

幼儿园健康领域课程游戏化开展的有效策略

黄蕊

云南省曲靖市第三幼儿园 云南 曲靖 655000

【摘要】健康教育是幼儿园学前教育的重要内容，使幼儿逐渐形成健康的生活行为习惯，确保幼儿能够身心健康成长。但受到内外部因素的干扰，现阶段幼儿园健康领域教育存在一定不足，没有切实有效地培养幼儿的健康意识。为切实提高幼儿园健康领域教育质量，幼儿园将健康领域相关知识转化为趣味游戏，实现课程游戏化，使幼儿在游戏参与和探索过程中形成健康意识，养成良好的健康习惯。

【关键词】幼儿园；健康课程；游戏化；策略

1 课程游戏化在幼儿园健康领域教育中的应用价值

1.1 提高活动参与主动性

课程游戏化是指借助趣味游戏的方式将知识内容传递给幼儿，将其应用到幼儿园健康领域教育活动中，则能够对幼儿产生吸引力，使幼儿主动参与健康教育活动，寓教于乐。

1.2 符合幼儿身心特征

游戏化的健康领域教育方式更加贴合幼儿的身心特征，可将游戏打造为健康知识的传递载体，继而在潜移默化中引导幼儿形成良好的健康习惯。

1.3 矫正不良习惯

幼儿在成长期间会存在挑食等不良习惯，对身心健康发育产生负面影响，而采用课程游戏化方式实施健康领域教育活动后，可使幼儿在游戏体验与探究过程中认识到不良习惯的消极影响，继而驱动着幼儿主动矫正不良习惯。

2 基于课程游戏化的幼儿园健康领域活动开展策略探析

2.1 借助区域游戏多角度培养健康习惯

幼儿阶段是养成习惯的重要时期，且该阶段所形成的习惯可直接影响幼儿后续阶段的成长。《3~6岁儿童学习与发展指南》明确指出，应注意培养幼儿形成良好习惯，用于维护幼儿健康成长。基于课程游戏化理念实施幼儿园健康领域活动时，为避免健康领域教育陷入内容狭窄的困境中，教师可将健康领域教育与区域游戏相结合，衔接建构教育理念，根据幼儿园既有区域条件而实施以健康教育为目的的游戏活动，使幼儿在健康领域区域游戏参与过程中逐渐养成良好的健康习惯。

例如：教师可结合幼儿园内“扮演区”资源，采用课程游戏化的方式开展健康领域教育。站在幼儿角度，幼儿在扮演区内最常参与的游戏为“过家家”，在“过家家”游戏开始之前，教师可带领幼儿学习或回顾正确健康的饮食习惯，如安全吃饭、不挑食、饭前饭后洗手等，并引导幼儿在“过家家”游戏开展过程中践行与体验，使幼儿在游戏实践中养成健康正确的饮食习惯。结合幼儿园内“建构区”来看，建构区内通常布置各类积木、拼图、模型、硬纸、纸盒、易拉罐等，是锻炼幼儿思维能力及动手能力的主要场所。此时教师可将建构区游戏与健康领域教育相融合，推出“建构区，我设计”的趣味游戏，引导幼儿和教师以游戏合作的方式共同

规划建构区。充分彰显幼儿教育主体地位的同时，由教师适当传输安全意识，同时强调建构区游戏所需遵循的安全为先原则，采用该方式将安全理念、健康意识传递给幼儿。再以阅读区为例，幼儿园阅读区内存诸多绘本，在健康领域教育形势下，可适当加大健康、安全主题相关的绘本阅读材料，在此基础上在阅读区内开展“健康知识我知道”、“绘本故事分享会”等游戏活动，在区域游戏的参与下，充分提高幼儿园健康领域教育质量，使幼儿在区域游戏参与期间养成良好的健康习惯。

