

# 幼儿园小班餐后散步游戏组织实施策略研究

黄云

兰州市城关区永昌路幼儿园 甘肃 兰州 730030

**【摘要】**：幼儿园小班在组织实施餐后散步游戏时会受到诸多限制，这就应从多个角度出发制定合理策略，使得餐后散步游戏组织实施效果有所提升。针对小班幼儿年龄特点，我们将餐后散步不停留在简单的生活习惯培养，而将其作为一个可以让幼儿和环境、材料、同伴充分互动的活动内容——学习、游戏、运动。本文就幼儿园小班餐后学习、游戏、运动统称为散步游戏进行分析，阐述餐后散步游戏的意义和问题。散步特有的自主性、开放形、随机性、并按照小班幼儿年龄特点优化餐后散步随机教育及游戏组织实施策略，有利于幼儿的身心健康。通过丰富有趣的游戏散步形式真正达到愉悦身心健康，促使小班幼儿在短时间内养成良好的餐后散步习惯，强化餐后散步习惯培养与幼儿园小班教学之间的关联性，借此提升幼儿园小班餐后散步游戏组织实施效果。

**【关键词】**：幼儿园小班；餐后散步游戏；组织实施

## 引言

午餐后的散步环节是生活活动的重要内容，散步作为幼儿园一日活动的重要环节，午餐后散步环节的教育价值不可忽视，其中蕴含了丰富的教育契机，其价值不止停留在简单的生活习惯培养以及形成健康生活方式上，以幼儿喜爱的游戏化组织方式散步，是一种必然趋势，可以满足幼儿的好奇心、求知欲和自由探索。尽管餐后散步游戏对于培养小班幼儿良好生活卫生习惯有重要作用，但是幼儿园小班餐后散步游戏在组织实施过程中会受到一定限制。这就应结合餐后散步游戏组织实施问题制定合理策略，在满足幼儿园小班餐后散步游戏实际开展要求的同时，将各项策略在餐后散步游戏组织实施中的作用表现出来。保证各项策略的可靠性，解决餐后散步游戏组织实施问题，缩小餐后散步游戏与小班幼儿实际生活之间差距，强化小班幼儿良好生活习惯培养效果。

## 1 幼儿园小班餐后散步游戏的意义

从幼儿园小班角度出发，明确组织实施餐后散步游戏的现实意义如下所示：首先，组织实施餐后散步游戏可以避免小班幼儿在用餐过后出现积食问题，适当的散步游戏可以在保护小班幼儿肠胃健康程度的同时，降低小班幼儿出现各类肠胃疾病的可能性。其次，通过组织实施餐后散步游戏还能促使小班幼儿养成健康的生活习惯，在小班幼儿不断成长过程中保持这一良好习惯，将“饭后百步走，能活九十九”的民间养生理念贯穿到幼儿成长中。最后，遵循合理要求组织实施餐后散步游戏可以丰富幼儿园小班教学、随机教育、观察生活、运动游戏等活动形式，使教师和孩子放松身心、提高睡眠质量，增强小班幼儿参与各项活动的兴趣和积极性，并在保障小班幼儿自身身体健康的同时，彰显餐后散步游戏的现实意义。

## 2 餐后散步游戏组织实施问题

餐后散步游戏在组织实施过程中也存在一些问题，具体如下所示：第一，小班幼儿年龄比较小，在就餐完毕后会因为自身机体适应不达标而出现参与力度下降的问题，直接影响餐后散步游戏组织实施效果，小班幼儿肠胃健康难以保障，餐后散步游戏在幼儿园小班教学和小班幼儿健康习惯培养中的作用也会受到很大影响。第二，

应用在餐后散步中的游戏活动过于单一，这就影响小班幼儿在餐后散步游戏中的参与兴趣和积极性。第三，餐后散步游戏组织实施过程中没有考虑课程延伸效果，前期教学内容在餐后散步游戏组织实施中难以表现，造成餐后散步游戏组织实施缺乏准确知识支持，餐后散步游戏与幼儿园小班实际教学要求之间也存在很大差距。第四，按照小班年龄特点，教师从集体引领，到分组、到选择同伴到自由选择散步游戏的形式，以满足不同幼儿的需求。第五，散步游戏自由与规则的同步，一味的按规则有序组织游戏活动，长时间幼儿也会有倦怠感，偶尔自由、放养式的活动会激发幼儿积极快乐的兴趣，培养他们与外界的交往能力。

## 3 幼儿园小班餐后散步游戏组织实施策略

### 3.1 散步游戏内容的多样化

为避免小班幼儿在参与餐后散步游戏时产生倦怠情绪，就需要按照合理要求对餐后散步游戏内容进行多样化处理，保证餐后散步游戏内容和形式多样性和合理性，满足不同幼儿参与餐后散步游戏时提出的要求。就目前来看，幼儿园小班餐后散步游戏内容形式表现在分组散步、选择同伴散步和自由散步这三种。这就可以在满足不同性格小班幼儿在餐后散步游戏中参与要求的同时，将不同类型餐后散步游戏在幼儿园小班教学和小班幼儿健康习惯培养中的作用表现出来。此外，还需要根据幼儿园小班教学要求和小班幼儿身体素质将慢走、游戏、观察和展示等活动结合到一起，保证餐后散步游戏的多样性和实际组织实施效果，必要时也需要强化现代化手段在幼儿园小班餐后散步游戏组织实施中的作用，借助各类现代化手段及时更新餐后散步游戏内容和相关模式，彰显幼儿园小班餐后散步游戏组织实施的现代化内涵和实际开展效果，借此促使幼儿园小班餐后散步游戏连贯开展。

