结合的产物，为幼儿园开展户外区域体育活动提供了具体的、可借鉴的案例。

在课题研究的过程中，北京军区政治部首长、北京市教委学前教育处领导及石景山区教委学前科、幼教研的专家领导都给予了极大的关注和指导，特别是《学前教育》杂志的姜维静老师、北京教育学院丰台分院的范惠静老师给予了我们许多具体的指导和帮助，使我们能更深入有效地进行研究和实践。

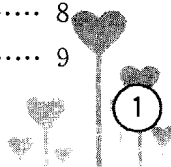
当然，关于户外区域体育活动，我们的研究还有很多不足，也正是这种不足激励我们继续前进，进一步反思我们的教学，完善我们的研究，促进教师专业成长，促进幼儿快乐、健康地发展。

段春梅
2010年5月

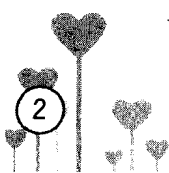


目录

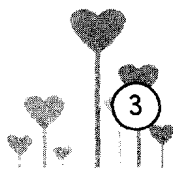
第一章 幼儿园户外区域体育活动的理论探讨	1
第一节 幼儿园户外区域体育活动的价值	1
一、对幼儿身体发展的价值	1
(一) 培养幼儿参加体育运动的兴趣,使幼儿获得多种运动经验	1
(二) 可以促进幼儿身体的生长发育,提高身体素质	2
(三) 有利于幼儿形成良好的体育习惯	2
二、对幼儿社会性发展的价值	3
(一) 可以培养幼儿的主体性	3
(二) 可以提高幼儿的合作及交往能力	4
(三) 可以培养幼儿自信、勇敢的个性心理品质	4
三、对幼儿认知发展的价值	5
(一) 促进幼儿感知觉的发展	5
(二) 在一定程度上能促进幼儿的智力发展	6
第二节 幼儿园户外区域体育活动的特点及组织形式	6
一、幼儿园户外区域体育活动的特点	6
(一) 区域的开放性	7
(二) 选择的自主性	7
(三) 目标的层次性	7
(四) 内容的丰富性	7
(五) 组织的灵活性	8
(六) 过程的游戏性	8
二、幼儿园户外区域体育活动的组织形式	8
(一) 班级开展的区域体育活动	8
(二) 班级轮换活动式	8
(三) 年级同龄共同活动式	9



(四) 混龄共同活动式	9
第二章 幼儿园户外区域体育活动的研究探索	10
第一节 户外区域体育活动的园本研究计划	10
一、体现目标的总体研究计划	10
(一) 研究背景及意义	10
(二) 研究方法	11
(三) 研究内容及步骤	12
二、循序渐进的阶段研究计划	13
(一) 现状分析	13
(二) 研究目标	14
(三) 研究内容	14
(四) 研究方法	14
(五) 具体措施及逐月工作安排	14
第二节 户外区域体育活动的园本研究过程	15
一、体现过程的园本教研实录	15
(一) 关于材料投放策略的园本教研	15
(二) 关于教师适宜指导的园本教研	19
二、体现发展的行政教研实录	29
第三章 幼儿园户外区域体育活动的实践探索	36
第一节 科学设置活动区域	36
一、巧妙利用与开发园内环境	36
(一) 合理规划场地	36
(二) 善于利用现有环境	39
二、设置区域时要考虑的几个因素	40
(一) 幼儿身体发展因素	40
(二) 区域的合理搭配因素	40
(三) 季节性因素	41
第二节 合理投放活动材料	41
一、材料投放的依据	41
(一) 根据幼儿的年龄和兴趣爱好投放材料	41
(二) 根据幼儿的动作发展目标投放材料	44
二、材料投放的原则	65
(一) 安全性	65



