

# 传统民间游戏在培养学前儿童抗逆力中的应用

李道远

长沙师范学院学前教育学院, 湖南 长沙  
Email: ldycs@csnu.edu.cn

收稿日期: 2021年4月16日; 录用日期: 2021年5月12日; 发布日期: 2021年5月19日

## 摘要

传统民间游戏作为中国传统文化的载体, 目前面临着消失的危险局面, 本文探讨利用传统民间游戏来培养学前儿童的抗逆力。文章首先论述了培养学前儿童抗逆力的重要性, 然后分析了游戏在培养学前儿童抗逆力上的作用, 研究了面向学前儿童抗逆力的传统民间游戏分类方法, 并给出了开展面向抗逆力培养的民间传统游戏教学策略与步骤。本研究既在学前儿童教育中传承了中国传统文化, 又培养了学前儿童抗逆力、强健了儿童的心智, 对于我国当前学前儿童培养与教育具有重要的现实意义与参考价值。

## 关键词

抗逆力, 民间游戏, 学前儿童

# Application of Folk Traditional Games in the Cultivation of Preschool Children's Resilience

Daoyuan Li

College of Preschool Education, Changsha Normal University, Changsha Hunan  
Email: ldycs@csnu.edu.cn

Received: Apr. 16<sup>th</sup>, 2021; accepted: May 12<sup>th</sup>, 2021; published: May 19<sup>th</sup>, 2021

## Abstract

As the carrier of Chinese traditional culture, traditional folk games are currently facing the danger of disappearing. This article explores the use of traditional folk games to cultivate the resilience of preschool children. Firstly, the article discusses the importance of cultivating the resilience of preschool children. And then, it analyzes the role of games in cultivating the resilience of pre-

school children, studies the classification method of traditional folk game for preschool children's resilience, and gives the teaching strategies and steps of development orientation folk traditional games for the cultivation of resilience. This research not only inherits Chinese traditional culture in preschool education, but also cultivates preschool children's resilience and strengthens their minds. It has important practical significances and reference values for the current training and education of preschool children in China.

## Keywords

Resilience, Folk Games, Preschool Children

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

随着中华民族历史的发展,出现了多民族、多种的传统民间游戏,如放风筝、打角螺、跳皮筋等,这些游戏成为了中国传统文化的重要载体和基础载体。中国传统民间游戏在传承中国的文化、历史与观念的同时,还对儿童起到了全方位培养的作用,包括认知能力、读写能力、计算能力、社会情感、文化理解、身体健康等。

然而,伴随着现代经济和高科技的飞速发展,部分观念与生活方式的急剧西华,大量中国传统民间游戏已经在人们的视线中渐渐消失,面临失传、消失的危险。其潜在的后果,则是中国文化和历史的遗失、传统观念的淡薄。针对此情况的出现,国务院办公厅于2017年下发的《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》中明确指出:“实施中华优秀传统文化传承发展工程,是建设社会主义文化强国的重大战略任务,对于增强国家文化软实力、维护国家文化安全、传承中华文脉、全面提升人民群众的文化素养,具有重要现实意义”[1]。

而近年来,接二连三的儿童自我伤害事故,让整个社会也认识到在培养儿童抗风险和抗压力上存在的问题。通过培养儿童的抗逆力,让儿童以多种方式实现逆境中的“恢复”并形成自己的个性品质,有效地应对和克服面临的严重困难,也成为了学前教育研究者的共识。

本文探讨利用传统民间游戏来培养学前儿童的抗逆力,既传承中国传统文化,又培养儿童抗逆力、强健儿童的心智,对于我国当前学前儿童培养与教育具有重要的现实意义与参考价值。

## 2. 为什么需要培养学前儿童的抗逆力

本学前儿童由于年龄小、依赖性强、自我调节能力弱,在面对各种危机因素时(如家庭暴力、父母离婚、校园欺凌等),容易出现儿童心理障碍,如孤僻、自闭、抑郁、暴力倾向等。不但影响了儿童现在与未来的学习和人际交往,严重的可能会造成儿童自残。但在发展中国家,往往只重视疾病的治疗,而忽略了心理疾病及其危害,只有不到20%的儿童会接受相关心理治疗[2]。

抗逆力是儿童在面对痛苦的身体或精神情况时,通过生活经验和成人示范而发展起来的心理和生理能力。莫楠(2018)、李崇新(2018)、Noble(2012)等国内外学者给出抗逆力的共同定义为,当个体在应对危机、灾难、痛苦、压力或挫折时,自身表现出来的、借助优势与资源,积抵抗并克服逆境的适应性能力[3][4][5]。世界学前教育组织(OMEP)也认为,抗逆力能使儿童以多种方式实现逆境中的“恢复”并形成