### 3.2 自由与规则的同步

由于小班幼儿年龄普遍低下，其难以在幼师引导下全面参与到餐后散步游戏组织实施当中，幼儿园小班餐后散步游戏组织实施也很容易出现问题。这就需要按照小班幼儿健康生活习惯培养效果应用合理环境和相应材料开展组织实施餐后散步游戏，在满足小班幼

几年龄特点表现以及幼儿园小班各项知识教学要求的同时,彰显餐后散步游戏的高效性和实际开展水平。由于小班幼儿自身规则意识相对薄弱,其在参与各项餐后散步游戏当中时会受到诸多限制。这就需要强化自由与规则的结合力度,帮助小班幼儿在餐后散步以及相应游戏活动中建立一定规则意识,强化自由与规则并存和相辅相成效果,通过一系列规则对幼儿园小班餐后散步游戏组织实施现存缺陷和不合理的地方进行有效调整。此外,通过规则也能强制约束小班幼儿参与餐后散步游戏时出现的不守规矩现象,借此保障幼儿园小班餐后散步游戏组织实施效果和各项规则的作用。

### 3.3 课程延伸

完成幼儿园小班基础课程教学之后,也需要在餐后散步游戏组织实施过程中融入一定前期教学知识,并在保证前期教学知识在餐后散步游戏组织实施中作用和实际巩固效果的同时,实现幼儿园小班课程延伸和餐后散步游戏稳步实施的目标。幼儿园小班教学内容多表现在幼儿传授儿歌或者歌曲,因此,在小班幼儿餐后散步游戏时可以将前期教学过程中传授的歌曲与儿歌表现出来,可以在小班幼儿餐后散步过程中按照顺序接儿歌或者歌曲,彰显“接歌词”游戏在餐后散步游戏组织实施中的作用,让每个小班幼儿都有表演儿歌或者歌曲的机会,从而实现餐后散步游戏组织实施过程中课程延伸的目标。同时还需要对幼儿园内部和外部环境进行有效分析,强化园内与园外环境结合力度,应用合理人力资源提升幼儿参与餐后散步游戏的兴趣,保证餐后散步游戏高效合理开展,使得幼儿园小班餐后散步游戏组织实施问题可以得到有效控制。

### 参考文献:

- [1] 范彦冰,陈宁.浅谈小班幼儿社会交往能力的培养[J].学前教育研究,2001(04).
- [2] 黄晨.培养小班幼儿社会交往能力初探[J].好家长,2014(37).
- [3] 杨燕敏.幼儿教育中社会交往能力的培养探析[J].教育观察,2020(08).
- [4] 三言两语[J].幼儿教育,2017(31).
- [5] 张静.浅谈小班幼儿社会交往能力的培养[J].新课程(上),2016(12).

作者简介:黄云,1990年,女,甘肃兰州,本科,二级教师,学前教育。

### 3.4 “动”与“静”的结合

为强化小班幼儿在餐后散步游戏组织实施中的参与力度,不仅需要按照幼儿园小班教学要求和幼儿实际状态强化餐后散步游戏动静结合力度,还需要保证餐后散步与静止游戏之间的关联性,在组织实施餐后散步游戏过程中帮助小班幼儿了解动与静的真谛,借此改善幼儿园小班餐后散步游戏组织实施过程中出现的问题,并在动与静相互结合的过程中强化餐后散步游戏在幼儿园小班具体教学中的贯穿效果。按照小班幼儿身体素质 and 餐后状态组织动与静相结合的方式,还能及时处理餐后散步游戏实际开展过程中不合理地方。突出动静结合在餐后散步游戏组织实施中的优势,从而改善幼儿园小班餐后散步游戏组织实施问题。

### 结语

为保证小班幼儿身体健康,就应按照养生准则要求组织小班幼儿在餐后开展散步游戏,在保证小班幼儿餐后散步实施效果和和游戏实际开展水平的同时,将餐后散步游戏在小班幼儿身体素质培养和综合指导中的作用表现出来。同时还需要保证幼儿园小班餐后散步游戏组织实施策略的合理性和有效性,从而解决小班幼儿餐后散步游戏在具体实施过程中潜藏的问题,并将餐后散步游戏在小班幼儿身体健康保护中的作用提升到一定高度。由于散步游戏的生活化让其更具备特有的自主性、开放性和随机性,作为小班幼儿以直接经验为基础,挖掘以游戏和日常生活相结合的独特价值。有效组织幼儿餐后散步,它会给幼儿园教育带来意想不到的惊喜与收获;反之,就会成为幼儿园安全隐患所在。