

棍球活动：幼儿园健康教育新路径

郝卫锋

(江苏省常州市新北区河海幼儿园, 江苏常州 213000)

摘要: 幼儿棍球活动契合幼儿园健康教育的要求, 创新了幼儿园体育活动的内容和形式。在活动内容设置和材料研制上, 教师根据幼儿的需要进行设计并不断调整; 在实施过程中, 教师依据各年龄班幼儿的学习特点分为“体验、合作、竞赛”三个层次开展活动, 并通过童趣化运动情境的营造和安全教育的渗透对幼儿的运动进行支持。

关键词: 幼儿棍球活动; 幼儿园健康教育; 幼儿园体育; 运动环境

中图分类号: G613.7 **文献标识码:** A

《幼儿园教育指导纲要(试行)》指出, 教育内容的选择既要关注幼儿感兴趣的事物和问题, 又要有助于拓展幼儿的经验和视野。依据这一精神而开展的幼儿棍球活动, 满足了幼儿在运动中不断创新的需要, 为幼儿提供了更多自主活动的类型, 也为幼儿园健康教育的创新实施开辟了一条路径。

幼儿棍球活动是一种用“直杆球棍”击打“软球”致其进入球门的一个体育活动项目, 它是基于幼儿对曲棍球、棒球等击球入洞游戏的浓厚兴趣, 从幼儿安全运动的角度而开发的。与不少幼儿园正在开展的曲棍球、棒球、保龄球等游戏中所使用的金属球棍相比, 棍球活动的材料更为安全——运动材料“直杆球棍”由泡沫块制作而成, 故又名“软式棍球游戏”, 能为幼儿的运动安全提供保障; 辅助活动材料“软球”, 俗称“鳄鱼球”, 被压扁时能自动充气恢复原状, 有助于激发幼儿持续参与运动的兴趣, 符合幼儿好奇好玩的特点。实践证明, 棍球活动对幼儿的身心发展有着特殊价值, 可以成为幼儿园体育中的一个常规运动项目。

一、棍球活动与幼儿园健康教育的契合点

(一) 契合幼儿体育活动内容的基本构成

《学前儿童健康教育》指出, 幼儿体育活动的

主要内容由基本动作练习、基本体操、体育游戏、运动器械所构成。棍球活动内容契合了幼儿体育活动内容的上述四个基本构成。

其一, 棍球活动的内容以幼儿基本动作如走、跑、跳、钻、投掷等练习为主。例如, 练习走的有“停停走走”“快乐邮递员”等; 练习跑的有“小小消防员”“开飞机”等; 练习跳的有“跳跳棒”“节节高”等; 练习钻的有“钻山洞”“穿越侏罗纪”等。其二, 棍球活动中的棍球操, 就是借助球棍并根据幼儿身体各部位的特点, 设计出由举、屈伸、转、蹲、跳跃等一系列动作所组成的基本体操训练动作。另外, 根据球棍两端的大小差异, 加入方位转换、撑跳、移动击打等特殊动作, 既体现了棍球运动特色, 也增加了幼儿体操动作的难度和运动量。其三, 棍球活动具有鲜明的体育游戏特点。比如中班棍球活动“森林小卫士”中, 幼儿手握球棍(代表森林里的树木), 一起点数或念儿歌, 之后离开自己守护的那一棵“树”(球棍), 旁边的幼儿要及时赶到并接替, 不能让“树”倒下来。整个活动是在体育游戏情境中进行的。其四, 棍球活动的器械包括球棍和球两种组合器械, 属于击打类小型运动器械。

此外, 棍球活动重在引发幼儿获得良好的情绪体验, 锻炼幼儿身体, 培养幼儿良好的品质和社会

作者简介: 郝卫锋, 江苏省常州市新北区河海幼儿园教师。

适应能力,符合学前儿童健康教育的要求,有助于促进幼儿身心的协调发展。

(二) 创新幼儿体育学习的方式

棍球活动突破了幼儿园传统球类运动的玩法,创新了幼儿体育学习方式。传统球类活动以幼儿拍球为主,但在日常生活中幼儿对多种球类运动均有着不同程度的兴趣。棍球的玩法规则源于冰球运动,对幼儿来说新鲜而有挑战性,且它与幼儿以往在户外区域玩的曲棍球、棒球等游戏有着共通之处,有助于幼儿在运动过程中整合已有的相关经验。目前幼儿园棍球活动多以大班幼儿兴趣班形式开展,实践证明,它可以渗透到各年龄班的体育教学活动中。比如,小班的棍球活动采用棍和球分离的方法,在游戏中设置了幼儿喜欢的各种角色,启发幼儿把球棍想象成交通工具、山坡等,把球想象成蛋宝宝等,促使幼儿在模拟角色扮演的趣味性游戏中发展动作、增强体质。