自己的个性。这些个性品质包括创造力、分享与合作、尊重他人、交流沟通等。

具备抗逆力的儿童，将会积极的自我接纳、尊重别人、富有创造力，学着分享、合作、沟通与解决问题。也就是说，抗逆力帮助学前儿童克服各种心理疾病，成为学前儿童解决所面临危机的有效手段。因此，培养抗逆力对于学前儿童显得尤为重要。拥有强抗逆力的孩子生活会更幸福，在未来的学习和工作中也会有更优秀的表现。

### 3. 游戏为什么可以培养学前儿童的抗逆力

Ginsburg (2015)研究认为抗逆力表现方式可以描述为7个“C”，即能力(Competence)、自信(Confidence)、关系(Connection)、品格(Character)、贡献(Contribution)、应对(Coping)和控制(Control) [6]。由此看来，抗逆力包含了多种因素，或者说抗逆力由多种因素组成。美国加利福尼亚州在进行儿童抗逆力测量[7]中，将抗逆力因素分为了内、外两组保护因子，如表1所示，并认为保护因子越高，抗逆力也越高。

**Table 1.** Protective factors of resilience  
**表 1.** 抗逆力的保护因子

外在因素	外部关心的环境
	他人积极的期望
	有意义的参与机会
内在因素	交流与合作的能力
	同感的能力
	解决问题的能力
	自信心
	自制力
	目标感

游戏在学前儿童教育中被广泛倡导。其主要原因在于游戏的应用，几乎有利于学前儿童所有关键领域的发展，包括认知能力、读写能力、计算能力、社会情感、文化理解、身体健康等，尤其是学前儿童心理发展。OMEP 认为，游戏可以帮助儿童减轻压力、提升大脑功能、激发创造力、改善与他人的关系和联系，让儿童愉悦心情、放松身心、增强体能、获得知识和技能、提高社交能力以及加强情绪控制。

学前儿童通过游戏活动，可以[2] [8] [9]：

- 1) 通过开展群体性游戏，可以锻炼学前儿童的交往、协商能力；
- 2) 在游戏中学前儿童可以尝试与学习新的技能，练习克服困难，培养学前儿童解决问题的能力，帮助儿童建立自信心；
- 3) 学前儿童在游戏中参与决策，可以帮助其获得成就感，培养自信心与自制力，并提升自我意识和对他人的意识；
- 4) 游戏中出现的某些逆境，帮助学前儿童模仿现实克服困难与障碍。

由此可见，游戏能够给学前儿童提供培养抗逆力的保护因素，包括建立人际关系、培养安全与和谐、促进任务完成、积累积极经验、发现机遇和进行有意义的互动，极大地促进了儿童抗逆力的培养。香港学者熊家欢(2017)，研究了利用游戏促进儿童各方面需要的正面发展，提出游戏对于儿童抗逆力 - 乐观感、抗逆力 - 联系感、抗逆力 - 能力感的影响[10]。OMEP (2018)开展了一项“Play & Resilience”研究，关注培养儿童抗逆力，提出其中需要关注和考虑的问题，国内华东师范大学参与了项目的研究。

利用游戏教学强大的塑造能力，着力培养学前儿童的抗逆力，使其能够克服各种身体、情绪、交往的负面影响，令他们更健康发展，足以面对不同挑战，而不触发各种心理疾病。这对于我国，包括一些发展中国家，学前儿童的培养与教育，将具有重要意义与研究价值。

#### 4. 针对学前儿童抗逆力的培养如何选择传统民间游戏

中国是一个地域广阔、民族众多的国家。各民族在形成自己文化的过程中，形成了多种类型的民间传统游戏。这些不同种类的民间传统游戏在学前儿童教育中应用，促进了儿童抗逆力不同特征和技能的进步，支持儿童不同领域的学习与成长。因此，针对学前儿童抗逆力培养时，幼儿教师需要有意识的认识、区分，进而选择、改进不同类型的游戏，以促进儿童抗逆力的培养。

学前儿童游戏的分类方式有很多，针对学前儿童抗逆力的培养，本文尝试将民间游戏分为了5种，如表2所示。表中给出了各类游戏的涵义和对于儿童抗逆力的培养，并提供了游戏案例进行说明。

