

全国教育科学“十三五”规划课题成果

YUNDONG QU YU

运动区域

幼儿园运动区域活动的

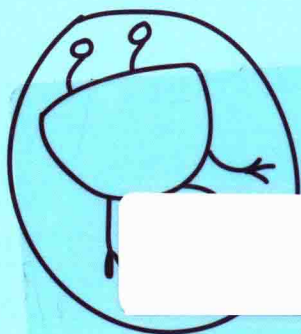
设计与指导

刘娟 / 主编

龙晓玲 黎玲 / 副主编

ZHEYANG WAN

这样玩





主 编：刘 娟

副主编：龙晓玲 黎 玲

编 委：朱小龙 谢 玲 刘 文 梁馨文 杨楚融 秦 枫

龙艳阳 李君玲 李 灿 肖 潇 彭 兰 杨化冰

全国教育科学“十三五”规划 2016 年度单位资助教育部规划课题“幼儿园运动区域活动资源的开发与利用研究（课题批准号：FHB160541）”成果

图书在版编目（CIP）数据

运动区域这样玩：幼儿园运动区域活动的设计与指导 / 刘娟主编. — 长沙：湖南教育出版社，2017.7

ISBN 978-7-5539-5396-0

I. ①运… II. ①刘… III. ①体育课—教学研究—学前教育
IV. ①G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 104982 号

书 名：运动区域这样玩——幼儿园运动区域活动的设计与指导

责任编辑：陈慧娜 周 彬

封面设计：阙 铭

责任校对：曾朝晖 王怀玉

出版发行：湖南教育出版社（长沙市韶山北路 443 号）

网 址：<http://www.hnepi.com>

微信服务号：多点学习

客 服：0731-85486979

经 销：湖南省新华书店

印刷装订：长沙超峰印刷有限公司

开 本：710×1000 16 开

印 张：19.5

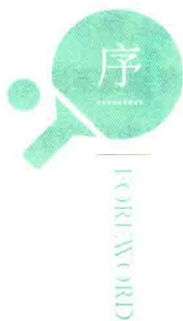
字 数：240000

版 次：2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5539-5396-0

定 价：48.00 元

本书若有印刷、装订错误，可向承印厂调换



自从“活动区”及“区域活动”进入幼儿园以来，关于“活动区”的数量及其划分标准、“区域活动”的类别及其功能定位，学术界从来也没有达成共识。但是，这并没有影响幼儿园区域活动的实践探索。也许正是理论上没有所谓的“共识”，为区域活动的实践探索创造了巨大的自由空间，为每个幼儿园留下了一个展示独特教育风格或课程品位的“窗口”。

在区域活动“大家庭”中，运动区域活动是“空间”最大、“材料”最多、“争议”最少的区域活动。湖南省人民政府直属机关第三幼儿园“选择”运动区域活动，作为展示其独特教育风格和课程品位的“窗口”。这是时代精神的自然体现，更是历史发展的必然产物。

湖南省人民政府直属机关第三幼儿园是一所与中华人民共和国几乎“同龄”的幼儿园，有着辉煌的历史和优秀的传统。改革开放以来，虽然在原址上几经改建，幼儿园仍然保持“闹中取静”“别有洞天”的风貌，鳞次栉比的现代化建筑与枝繁叶茂的香樟交相辉映，错落有致的长廊和过道把宽阔而规则的几个户外运动场地连成一体。明眼一看，大家都会知道：这是一个体育文化传统悠久，健康教育底蕴深厚的幼儿园。

早在上世纪90年代初，湖南省人民政府直属机关第三幼儿园就开始了民间游戏在幼儿园健康教育中运用的探索性研究，取得了卓有成效的教

育成果，享誉全国。此后，坚持不懈，不忘初心，矢志不渝，在幼儿园健康教育领域不断创新，深耕细作，厚积薄发，于是有了本书的面世。

作为研究的见证者（有时候也是参与者），有机会率先拜读此书并受邀作序，幸莫大焉！借此机会，祝贺《运动区域这样玩》正式出版，并向刘娟园长及其研究团队表示钦佩和敬意。同时，也“乘机”发表一点自己的“读后感”，以飨读者。

一、区域活动的教育地位及其使命

区域活动又称“活动区活动”，是伴随中国教育改革开放而引进的一种教育理念。大约在上世纪90年代，我国沿海地区开始活动区（游戏角）或区域活动（自选活动）的理论研究与实践探索。从局部性的尝试到全国性的推广，区域活动已经成为我国幼儿园教育研究的一个前沿课题。