(二) 多样性	65
(三) 教育性	66
(四) 趣味性	66
(五) 层次性	68
(六) 可变性	69
第三节 科学组织与指导	69
一、国内统筹、协调一致	69
二、活动不同阶段的指导策略	72
(一) 活动开始阶段的指导策略	72
(二) 活动进行阶段的指导策略	73
(三) 活动结束阶段的指导策略	90
三、教师在指导幼儿活动区时应注意的几个问题	93
(一) 如何保障幼儿的安全	93
(二) 如何控制幼儿的活动量	94
(三) 如何指导不同年龄的幼儿	95
附录	97
北京市学前教育研究会“十一五”研究课题“户外区域体育活动中建 立有效师幼互动策略的研究”开题报告	段春梅 97
北京市学前教育研究会“十一五”研究课题“户外区域体育活动中建 立有效师幼互动策略的研究”结题报告	段春梅 105
以园本教研促户外体育特色的发展	宋小芳 119
浅谈户外体育游戏中的有效提问	徐晓国 124
积极开展户外区域体育活动	刘小灵 128
浅谈体育游戏中的观察策略	崔十英 132
如何提高托班幼儿参加户外体育活动的兴趣	高淑华 135
满足托班幼儿户外体育活动的需要	王玉萍 140



第一章 幼儿园户外区域体育活动的理论探讨

第一节 幼儿园户外区域体育活动的价值

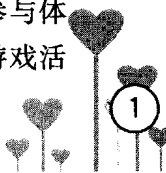
科学研究表明,适当、科学的体育运动有利于促进幼儿的生长发育,使幼儿体力充沛、精神饱满、情绪愉快,而户外区域体育活动打破了幼儿年龄、班级界限,扩大了幼儿之间的接触与交往,体现了幼儿的自主性,对幼儿身体、社会性和认知具有重要的发展价值。

一、对幼儿身体发展的价值

(一)培养幼儿参加体育运动的兴趣,使幼儿获得多种运动经验

《纲要》强调,通过“开展丰富多彩的户外游戏和体育活动,培养幼儿参加体育活动的兴趣”,在自主活动的基础上,积累运动经验,体验运动乐趣,增强幼儿的体质。兴趣是个体以特定的事物、活动及人为对象,所产生的积极的和带有倾向性、选择性的态度和情绪。兴趣是一种无形的动力,当对某件事情或某项活动产生兴趣时,就会很投入,而且印象深刻,它可以丰富人的心理活动内容,推动人的积极行为,是积极学习的内在动力。而运动经验则是指个体从身体运动过程所提供的刺激中获得的独特感受。实践表明,运动经验丰富的幼儿,具有较强的运动能力和感知能力,身体较为灵活和协调。

古人云:“教人不见情趣,心不乐学。”托尔斯泰也提出:“成功的教学所需要的不是强制,而是激发学生的兴趣。”幼儿期是一个人兴趣培养和运动能力发展的奠基阶段,孩子天性表现为无拘无束、活泼好动,而户外区域体育活动的特点正好能满足幼儿的这种需要。由于每个幼儿性格、能力等多方面存在差异,兴趣与爱好不同,因此单一的集体的体育活动形式往往不能满足每个孩子的需要。而区域体育活动恰恰弥补了其他体育活动形式的不足,幼儿可以根据自己的兴趣和需要,自由选择自己喜欢的区域、材料和伙伴进行游戏,这种方式正好能培养幼儿参与体育运动的兴趣。而且,区域体育活动的内容十分丰富,在每一次游戏活



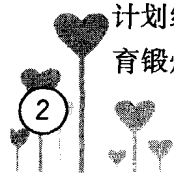
动中,幼儿可以任意选择运动区域,可以从中体验多种运动的快乐,获得多种形式的运动经验,从而为今后参加体育活动打下基础。

