

易拉罐在中班户外体育活动中的开发与利用

杨晓峰

(青岛市市北区宝城幼儿园)

易拉罐是我们日常生活中常见的物品,造型简单,色彩鲜艳、不易变形破碎。中班幼儿处于创造性高速发展时期,愿意尝试既有趣又富有挑战性的户外器械。因此,我们将易拉罐作为体育器械投放到中班幼儿户外体育活动中。将易拉罐器械分为四个种类,即:非结构易拉罐材料、低结构易拉罐器械、高结构易拉罐器械和多结构易拉罐器械。鼓励幼儿与多种易拉罐器械互动,在长久的探索游戏中,不断创新玩法、变换组合、增加难度,既在运动中锻炼手眼协调能力、跳跃能力,促进手臂、腹部、腿部等身体部位的力量发展,又在自主探索多样性玩法的过程中发展创造性思维。

一、非结构易拉罐材料

非结构易拉罐材料,包括未经过加工、改造的易拉罐及皮筋、胶带等辅助品。鼓励幼儿运用易拉罐原材料进行简单的创意组合、造型和固定,并且赋予一定玩法。这种使用方法可以充分拓展幼儿的思维空间,调动幼儿的思维兴趣,鼓励大胆想象并动手制作。

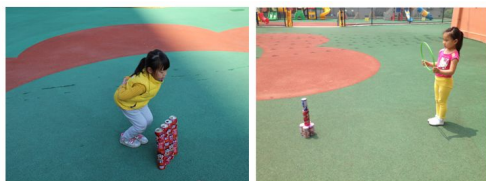
1、创意平面游戏

幼儿将易拉罐平铺排列成梅花桩、坦克履带等进行平衡走、S跑、打保龄球等游戏。



2、创意立体游戏

幼儿将易拉罐垒高玩小兔跳、套圈等游戏。



二、低结构易拉罐器械

低结构材料是指结构简单、材料功能不固定、可变性大、操作性强,可以按幼儿的想法任意操作、改变、组合的材料。低结构材料更能引发幼儿“从他们自发生成的玩法中获得思维的灵活性、变通性和创造性”,对幼儿来说,组合材料的过程本身比产生的结果更有趣味性与吸引力,因此往往更能发挥孩子的想象力和创造力,在活动中则表现为常玩常新,几乎每天都有新的玩法产生。幼儿在不断探索的过程中兴趣高昂、情绪愉快,在与材料、同伴的互动中变得感玩、乐玩,玩出个性、玩出花样、玩出创新!

1、多变哑铃

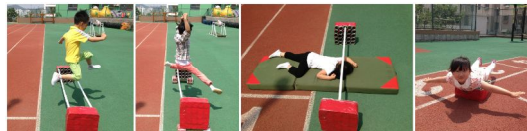
多变哑铃是由四个旺仔牛奶罐固定成一个正方形作为哑铃的

一个锤,两个锤间用长 40 厘米的 PVC 管连接,胶带进行固定而成。多变哑铃既可以单个使用、也可以组合使用;既可以独自游戏、也可以同伴合作游戏。幼儿自由探索不同的玩法,如有的幼儿趴在多变哑铃上开飞机、有的上上下下练举重、有的进行企鹅站、有的当金箍棒一样绕着身体转、有的躺在多变哑铃上按摩脖子、有的合作玩推小车、有的两三个叠起来玩跨跳、有的把几个并列摆放走独木桥……玩法多种多样,形色各异。



2、多孔跳杆

多孔跳杆是由 25 个八宝粥罐、五个一排共五排组成的 5*5 正方体两个, PVC 管两根组成的。幼儿在游戏过程中可以调节多孔跳杆插入八宝粥罐的位置来调节高度和宽度进行单杆跨跳、双杆跨跳、匍匐前进等游戏。另外, 5*5 的八宝粥罐正方体也可以单独使用,幼儿自由探索不同玩法。