然而，在区域活动的理论思考及实践探索中，仍然存有许多分歧或困惑。从观念的更新到行动的转化，不可避免地要经历一个艰难的发展过程。其中，不仅需要在理论上澄清区域活动的本质属性及基本含义，而且需要在实践上探明区域活动的运行机制及基本条件。

二、区域活动的本质属性及基本含义

顾名思义，区域活动就是在相对稳定的空间或区域内开展的教育活动。那么，区域活动是一种什么性质的活动呢？学术界似乎并未达成共识。

（一）学习活动与游戏活动

在一些场合，区域活动被理解为幼儿的学习活动。例如，有人认为，区域活动是一种学习性、探究性的活动。如果界定为学习活动，那么，区域活动就要完成既定的教学任务，并且受教育目标制约。

而在另一些场合，区域活动又被视为自主游戏的代名词。有人把区域活动视为在集体活动之外为幼儿创设的一种自由游戏活动的形式。在这种自主游戏活动中，幼儿按自己的兴趣、爱好选择活动的内容、材料和玩伴，通过游戏和自由交往获得课堂上得不到的新经验。

那么，区域活动到底是学习活动还是游戏活动呢？或许有人会说，幼儿的游戏就是学习。然而，尽管幼儿学习大多发生在游戏活动之中，但是不能混淆学习活动与游戏活动的区别。理论上，游戏与学习至少有三种不同的关系：1. 在游戏中学习；2. 借助游戏学习；3. 为游戏而学习。试问，如果对游戏与学习不加区分，那么，区域活动中学习与游戏的关系属于上述三种关系中的哪一种呢？

其实，对于幼儿而言，区域活动定位于游戏还是学习并非问题的关键，关键在于这种被称之为“区域活动”的教育活动能否满足幼儿的心理需要，最大限度调动幼儿活动的积极性、主动性和创造性。在这个意义上，区域活动本质上是一种“有意义（富有游戏精神）”的学习活动。

（二）集体教学活动与分组教学活动

从教育活动的组织方式看，区域活动是集体教学活动的“自然延伸”还是分组教学活动的一种具体方式呢？

持前一种观点的人认为，传统的集体教学活动不能满足每个幼儿的需要，无法兼顾个体差异。故而，在集体教学活动之外，利用区域活动的时间，在相关区域中对有特殊需要的幼儿做个别辅导。显然，区域活动构成了集体活动的自然而然的补充：集体活动面向全体幼儿的一般发展，区域活动指向个别幼儿的特殊需要。

后一种观点则关注区域活动的分散性与多样性，把区域活动作为分组教学活动的一种组织策略：教师在某一区域重点指导一组幼儿学习新内容，

其他幼儿在别的区域做自己喜欢的游戏，然后交换。

显然，两种观点都没有把区域活动视为一种独立的“全新”的教育活动类型，难免有“新瓶装旧酒”之嫌。应该说，在教育实践中，区域活动确实具有上述两种功能。然而，我们不能因为区域活动具有集体活动的补充功能或分组活动的组织功能，就无视其独立存在的价值。本质上，区域活动是一种具有时间充足性、空间开放性、内容整合性、形式多样性的教育活动。无论是教育理念还是组织形态，区域活动都不同于传统的集体教学活动或分组教育活动。

三、区域活动的运行机制及基本条件

在理论层面上，区域活动内部包含三个基本要素：活动主体、活动空间与活动材料。在实践层面上，区域活动就是在特定的活动空间里，活动主体（教师和幼儿）与活动材料的互动，包括教师与活动材料的互动、幼儿与活动材料的互动、借助活动材料教师与幼儿的互动。在一定意义上，没有高效的（或多维度的开放性）互动，区域活动就会失去应有的教育活力和独有的教育价值。为此，区域活动的关键是要创造良好的保障条件和建构良性的运行机制。

（一）活动区的规划与创设

活动区的规划主要是解决区域活动的空间位置问题——在充分利用空间位置的基础上实现活动需要与活动空间格局的最大拟合。然而，无论大小，幼儿园的空间总是有限的。室内空间受制于幼儿园的建筑格局，户外空间受制于幼儿园的自然生态。显然，无论如何规划，活动区总会存在这样或那样的问题。这些问题的解决，需要教师发挥聪明才智，对活动区进行合乎教育情理的创设。

合乎教育情理地创设活动区就是根据教育原理解读活动区空间特点，因地制宜，巧妙地利用幼儿园的建筑格局和生态资源，以一种开放性的包容态势，创造一个诱发或激励幼儿自主活动的“魅力空间”。