2.2 设计主题活动形成安全与危险认知

幼儿园应有意识地将安全意识、危险认知传递给幼儿，以健康领域课程教育为载体贯彻落实安全教育，从安全能力、安全意识两个角度入手维护幼儿健康。对于幼儿而言，趣味性游戏活动具有较强吸引力，故在幼儿园主要采取游戏活动的方式实施教育活动。因此，幼儿园开展健康领域课程时，需结合游戏化理念设计游戏活动，兼顾教育性与趣味性，并从安全、健康角度出发培养幼儿的安全意识、危险认知，设计活动主题，推出多元化游戏活动，鼓励幼儿参与其中，专项化锻炼幼儿安全能力，引导幼儿形成正确的健康认知，使健康领域教育活动可全面渗透到幼儿一日生活中。

例如：基于课程游戏化设计并开展健康领域游戏活动时，幼儿园可设计安全主题活动，推出模拟逃生游戏，设置哄骗、雷雨、地震、火灾等多种危险场景，采用模拟体验的方式使幼儿感受危险。营造多元化主题场景后，则引导幼儿参与模拟逃生游戏，此时幼儿面临危险场景需想尽办法逃离危险，在此期间可鼓励幼儿协商讨论，共同渡过难关。当幼儿完成逃生游戏模拟后，由教师点评幼儿行为及其采取的逃生方法，借助该方式将安全健康教育内容传递给幼儿，并使幼儿在游戏体验中感受危险，形成良好的危险认知，增强幼儿的危险应对能力，以此确保幼儿可实现身心健康成长。但采用游戏化方式进行危险模拟教育时应注意，应对哄骗、雷雨、地震、火灾等多种危险场景的危害进行强调，保证教育活动的严肃性，使幼儿正确认识其中的危险要素，以免幼儿面临真正危险场景而无法形成警惕。

2.3 衔接体育运用强化幼儿身体素质

幼儿园健康领域课程教育内容可分为身体健康与心理健康，从课程游戏化出发设计健康教育游戏时，应注重幼儿的参与性与实践性，突出幼儿的健康领域教育主体地位，围绕幼儿科学设计健康领域教育活动，并适当衔接体育要素，使幼儿在游戏活动参与过程中强化身体素质，激发幼儿的体育兴趣与运动激情，引导幼儿在健康领域教育游戏中接触体育运动，培养幼儿的运动技能，切实促进幼儿健康成长。

幼儿园教师在实施健康领域教育活动时，可秉承课程游戏化理念，从健康教育角度出发设计趣味活动，将呼啦圈、跳绳、障碍闯关、球类运动等体育要素融入健康领域课程活动中，形成具有体育特征的趣味游戏，在体育与健康的协同下，为幼儿营造健康成长环境。

如体育活动“信息传递”，由幼儿自主划分小组，各小组按顺序排列，准备隔板材料，将幼儿隔开，而首名幼儿从教师处获取动作信息，随后以动作表演的方式向下传递，以此类推，当各小组完成动作传递后，由最后一名幼儿演示，最终以体育动作标准程度判断游戏胜负。在该过程中，以游戏化的方式引导幼儿完成了体育动作锻炼，使体育练习具备了游戏化、趣味性特征，以此可在潜移默化中将健康理念传递给幼儿，并逐步引导幼儿形成良好的体育锻炼习惯，强化幼儿身体素质。除上述游戏之外，教师还可设计“蛙式赛跑”、“定点空投”、“螃蟹赛跑”、“吊球比赛”等趣味性体育游戏，借助体育锻炼而整体性提升幼儿的身体素质，贯彻落实幼儿园健康领域教育活动，促进幼儿身心健康成长。

2.4 依托游戏探究实施心理健康教育

心理健康是幼儿园健康领域教育必不可少的部分，基于课程游戏化方式开展教育领域活动时，应加强对幼儿心理健康的重视，依托游戏的探索性而优化幼儿心理，使幼儿能够真正实现身心健康成长。课程游戏化为幼儿心理健康教育提供了新的方向，教师可通过设计探索性游戏，使幼儿在实践体验中形成乐观积极的心态，继而维护幼儿心理健康。在设计心理健康领域趣味游戏时，教师需从幼儿角度出发，换位思考，了解幼儿在现阶段成长发育过程中可能遇到的烦恼或挑战，并以此为基础设计游戏活动，在潜移默化中正向引导幼儿心理，使幼儿可在健康环境中形成正向心理。