二、棍球活动的内容设置与材料研制

蒙台梭利认为,幼儿的心智与成人大不相同,他们能自发创造出各种各样的身体动作及各种表达智慧的方式^[1]。在设计棍球活动内容时,教师要摆脱传统体育活动“以教定学”的模式,把游戏的主动权还给幼儿,尊重幼儿在成长过程中积累的生活经验及个体差异。

(一) 活动内容的设置

选择棍球活动内容时,可以先请幼儿回忆其相关经验、自主探索玩法,幼儿在与棍、球及同伴互动的过程中,能生发出不少新的棍球运动内容。在幼儿探索的过程中,教师作为支持者,应提供充足安全的器械、做好卫生保健等方面的保障,为幼儿创造适宜的活动环境并提供一些体育活动主题。

根据许卓娅在《学前儿童体育》中对体育游戏的分类方式^[2],在师幼共同讨论出大致的运动范围后可从两方面设置棍球活动的内容。一是在基本动作方面,小中班的棍球活动内容需要满足幼儿在走、跑、跳等动作发展的基本需求。例如中班棍球活动“接力棒”,幼儿手握球棍,以最快的速度进行传递,锻炼跑的能力。二是在体能方面,棍球活动内容要能够提高幼儿身体的灵敏度、速度及力量。例如小班棍球活动“送球宝宝回家”,幼儿抱着球宝宝把它们送回“家”时,在多人参与的情况

下学习躲闪,增强身体的灵敏度和反应速度;中大混龄棍球活动“弹力球”,幼儿根据自己力量的大小,击球到指定位置,然后比比看谁的球弹得最远、谁的力量最大。

(二) 活动材料的研制

棍球活动的主要材料是棍、球、球门。球棍长度为60cm-70cm(适合不同年龄班幼儿),软球(可以压扁),球门一般宽1.5m、高1.1m,且可以根据人数进行适当调整。但是,适合幼儿玩的棍和软球很难购买到,因为购买的球棍长度通常约为80cm,与小班幼儿的身高不契合也不易于他们抓握;中班幼儿虽然可以抓握这个长度的球棍,但很不利于他们练习俯身击球动作。因此,活动材料需要师幼自制。

教师根据幼儿自然站立时手臂抓握棍球呈90度的标准,用PVC管和珍珠泡沫块,研制出了60cm-70cm长度不等的四种型号球棍(见图1);幼儿则用废旧报纸制作出不同大小的纸球,代替传统材料“鳄鱼球”。有了合适的活动材料,幼儿玩起来更为轻松自在、富有创意。自制材料并非固定不变的,要根据幼儿的需要和创新而不断调整。



图1 自制彩色软式球棍

三、棍球活动的开展方式

(一) 分层、有序地开展

根据不同年龄幼儿的经验和运动发展水平,棍球活动的开展可以分为“体验、合作、竞赛”三个层次,有目的、有计划、有一定的系统性。每个层次都有其游戏目标和指导重点。

1. 小班体验阶段,幼儿的运动以其生活经验为基础,采用棍和球分开运动的方法,重在体验棍球活动给人带来的运动体验,丰富运动环境。比如,幼儿模仿大人劳动的场景,把球棍当做扫把、拖把等;模仿运动员,把球棍当做弓箭、船桨、雪

橇等,充分体验玩球棍带来的运动乐趣。教师赋予“鳄鱼球”以幼儿喜欢的蛋宝宝等角色,引发幼儿主动运动并体验游戏的快乐。

2. 中班合作阶段,幼儿的运动以多人合作为主,学习击球、带球、射球等动作,感受以个人为中心的方位变化。幼儿需要理解棍球活动的角色设置,包括前锋、后卫、守门员、裁判、记分员、场地维护员等;了解每一种角色在游戏中的固定任务;熟悉运动环境及合作开展棍球活动的基本规则。比如开展“穿越侏罗纪”游戏,两名幼儿互相传球移动,以最快速度通过某些场地后,拿起球棍将球击落在指定地点,从中感受传球和击球的乐趣。