（二）活动材料的投放与利用

活动材料服务于预设的活动内容和幼儿在活动中不断生成的活动需要。活动材料的投放首先取决于活动区的目标定位与价值取向。当目标定位明确后，价值取向将直接决定教师的材料投放方式和利用策略。教师如何看待材料的价值，很大程度上影响其材料的选择及使用。

材料投放方式至少有三种不同的选择：高结构投放还是低结构投放、集中投放还是分散投放、融合式投放（材料的摆放与操作在同一空间）还是分离式投放（材料的摆放与操作不在同一空间）。

教师选择何种方式当然有其自己的考虑，但有一点必须充分预计：不同的材料投放方式直接影响材料的利用，进而影响幼儿与材料互动及师幼互动。例如，高结构投放材料意味着教师在材料利用的高指向性和计划性，相应地，幼儿与材料互动的自由度下降；反之，低结构投放意味着教师在材料利用上具有灵活性和适应性，相应地，幼儿与材料互动的自由度上升。

（三）区域活动的指导方法及其决策

教师作为区域活动主体之一，在活动指导过程中首先必须处理好主体间关系（幼儿也是活动主体）。区域活动不同于集体教学活动的本质差异就在于其双主体性。在区域活动中，教师与幼儿共同作用于活动材料或借助活动材料交互作用。显然，教师指导幼儿的自主活动面临更高的挑战。其中，最富创造性的挑战是两个方面的：一方面是如何合理选择指导方式及其时机；另一方面是如何灵活把握指导流程及其节奏。

区域活动的魅力在于其充满着无限的可能性，同时也带来了活动指导

上极大的不确定性。唯有建立良性运行机制才能应对这种复杂多变的局势。为此，教师与幼儿之间的默契度、材料投放与空间结构之间的拟合度、活动目标与幼儿需要之间的吻合度等，将会是影响教师在区域活动指导过程中做出正确决策的因素。

四、运动区域活动——幼儿园健康教育的一种机制创新

运动区域活动不是传统意义上体育活动的“翻版”，而是幼儿园健康教育的一种“全新”机制。因为，运动区域活动不应只满足户外体育活动时间的保障，更应立足于幼儿的“大健康”（身体健康、心理健康和良好的社会适应）。从“大健康”视野定位运动区域活动，并且基于运动区域活动创建一种富有成效的幼儿园健康教育机制，是湖南省人民政府直属机关第三幼儿院的初心，也是我国幼儿园健康教育的一大创举。

幼儿园健康教育机制的核心问题要解决健康教育的行动理念、实践技术，也就是要制定健康教育的“路线图”。湖南省人民政府直属机关第三幼儿院的实践经验可以表明：

（一）运动区域活动是游戏性、运动性与学习性的高度统一

运动区域活动既是幼儿的游戏活动，也是幼儿的体育活动（运动），当然也是幼儿的学习活动。不过在重要性上，游戏性大于运动性，运动性大于学习性。因为区域活动是幼儿自主选择活动区，自己决定活动的内容、活动方式、活动伙伴，对活动区的环境、材料提出更高的要求，活动的趣味性更强。

显然，运动区域活动游戏化要加强，学习化要适度，特别是任务定向的区域活动应当控制在最低水平。

（二）运动区域活动是活动空间的开放性与活动内容的整合性的高度统一

一般而言，运动区是幼儿园空间范围最大的活动区。就空间布局而言，至少可以划分为室内活动区、户外活动区和过渡区（走廊、风雨操场或地面隔空层等）三个相对独立而又相互开放的区域。

各活动区之间应是开放通畅的，方便幼儿出入、方便各区间的交流。例如，可将多个活动区联系起来，创设一个全园性的大型综合性活动“体能大循环”。在这种“多元整合”的活动中，幼儿的学习兴趣性、运动主动性高，同伴交往面大，语言交往能力、团队合作能力和环境适应能力都得到显著提高。

运动区活动材料的多样性有助于活动内容的多元化整合，包括主题统合下的低结构材料与高结构材料的有机结合；空间临近原则下的固定器材与移动材料的创造性组合；运动技能发展水平提升路径中活动材料的“阶梯式”更新。显然，活动内容的多元化整合的关键是教师要科学解读运动区内的各种资源，发掘活动材料的教育潜能，时刻关注活动材料的多领域经验的指向性和隐性环境的暗示作用。