三、高结构易拉罐器械

相对于具有普遍适应性的低结构材料,高结构材料具有年龄差异性,我们根据中班幼儿的年龄特点与身体发展特点设计自制了预设玩法的游戏器械,有针对性地锻炼幼儿的局部力量、平衡能力、身体协调能力,在充分掌握后幼儿还可以在原有玩法的基础上自创玩法,实现游戏材料价值的最大化。

1、拉力器

拉力器是由三个露露罐头尾相接组成脚踏的部分,再用松紧带将其各与一个露露罐连接作为手柄。该游戏器械主要是有针对性地进行幼儿的腰腹部以及手臂力量。具体玩法如下:

玩法一:身体坐地垫上,双腿放平,双脚脚踏在拉力器上,双手握住手柄,利用腰部力量向后仰躺,使身体平躺于地垫上,再起,如此反复。

玩法二:身体站直将两只脚踏在拉力器上,用双手握住手柄用力向上拉动,多次反复,锻炼幼儿的臂力。

玩法三:身体平躺于地垫上,双手握住拉力器手柄,将双脚放在脚踏上,双腿弯曲成 90 度。双腿用力向前蹬,重复动作。



2、平衡板

用七个露露(六个核桃)罐围成一个圆固定好,将三个这样的圆叠起来组成一个滚筒,然后将木板放在易拉罐滚筒上,一名幼儿站在木板上,双脚分开,身体重心交替从一只脚转移到另一只脚来平衡自己的身体、实现两只脚同时离地保持木板水平。针对幼儿能力不同,可提供大小、高度不同的滚筒,木板上我们标注了中心线,还设计了可调节的子母扣鞋垫,方便高矮、跨度不同的幼儿进行参考性游戏。平衡板可以锻炼幼儿的平衡能力、使幼儿在不断尝试平衡的过程中磨练不怕困难、坚持不懈的意志。

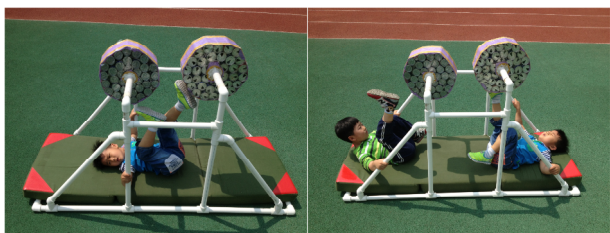


3、滚筒

滚筒是由30~40个露露(六个核桃)罐围组成一个大圆,固定在PVC制成的支架的一侧,另一侧再固定一个这样的圆筒。幼儿在不断蹬踏的过程中可以充分锻炼腿部肌肉。

玩法一:身体平躺在地垫上,双脚抬起做蹬自行车的动作使一个滚筒不停转动。

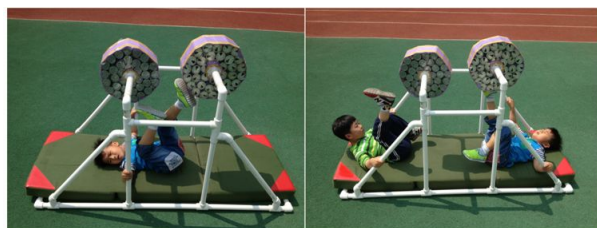
玩法二:身体平躺在地垫上,两只脚同时抬起分别蹬两个滚筒,一只脚蹬一个滚筒,使两个滚筒同时转动。



四、多结构材料组合器械

多结构材料组合器械是指教师在投放材料时,不但要注意易拉罐原材料、低结构材料和高结构材料投放,还应提供其他辅助材料,游戏时幼儿根据自己的想象自选材料、自行设计、自由组合。如:挑扁担过独木桥、走梅花桩;多孔跳杆用多变哑铃垫高;滚筒和多

变哑铃同时边蹬踏滚筒边手持多变哑铃做上举运动等。在拼、凑、搬运、拼搭、建构等游戏行为过程中,幼儿的运动量大大增加,手眼协调能力、身体力量得到了发展。



在中班户外活动自制易拉罐器械的使用与研究过程中,幼儿一直非常感兴趣、参与度很高,上下肢、腰腹等身体部分都得到了充分锻炼,跑、跳、爬等运动技能得到了发展。同时在不断尝试新组合、新玩法的过程中,体现出幼儿游戏的自主性,发展创造性思维和想象力。