3. 大班竞赛阶段。大班棍球活动中,幼儿首先要了解竞赛的更多常识。比如,当场地长25m、宽15m时,适合6人对6人的比赛;当场地长15m、宽10m时,则适合3人对3人的比赛。其次要进一步熟悉棍球比赛的规则。比如,运动时不能用手去推、拉、抱对方球员;球棍抬离地面的高度高于自己的腰部;守门员不能发手球等;进球较多的为胜方;前锋可以在全场进攻和防守,中锋、后卫只在半场内进行活动;等等。最后,幼儿还要学会如何与自己的队友(幼儿参赛都有固定的队伍,由队员商议起名,比如猛虎队、彩虹队、闪电队等)密切配合,做到迅速攻入对方的球门,从中体验成功,增强自信,萌发集体荣誉感。

(二) 营造童趣化运动情境

1. 活动名称要有童趣。棍球活动名称常常来源于幼儿的游戏过程,教师帮助归纳。例如,幼儿把球棍当做马,放在两腿之间蹦蹦跳跳,就有了“骑马高手”的游戏名;幼儿用棍击打球,嘴里发出“小心,炮弹来了”,就有了“炮弹发射”等游戏名等。教师在尊重幼儿的前提下对这些名称进行了梳理分类,为幼儿游戏提供了有力支持。

2. 活动规则要形象化。对于幼儿来说,规则是抽象乏味的,因此棍球活动规则要形象化。如棍球活动“送球宝宝回家”,规则是在球和“家门”贴上相应的小动物标记,如果是小猪标记的球宝宝就要送回有小猪图案的“家”。

3. 运动空间要自由。给幼儿一个可以独立探索的运动空间和精神环境,对于棍球活动的顺利实施非常重要。由于球棍的使用并没有固定标准,因此要适时鼓励幼儿在空间中大胆探索活动材料的多

种玩法,充分发挥想象力和创造力。

(三) 加强科学引导与运动安全教育

1. 科学引导

(1) 制作安全标志,张贴在专门的棍球场地对幼儿进行暗示。(2) 引导幼儿在活动开展之前,到户外场地中选择一个比较宽敞的地方开展活动,避免相互碰撞。(3) 提醒幼儿拿棍的正确姿势,在同伴击球时要懂得保持距离并学会躲闪。

2. 确定运动环境安全

(1) 球棍的安全性。成品软式球棍和自制球棍都用泡沫块进行了处理,很柔软也便于抓握。(2) 活动人数的限制。活动开展时,多根球棍放在一起,存在一定的安全隐患。因此,棍球活动适宜以小组形式组织开展,每次人数约14-20人。(3) 避免场地中的安全隐患。为了避免几个平行班同时开展活动而导致场地中发生安全事故,教师要以开阔安全、周围无障碍为场地创设的基本原则,同一个班分单双周开展棍球活动,平行班之间则先协调时间后组织活动,避开在器械和场地使用方面可能出现的冲突。(4) 定期检查器械的使用情况。对有破损、老化等情况的器械要及时处理、更换,以保证活动的安全开展。

3. 定期开展运动安全相关的讨论和学习

可以通过开展安全系列棍球活动、结合图片和视频的展示,引发幼儿对安全开展棍球活动的讨论。比如,在大班对抗性棍球活动中,让幼儿讨论举起球棍时的高度问题,通过讨论,幼儿自主发现如果将球棍举得过高就容易发展危险,教师还适时创编了儿歌进行安全引导:“小球棍,真神奇。左右手,好朋友。找准目标,走一走。不高不低,真正好。”

总之,棍球活动的设计和组织的,以幼儿安全运动、健康成长为主要目的。为了培养幼儿在棍球运动中的安全意识及自我保护能力,教师应该重视运动过程中的科学引导,并让幼儿体验安全运动的重要性。

参考文献:

- [1] (意)蒙台梭利.发现孩子[M].胡纯玉,译.北京:中国发展出版社,2006(2):17.
[2]许卓娅.学前儿童体育[M].南京:南京师范大学出版社,2003(10):18-20.

(责任编辑:郭卉菁)