（三）运动区域活动是幼儿的自主性学习与教师的深层性指导的高度统一

区域活动，特别是运动区域活动为幼儿自主行动提供了充分条件。在区域活动中，幼儿可以自定主题，自控进程，自选伙伴，自找材料。然而，自主性学习活动不是率性的自发行为。自发性学习通常是指一种具有先天性的随意行为，即在外在刺激下，由某种情绪冲动而引起的学习行为。而自主性学习行为则是在后天通过教育培养而形成的，是在内化的学习规范引导下的一种较稳定的行为方式。

自主性学习活动具有目标指向性和任务定向性。幼儿作为学习活动的主体必须自觉地根据学习目标，主动支配自己的学习行为，并且敢于对自己的行为结果担负责任。自主性学习活动的前提是幼儿对自己的学习能力与学习对象有着正确的认识，既不“蛮干”，也不“乱干”。

运动区域活动是游戏化的运动学习，既非“纯粹”的运动性游戏，也非“单纯”的运动式学习。运动区域中的自主学习活动需要游戏形式与运动内容的高度统一。这对幼儿的学习自主性提出更高的要求。为此，教师必须在深层性教学活动中，有意识地引导幼儿学会自主性学习。

深层性指导就是要超越表层性的趣味和零散性的经验。一方面，引导幼儿在区域活动中学会建立活动规则，自觉遵守活动规则，并且主动接受学习规则，有效地进行自我指导，合理地进行自我约束。在一定意义上，区域活动就是规则约束下的自由活动。另一方面，关注幼儿“关键经验”的积累与“核心素养”的培养。每个区域活动都有其对应的“核心经验”，同理，每一种“核心经验”都可以通过相应的区域活动来实现。就运动区域活动而言，在区域活动前，教师要采取多种活动方式，包括集体教学活动，有意识地丰富幼儿的关键运动经验；区域活动中，教师要同时激活多种关键经验，因为运动经验不是以孤立的形式存在，往往与情绪经验、合作经验、应对风险经验等有着密切的关联。为此，教师应该有目的、有计划地把同一种关键经验巧妙地“配置”在不同的区域活动之中，实现“螺旋式”上升，进而转化为幼儿的“核心素养”。

曹中平

湖南师范大学教授

中国学前教育研究会理事会理事

中国学前教育研究会学术委员会委员

中国学前教育研究会游戏与玩具专业委员会副主任



曾经，听过李跃儿老师用这样一句话形容幼儿和教育的关系：孩子是脚，教育是鞋。我不禁想问：那教育孩子的教师呢，是鞋匠吗？后来仔细一琢磨，我们教师真应该像鞋匠一样悉心量脚，用心选材，孜孜不倦地为一双双不同的脚做出舒适美观的鞋。我们的教育要如孩子穿的鞋子一般柔软舒适，才能为孩子助跑，陪伴他们迈向远方。

首先，我们应了解“脚”的特性——读懂孩子的天性。我国著名学前教育家陈鹤琴先生说过：“小孩子是生来好动的，是以游戏为生命的。”他认为对幼儿来说“游戏就是工作，工作就是游戏”。《3~6岁儿童学习与发展指南》明确提出：“理解幼儿的学习方式和特点”，“珍视游戏和生活的独特价值，创设丰富的教育环境，最大限度地支持和满足幼儿通过直接感知、实际操作和亲身体验获取经验的需要。”确实，最有利于孩子发展的活动就是游戏，就是“玩”！玩是孩子的生活，玩是孩子的工作，玩是孩子的权利。

其次，我们应做出合适的“鞋”——提供顺应孩子天性发挥的课程。我们教育的使命在于顺应孩子玩的天性，使孩子在玩中锻炼身体，在玩中增长智慧，在玩中养成品性，在玩中培养合作，在玩中提升能力。幼儿园运动区域这种形式就很好地满足了孩子“玩”的天性。教师利用幼儿园场

地、器材，创设各个运动区域，让幼儿能在良好的运动环境中充分地自由活动。幼儿可以打破班级界限，自由结伴，自选内容，自主活动，在独立或合作运动中提高自主运动能力。每个幼儿的基本动作、运动能力、心理品质、社会性行为等在不同水平上均得到发展。它可以是同龄跨班的方式，也可以是混龄跨班的方式。实践经验告诉我们，运动区域活动是幼儿园体育活动中最受幼儿欢迎的一种组织形式。

再次，让我们共享“鞋”的美好——分享运动区域课程模式。既然孩子喜欢，那怎么让这种课程模式得以广泛运用？由此，我们有了一个美好的想法：将我园多年的实践经验集结出版，给老师们一个参考的模板，让广大幼教同行在我园教育智慧的基础上，能更好地实践。