1. 变换组合,探究中练本领。

易拉罐器械具备变换组合的特点,因此也深受幼儿青睐。高结构易拉罐器械,发展幼儿蹬踏、牵拉等动作,锻炼身体各部位力量。低结构易拉罐器械,通过开展跑跳、钻爬等活动,提高幼儿动作协调性。多结构易拉罐,推动体育情境游戏开展。如:用易拉罐和其他辅助材料铺设崎岖小路,幼儿一起探险,进而增强身体灵活性及平衡能力。多种易拉罐器械,多种变换组合玩法,让幼儿在主动探究中身体动作得到发展,增强体质练就本领。

2. 常玩常新,持续创造的激情。

活动中,教师既是材料的提供者,又是幼儿活动的支持者。在幼儿使用易拉罐器械开展户外游戏的过程中,教师应给与幼儿充足的时间和空间,鼓励幼儿常玩,进而创造新玩法。当幼儿自主探索出易拉罐的多种玩法时,以幼儿名字命名玩法,如:“贺顺-平衡”、“雅舒-立”、“冠宇-按摩”等,鼓励发明新玩法的幼儿,同时启发鼓励其他幼儿相仿学习再创造。还可以建议幼儿将新玩法融入集体或小组游戏中,在合作中体验易拉罐的多种玩法。这些鼓励幼儿常玩常新的方式,会有效激发幼儿保持创造的激情,在身体锻炼的同时发展创造力。

易拉罐虽小,但只要稍加改造,就能成为幼儿游戏的好伙伴,让幼儿在和谐的氛围中玩出健康、玩出智慧、玩出质量!

(上接第155页)

个主体出发。但共享经济的特殊性就在于,在经济活动的过程中,存在平台这一第三方主体。全新的政府工具在设计过程中,应当将第三方平台纳入工具系统中。明确平台与政府间的责任划分,让渡一部分监管权利给平台,给共享经济设立一定的入市要求。

2. 吸收平台管理经验

政府工具的应用,在实际操作上受工具选择者的主管影响大。而政府工作人员在选用政府工具时往往存在惯性,用处理传统经济问题的方式处理共享经济问题,会使共享经济偏离其发展初衷,从而导致在共享经济中出现专业化严重等情况,加剧传统行业与共享行业间的矛盾。

因此,在政府工具创新的同时,应积极吸收平台对用户的管理经验,将用户整合管理的部分内容法制化,通过政府强制力保障对共享经济个体商户的规范得到有效落实。在选取政府工具的过程中,也应当与平台形成良好的交流模式,通过平台的精英行为对政策进行审视。

3. 传统市场与共享经济市场划分

诚然,共享经济的蓬勃发展给传统市场带来了刺激,推动了其发展。但为保证传统市场的活力与避免由共享经济市场的过分自主性导致的大众事件的发生,应通过混合性的政治对两个市场进行一

定程度的划分。

以网约车为例,针对机场和车站等大型公共场所,可针对网约车设置高于出租车的税收制度,通过间接方式进行市场划分,对于传统经济来说,保证了其有持续发挥活力的空间,对于共享经济来说,避免了其过分集中于公共区域而失去了共享经济的资源合理配置的意义。

四、总结

在共享经济的大潮流下,原有的政府工具已无法完全适应现代的社会现状。要合理规范共享市场,就要对工具进行创新,形成有针对性、适用性的新型政府工具。而在设计这一工具时,应充分比较传统经济与共享经济的不同,从其中最特殊的第三方平台这一主体出发,结合大众政治行为与精英行为进行分析进行主观的工具选择,最后,要对传统经济与共享经济的本质区别有正确理解,划分二者的经营范围,避免专业化的共享经济个体出现,才能良好地把控对两种经济处理的区别。

当然,共享经济的发展对公民素质也有巨大的要求。政府在进行政府工具创新的同时也应坚持对公民的素质提升。不仅要推动社会的物质水平发展,更要关注社会的精神追求健康,带领全社会共同迈入崭新的新时代。