(二)可以促进幼儿身体的生长发育,提高身体素质

《幼儿园工作规程》(以下简称《规程》)第五条明确指出:“幼儿园保育和教育的主要目标之一是促进幼儿身体正常发育和机能的协调发展,增强体质。”户外区域体育活动的重大价值之一就是促进幼儿的身体发育,提高身体素质。幼儿的体质不仅和营养、遗传有关,更与体育锻炼关系密切。幼儿正处于生长发育的旺盛时期,身体各部分器官与系统正处于发育的关键阶段,适当的运动能使幼儿骨骼中的骨密度增厚,骨径变粗,变得更加坚固;能使骨骼的新陈代谢加强,增加骨骼细胞营养物质的供给;能提高骨细胞的生长能力,促使骨骼朝纵向的方向增长;同时还能增加幼儿脊柱周围大肌肉群的力量,有助于幼儿脊柱的正常发育;能提高幼儿颈部、腿部和上肢的肌肉力量,增加关节的稳固性。适当的运动有助于提高幼儿心肌的收缩能力,使脉搏输出量得到增加,有助于血管中的血液量增加,增强血管的弹性。适当的运动可以提高幼儿呼吸道的适应能力和抵抗力,能使呼吸肌得到增强,增大肺通气量和肺活量,加强呼吸的深度;能增强胸肌、肋肌和肩肌的力量,更好地保证幼儿肌体对气体交换的需要。适当的运动可以促进幼儿中枢神经控制能力的发展,改善幼儿神经过程的不均衡性,提高其灵活性及调节功能。当幼儿参加户外区域体育活动时,有充足的自由活动时间,可以自由选择各种游戏,这符合幼儿活泼好动的性格,增强了幼儿的运动量,从而大大提高了幼儿的身体素质。而且在开展户外区域体育活动时,由于活动场地大、活动范围大,幼儿的活动强度也适当增加,对促进幼儿身体各系统的生长发育及提高协调性都能起到良好的作用。在开展户外区域体育活动时,幼儿在户外多变的气温环境中生长,皮肤受到适当的反复冷热刺激,能增强机体的调温能力,能充分利用充足的阳光和新鲜空气等自然因素锻炼身体,提高对自然环境变化的适应能力和对疾病的抵抗力,减少感冒和其他疾病的发生,特别是对一些体弱多病的幼儿,更应该通过户外区域体育活动来增强抵抗力。

(三)有利于幼儿形成良好的体育习惯

良好的习惯对人一生的发展起着至关重要的作用。伴随着《全民健身计划纲要》的逐步实施,人们参与体育活动的意识不断增强,但是要使体育锻炼完全成为人们生活中不可缺少的部分,必须使锻炼者树立牢固的



终身体育的意识，养成主动参加体育活动的习惯。而幼儿园教育是终身教育的奠基阶段，是幼儿一生发展的基础，幼儿期是各种行为习惯培养的重要时期，也正因为这样，学前体育才在终身体育实施的过程中发挥着不可低估的作用，对幼儿一生习惯的培养具有奠基作用。

心理学认为，习惯是人们在一定情况下自动地从事某种活动的特殊倾向，个体的习惯一旦形成，将会产生相对稳定的态度定势，不自觉地演变成为个人内在的东西。体育习惯的形成也是一样，通过孩子反复的练习、模仿使动作固定下来，并达到愉悦情感的行为方式，最终形成习惯。户外区域体育活动从小开始培养儿童要用正确的心理来对待体育，用幼儿感兴趣的方式来发展幼儿的身体动作，以情节性游戏为基本活动，重视幼儿的兴趣和自主选择，激发他们对体育活动的兴趣，通过多变的形式来愉悦儿童身心，以此来保证兴趣的稳定，直到体育运动习惯形成，使其终身受益。

二、对幼儿社会性发展的价值

（一）可以培养幼儿的主体性

幼儿的主体性是指幼儿在学前教育中的主体地位，也就是说幼儿作为教育主体，不仅仅是教育的对象，更是活生生的主动发展的个体，即在教育过程中，幼儿的主观能动性起着极其重要的作用。这就告诉我们，幼儿绝不是简单的可以被灌输的容器，而是犹如“加工厂”，他们在接受教师给予的“原料”后，进行着适合自己的加工处理，使教师的教育变为自身的发展需要。户外区域体育活动正是顺应了幼儿主体性教育理论的特点，它明确了幼儿的主体地位，尽可能在活动中激发其主观能动性，给予幼儿充分的信任和尊重，提供更多的活动自由，赋予幼儿一定的选择权利，将很大的主动权交给幼儿，使他们能根据自己的兴趣和需要，选择适合自己的游戏内容、游戏材料和游戏伙伴。每一个幼儿通过自己决定去哪里玩、玩什么、和谁玩、怎么玩，来实现主体性的发展，从而使教学要求由外在的强制力量转化为幼儿的主观能动追求，帮助幼儿变被动参加体育活动者为主动参加者，适应并促进幼儿主体性的发展。在户外区域体育活动中，每个区域都为幼儿提供了不同层次的由易到难、由简单到复杂的各类活动材料，幼儿可以自由选择区域和活动材料，选择自己喜欢的运动方式，如走、跑、跳、投、钻爬、攀登、骑车等，幼儿活动是愉快的、轻松的、自由的，没有任何心理压力，不用担心自己