**Table 2.** Classification of traditional folk games and the cultivation of resilience

**表 2.** 民间传统游戏的分类及对抗逆力的培养

序号	游戏种类	游戏内涵	对抗逆力作用	示例
1	运动游戏	包括: 1) 近距离接触, 如追逐、摔跤、跳舞和跳绳等; 2) 精细动作, 用手及手指来制作, 如绘画、书写、编织等。在 4~5 岁的儿童活动中, 运动游戏通常占 20%左右。	1) 通过运动技能的展示, 可以培养儿童的信心和勇气; 2) 可帮助儿童建立社交关系, 并有利于儿童社会情感的发展; 3) 通过参与将文化传统融入音乐、跳舞等的游戏, 可以帮助儿童巩固文化认同。	老鼠偷油、老鹰抓小鸡
2	象征游戏	使用“假装”物体或玩具来代表真实物体, 利于儿童将自己的经历与周围环境, 促进儿童对经验、想法和情绪的思考。	1) 让儿童自主探索自己的兴趣、做出决定, 增强其自信心; 2) 游戏积极情绪, 提高了儿童的幸福感和归属感, 也有利于身份认同和归属感; 3) 儿童间的合作促进了沟通、创造、自律及合作能力的发展; 4) 有利于发展计算能力和读写能力, 帮助儿童建立对计数、读写等的信心。	拉大锯、顶锅盖
3	操作游戏	最常见的游戏之一, 儿童利用创造力、想象力和运动技能来试验和操纵发现的物体, 增强了他们探索物体和材料的感受, 并体验动作行为。	1) 通过与物体的互动, 让儿童获得不同的感官体验及带来的多种好处, 如一起操作促进儿童相互间关系; 2) 通过设定目标与挑战、构思新方法并操纵物体来实现, 帮助儿童问题解决、推理和其他认知技能的发展; 3) 对物品的了解、应用和珍惜, 激励儿童建立对文化、信仰等的认可, 增加身份归属感和责任感。	跳房子、翻花绳
4	假装游戏	儿童扮演体现自己经验和背景的角色, 帮助儿童认知社会、自我约束, 提高问题解决能力及其他社会技能。	1) 假装游戏为儿童发展与抗逆力有关的多种技能和品质带来了许多机会, 让儿童开始学着去照顾他人并发展出一种责任感; 2) 假装游戏给儿童提供了一个无风险的游戏环境, 并给他们带来了发展有效合作能力的契机, 因为儿童必须要学着协作、配合以及相互支持彼此, 才能让游戏进行下去。	拾棉花、警察抓小偷
5	规则游戏	规则游戏可以展示、探索社会参与和互动的规则和标准。儿童很渴望理解他们生活的世界, 所以作为了解周围世界的一部分, 他们对于规则很有兴趣, 并且经常自己发明一些规则。	1) 规则游戏在提升儿童对问题解决技能的作用显著, 因为这种游戏要求儿童要专注在一个任务上, 要学习规则并且要用这些规则来取胜, 由此发展他们的坚持性和注意力 2) 在和朋友、兄弟姐妹以及父母玩规则游戏的时候, 儿童学习到很多有关分享、轮流和理解他人观点的社交技能; 3) 规则游戏也发展了各种社会关系, 锻炼问题解决能力, 参与团队合作的能力。	击鼓传花、木头人

注意的是，每种类型的民间游戏都可帮助学前儿童培养抗逆力不同的特征和技能。而不同类型的游戏相互之间具有部分类似性，如“身体”游戏也包含了“象征”游戏的一些方面。

通过对五种游戏的认识，可帮助幼儿园教师开发培养儿童抗逆力的游戏方法，确保所设计的游戏能为学前儿童提供拓展学习的机会，让学前儿童通过自己的想象力和创造力积极的参与到游戏中，并在游戏中感受到快乐并培养应对风险的能力。

## 5. 面向学前儿童抗逆力培养的民间传统游戏教学实现

为了进行面向学前儿童抗逆力培养的民间传统游戏教学，需要在下述四个方面开展工作：

### 1) 游戏素材的整理与改进

民间游戏的具有多样性，但从学前教育领域和抗逆力培养的角度来看，并非所有的民间游戏素材都适用。因此，需要教师通过访谈调研、资料分析、网络查询和民间采风的形式收集各种游戏素材，整理并改进为适合不同年龄幼儿的游戏活动，确保游戏在培育学前儿童抗逆力中适用性。

### 2) 游戏的特征分析与归类

对于收集、整理与改进的传统游戏，需要与其他教师进行沟通，分析各类游戏的特征、活动方式，针对学前儿童抗逆力培养的侧重面，明确游戏过程需要儿童进行哪些配合、游戏实施过程中需要注意哪些问题等，确保游戏在培育学前儿童抗逆力中有效性。

### 3) 游戏教学环境的创设

游戏教学活动的开展离不开游戏环境，本研究开展的面向抗逆力培养的民间游戏教学也不例外。幼儿园教师需要重视游戏环境的创设，将园内、园外的教学活动资源有效整合起来，让幼儿能够有机会接触多样化的民间游戏活动。让更多的社会民众能够重新认识民间游戏活动，让儿童民间游戏再次走进社会公众的视野，以促进民间游戏的传承。