教师可根据幼儿游戏活动表现而设定完成标准，以房子建构游戏为例，应综合考虑幼儿的差异化动手能力与建构思维而设计游戏标准，并设置奖励，对幼儿产生鼓励效果，引导幼儿主动参与到游戏活动中。在此基础上，教师动态化观察幼儿在游戏参与过程中的表现，若幼儿遭遇失败或难关，应根据幼儿状态适当鼓励与引导，以免幼儿在重复失败过程中丧失自信，协助幼儿建构出美观、稳固的房子。该过程有助于培养渡过难关的耐性与决心，使幼儿可在健康心理状态下成长。

再以“一件不高兴的事”游戏为例，可采用课程游戏化的方式设计心理健康活动，教师提前准备多个角色卡片，各个角色卡片中记录角色姓名、家庭状况及近期不高兴的事，

由幼儿随机抽取角色卡片并扮演相关角色，使幼儿尝试带入角色分析“不高兴的事”，并尝试与同伴、教师共同调节情绪，将情绪调节方法接触该游戏传递给幼儿，继而实现心理健康游戏化教育。

2.5 分阶段分层次实施健康教育游戏

幼儿园健康领域教育活动实施过程中应充分考虑幼儿身心特征，因此，基于课程游戏化理念实施健康领域教育活动时，教师应总结归纳小班、中班、大班幼儿的身心发育特点，秉承以幼儿为本的教育思想，科学合理设计差异化、阶段化的健康教育游戏，面向不同层次的幼儿，借助该方式将课程游戏化理念良好嵌入到幼儿园健康领域教育活动中，避免强度过大的健康教育游戏给幼儿造成负担。

对于小班幼儿而言，其处于生长发育的初期，故从课程游戏化角度开展幼儿园健康领域教育活动时，应注意游戏的引导性，并做好游戏强度的控制。例如：面向小班幼儿推出“吹泡泡”游戏，带领小班幼儿学习吹泡泡儿歌，“吹泡泡、吹泡泡，一吹吹个大泡泡，一吹吹个小泡泡，泡泡飞高了，泡泡飞低了，泡泡破了”，并与游戏结合儿歌内容设计游戏动作，当儿歌念到“吹个大泡泡”时，要求幼儿快速手拉手围成大圆圈，念到“吹个小泡泡”时向场地中间靠拢，“泡泡飞高”时垫脚向上跳，“泡泡飞低”时快速下蹲，“泡泡破了”时向后跳。该游戏活动简单，且可锻炼幼儿身体机能与反应速度，可在游戏中实现健康教育。

对于中班幼儿而言，教师可开展“连体人”趣味游戏，由幼儿自主组成二人小组，在提前准备的报纸中间挖出两个可供脑袋穿过的洞，使幼儿将报纸套至脖子上，以此形成“连体人”，此时可引导“连体人”按制定线路跑、跳、穿过平衡木等，若报纸破碎则游戏失败。与小班的健康游戏相较，面向中班幼儿的健康游戏难度略大，且对幼儿身心健康的培养效果更为明显。

对于大班幼儿，则可进一步提高健康领域课程游戏的难度，如“切西瓜”、“丢沙包”“障碍闯关”等，寓教于乐，使幼儿在游戏活动中锻炼身体，潜移默化实现健康领域教育。

3 结语

总而言之，课程游戏化在幼儿园健康领域教育中具有较高应用价值，在具体实施期间，应根据现阶段幼儿园在健康领域方面存在的不足而进行调整、设计，合理运用课程游戏化模式。结合教育实践来看，可借助区域游戏多角度培养健康习惯，设计主题活动引导幼儿建立安全认知与危险认知，衔接体育运动强化幼儿身体素质，并依托游戏探究实施心理健康教育，分阶段分层次实施健康教育游戏，从不同角度出发，切实发挥课程游戏化在健康领域教育中的作用。

参考文献：

- [1] 董世斌.农村幼儿园健康领域课程游戏化教育策略[J].当代家庭教育, 2021, (26): 81-82.
- [2] 郑艳萍.幼儿园健康领域课程游戏化开展的有效策略[J].家长, 2024, (18): 4-6.