不会做或做不好，不会产生焦虑，这就为培养幼儿的自主性提供了机会，并打下了良好基础。

(二)可以提高幼儿的合作及交往能力

户外区域体育活动解决了传统体育活动中单一、只注重单纯的技能训练的弊端，自然地将合作与交往的观念渗透到幼儿的心灵中，注重给幼儿创造一个集体和团结协作的环境，让他们在这种环境中健康成长，强化了幼儿团结互助、遵守规则的良好品质，为培养幼儿良好的社会适应能力以及良好的个性品质创造了有利条件和机会。区域体育活动打破了班级、年龄的界限，为幼儿提供了一个很大范围的人际交往空间，在这个空间中，幼儿需要与各种认识和不认识的不同年龄段的幼儿打交道，在这个过程中，幼儿的言语表达能力和行为控制能力得到发展，交往和合作能力也得到了发展。幼儿在活动中自由结伴，共同交流玩法，解决遇到的问题，给予他人关心与帮助，学会了更好地交往与合作，社会性发展得到了质的提高。例如，在活动中需要合作伙伴才能进行游戏时，幼儿需要邀请别的伙伴，使幼儿的合作能力得到发展。又如，在奔跑区玩牵线跑的游戏时，要求两个孩子为一组，把手绑在一起向前跑，看哪一组先到达终点，这时孩子的合作行为得到充分体现：在绑绳子的过程中，大孩子帮小的孩子绑完后，后面的孩子就来帮大孩子绑，充分体现了互相帮助；另外，在同时前进的过程中也需要相互照顾、协调与配合才能快速地到达终点。再如，在投掷区玩打仗游戏时，分为两队，这时幼儿需要自由选择伙伴，自由结伴进行玩耍，使得幼儿的合作能力得到发展。在游戏的过程中，被击中的幼儿要去走小路，这时别的孩子可以替换这个幼儿，而被击中的幼儿需要克制自己想继续游戏的念头，把角色让给等待的幼儿，使幼儿的自控能力、交往协调能力得到发展。

(三)可以培养幼儿自信、勇敢的个性心理品质

有关研究表明，儿童年龄越小，身体活动的能力就越是一切行为的基础，幼儿对自己身体活动能力的肯定程度，与其自信心的形成关系密切。在活动中，那些身体活动能力较强、能够独立地完成多种体育活动的幼儿，获得的成功体验较多，往往会形成积极肯定的自我概念，对解决日常生活中所遇到的其他问题也具有较强的自信心，而且行动表现较为积极主动。相反，那些动作迟缓、身体活动能力较差的幼儿，他们会产生否定的自我倾向，表现为缺乏自信，行为消极、被动和退缩。如果幼儿处处有否定自己的感觉，他们可能会在许多方面显示出缺乏自信

心,无法在幼儿园充分发挥学习潜能,同时他们的社会适应能力也会受到限制,甚至会出现反社会的行为。户外区域体育活动的主要形式是游戏,这些游戏化的体育活动以其丰富的内容情节激发幼儿的参与热情。而且户外区域体育活动提供不同的活动区,提供的游戏内容和材料类型多样,由易到难、由简单到复杂,幼儿可以自主选择适合自己的区域、游戏和材料,不同能力的孩子都会体验到成就感,不会感到焦虑不安。因此,经常开展适合幼儿的户外区域体育活动能够提高幼儿的自信心,使幼儿形成对自己持肯定性评价的心理状态,同时也能更有效地促进幼儿积极主动地参与各种群体活动,这是心理健康的一种表现。而且,幼儿参与游戏的主要动力来自其好动的天性,游戏的情节和角色也是吸引幼儿积极参与的重要因素。在户外区域体育活动中,教师往往设置了一定的情节以满足幼儿活动的兴趣,幼儿有机会、有兴趣通过尝试各种有趣的角色获取运动经验,在这个过程中,幼儿逐步发现自己的潜力,从而提高自信心。