### 4) 游戏教学的设计与实施

面向抗逆力培养的传统民间游戏教学设计与实施过程中，设计为如图1所示[11]。

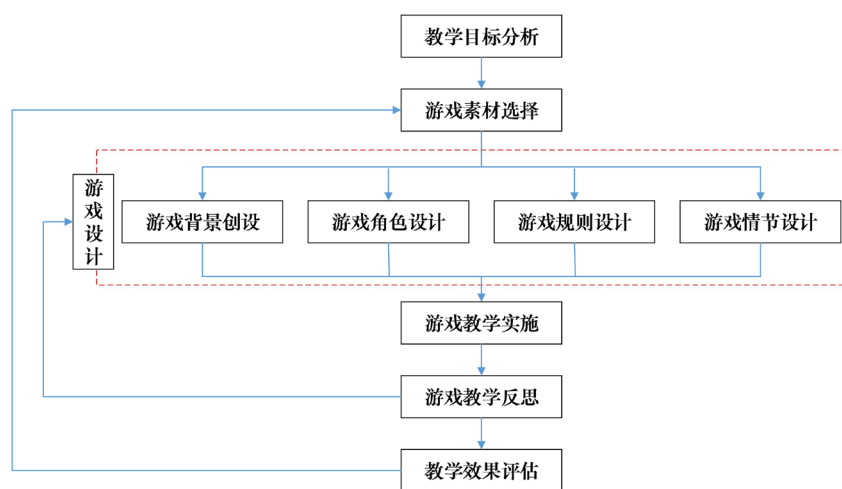


Figure 1. Teaching design of traditional folk games for the cultivation of resilience

图1. 面向抗逆力培养的民间传统游戏教学设计

首先需要明确开展的游戏教学的教学目标是什么，需要帮助学前儿童克服什么的风险因素，建立什么样特征的抗逆力。其次，根据教学目标从民间游戏素材库中选择合适的素材并开展游戏教学的设计，



包括背景创设、角色设计、规则设计、情节设计等。最后，开展游戏教学实施以及教学反思，对教学效果进行评估，并合理的修正教学过程与游戏设计。

## 6. 结束语

本文探讨了利用中国传统民间游戏来培养学前儿童的抗逆力的问题。论述了培养学前儿童抗逆力的重要性以及游戏在培养学前儿童抗逆力上的作用，给出了面向抗逆力培养的民间传统游戏分类方式，给出了面向学前儿童抗逆力培养的民间传统游戏教学实现策略与步骤。

目前，本项目正处于进一步深入研究中。但从当前取得的效果来看，即对于学前儿童抗逆力某些特征的培养上，还是值得令人满意和欣慰的。

## 基金项目

本文受湖南省教育厅科学研究项目资助(20C0126)。

## 参考文献

- [1] 中华人民共和国中央人民政府. 中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》[EB/OL]. [http://www.gov.cn/zhengce/2017-01/25/content\\_5163472.htm](http://www.gov.cn/zhengce/2017-01/25/content_5163472.htm), 2017-01-25.
- [2] OMEP (2018) Play and Resilience Project. [http://www.worldomep.org/index.php?hCode=ACTION\\_04\\_02\\_01](http://www.worldomep.org/index.php?hCode=ACTION_04_02_01)
- [3] Noble, T. and McGrath, H. (2012) Wellbeing and Resilience in Young People and the Role of Positive Relationships. In: *Positive Relationships*, Springer Science and Business Media, Berlin, 17-33. [https://doi.org/10.1007/978-94-007-2147-0\\_2](https://doi.org/10.1007/978-94-007-2147-0_2)
- [4] 莫楠. 抗逆力理论研究述评[J]. 长江丛刊, 2018(9): 159.
- [5] 李崇新, 汪菊芬. 西方家庭抗逆力理论: 内涵、模型与实务应用[J]. 人口与社会, 2018, 34(2): 88-100.
- [6] Ginsburg, K.R., et al. (2015) Building Resilience in Children and Teens: Giving Kids Roots and Wings. American Academy of Pediatrics, Elk Grove Village.
- [7] 向小平, 田国秀, 王曦影. 儿童青少年抗逆力测量中文版在北京青少年中的适用性研究[J]. 中国青年研究, 2014(5): 4-10.
- [8] 镇佳思. 儿童民间游戏在幼儿教育中的价值[J]. 基础教育论坛, 2020, 13(4): 65-66.
- [9] 皮梦君. 水族民间游戏在幼儿园教育活动中的应用建议[J]. 教育教学论坛, 2020, 5(1): 361-362.
- [10] 熊家欢. 游戏与抗逆力[EB/OL]. <http://openknowledge.wixsite.com/openknowledge/single-post/2017/04/05/>, 2017-04-05/2020-07-16.
- [11] 蔡黎曼. 积木游戏对学前儿童认知能力发展的影响[J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2018, 9(5): 89-95.