另外,在户外区域体育活动中存在着一些具有难度和挑战性的项目,胆小的孩子往往自己不敢尝试,但是在户外区域体育活动中,教师创设了各种可供幼儿选择的活动环境和材料,幼儿可以在活动中自由结伴,以同伴合作的形式开展活动,这样的共同活动便于他们在游戏中相互学习、相互交流、相互鼓励。幼儿的模仿性强,小伙伴的榜样容易感染他们,大胆的孩子可以带动胆小的孩子,激发胆小的孩子参加体育活动的热情,从而培养胆小孩子的勇敢精神。而作为动作示范者或游戏主要角色的幼儿,则更容易激发其自豪感和自信心,从而变得更加勇敢。

三、对幼儿认知发展的价值

(一)促进幼儿感知觉的发展

在运动中,有视觉、听觉、触觉等各种感官的参与,可以判断距离的远近、速度的快慢、物体的大小和形状等,幼儿在运动中使用不同的感官,感受身体位置的不同变化、距离远近变化和自身用力大小与物体运动的关系,在运动过程中发展了幼儿的感知觉。区域体育活动是以自主探索为主的运动,提供了丰富的运动内容。比如,攀爬区有手脚着地爬的内容,有向上爬的内容,有翻爬的内容,有障碍爬的内容,每种爬提供的器材都不一样,幼儿在与不同材料的互动中,观察各种爬需要具备的能力,体验了各种爬的动作,在这个过程中,有视觉的参与,需要



判断高低、方位等，由此发展了幼儿的感知觉能力。又如，投掷区的投掷活动，幼儿要感觉不同大小、形状的物体，要判断距离的远近，判断投掷物大小和距离的关系等，从而多方面地提高其感知物体大小、轻重等的能力。再如，在幼儿喜欢的沙水区，通过操作、探索，幼儿感受到沙的细滑、水的柔软，发展了视觉、触觉，由此也了解了沙和水的特性。这一系列户外区域活动的运动过程，也是幼儿感知觉发展的过程。

(二)在一定程度上能促进幼儿的智力发展

学前儿童正处在生理和心理快速发展的重要时期，尤其是大脑发育。有关研究表明，人的大脑是智力发展的物质基础，人类的一切动作都必须在大脑参与下才能实现。运动医学进一步说明，参加体育活动有促进大脑发育的作用。进行体育锻炼时，各种动作和多变的规则配合产生生物电，通过感受器不断地对大脑皮层进行复合性的强化刺激，产生刺激效应，使大脑皮层的兴奋与抑制更加深刻、更加集中，从而提高大脑皮层细胞的强度、灵活性和分析综合能力，使整个大脑的功能得以增强。学前儿童正处在大脑发育的旺盛时期，通过适宜的身体活动和心理活动，经神经传导能刺激大脑发育完全。幼儿天生好动，需要通过各种不同的活动来形成、发展和完善他们的智力品质，如感觉、知觉、意志、注意力等。户外区域体育活动中的游戏有情节、有规则，需要一定的技术动作，为了完成游戏，注意力必须高度集中，幼儿大脑皮质会产生兴奋，这样他的视听器官及肌肉、骨骼等本体感觉器官会得到发展。在活动中规则、角色的变化，合理的冲撞及成功与失败，使幼儿体验到一种在现实生活中尚未体验到的能力，通过这一系列的实践过程培养了幼儿的观察力、模仿力和思维能力等。长时间的这种刺激形成了完整的动力定型，提高了幼儿反应的灵活性，而且，正是这种运动能给大脑及整个神经系统带来良好的刺激，从而促进幼儿的智力发展。

第二节 幼儿园户外区域体育活动的特点及组织形式

一、幼儿园户外区域体育活动的特点

幼儿园户外区域体育活动是指幼儿在一定的体育活动区域内自主自愿的游戏活动，它是教师根据健康领域的目标、内容与要求，以及幼儿的生理、心理特点及基本动作、运动能力发展的特点，在幼儿园内打破