本书主要立足于我园进行的全国教育科学“十三五”规划课题的部分成果，一共分为五章。第一章为运动区域活动概述，从幼儿园运动区域活动的概念和特点、幼儿园运动区域活动的独特教育价值两个方面为全书奠定理论基础。第二章为运动区域活动的设计，对区域的整体设计思路和规划、布局 and 分类提供全面的参考。第三章为幼儿园运动区域活动的方案，遴选室内和户外、同龄和混龄、亲子主题和季节主题等不同活动案例为幼儿园运动区域活动的设计提供借鉴。第四章为运动区域材料的投放，主要围绕幼儿园运动区域材料投放的原则、种类及常见材料的玩法等内容进行展开。第五章为幼儿园运动区域活动指导，从教师在运动区域活动中的角色定位、运动区域活动的指导策略、运动区域实施常见问题解答三个方面进行了阐述。为帮助读者对幼儿园运动区域活动有较为全面的了解，并提高实际运用能力，编写者力图使本书呈现以下特点：

一、纵横关联，构思系统凸显“全”

本书围绕纵横两条思路展开。“纵向”方面，以运动区域活动的设计和引导为主线，以运动区域活动“是什么——为什么——怎么做”的逻辑，前后连贯，逐层推进，向读者一步步呈现“运动区域这样玩”。“横向”方面，本书力求拓宽思路、丰富内容，通过严谨的分类和归纳，把运动区域活动包含的静态材料和动态方案及教师的指导策略以图文结合的形式呈现出来。比如我们对幼儿园运动区域的材料进行梳理，列出了幼儿园运动区域材料配备参考表。这样纵横交错的构思，有助于帮助读者理解运动区域的内涵，从方法上为其设计和引导运动区域活动提供指引，拓展了本书的实践价值，给读者带来运动区域活动设计与指导操作层面的启发。

二、点面结合，案例丰富以求“实”

本书共呈现了20多个运动区域活动方案，并提供了5个案例的视频，读者可通过手机下载“贝壳扫扫”，扫描二维码观看。在方案编排上，本书以不同类型的区域活动予以呈现，不仅有常态下的活动方案，还有季节主题和亲子主题的特殊方案。在具体的案例中，针对幼儿发展的目标，给教师提供了场地的规划图，指明了每个区域里器材的准备和摆放要求，还提供了材料玩法的示意以及指导要点，力求使案例丰富和翔实。

三、吐故纳新，创造改编彰显“活”

本书是针对幼儿园教师如何设计与引导运动区域活动来编写的，所以既有不同方案案例的提供，更有诸多体育游戏的选择。其中，数量丰富的原创性游戏，是教师们和孩子们赋予一些传统游戏的新玩法，可成为教师组织运动区域活动的“活”素材。我们这样做的目的是让教师在提供的游戏资源中可自行选择素材、自由组合来规划区域。我们考量的是“授人以鱼”不如“授人以渔”，让教师掌握了开展运动区域活动的方法后可自行

设计出百变的运动区域活动。

“幼儿园运动区域活动”这双给孩子自主成长提供多元空间的“鞋”，也将随着孩子们的需求和我们不断地探索而完善。只要我们用心、用情，去研究孩子，关爱孩子，相信孩子，鼓励孩子，并大胆创新，我相信，造出的一双双“鞋”会使孩子更舒适。孩子也一定会用行动向我们昭示：我是游戏的主人，我在运动中成长。

刘 娟

2017年6月20日

目录 CONTENTS



幼儿园运动区域活动概述

第一章

第一节 幼儿园运动区域活动的概念及特点 / 002

一、幼儿园运动区域活动的界定 / 002

二、幼儿园运动区域活动的特点 / 007

第二节 幼儿园运动区域活动的教育价值 / 010

一、运动区域活动促进幼儿身体发展的价值体现 / 010

二、运动区域活动促进幼儿心理发展的价值体现 / 012

三、运动区域活动促进幼儿社会性发展的价值体现 / 014



017 第二章 幼儿园运动区域的设计

第一节 幼儿园运动区域的创设 / 018

- 一、幼儿园运动区域创设的原则 / 018
- 二、幼儿园运动区域场地的规划 / 022
- 三、幼儿园运动区域容量的规划 / 026
- 四、幼儿园运动区域活动时间的规划 / 028

第二节 幼儿园运动区域活动的设计 / 031

- 一、幼儿园运动区域活动的设计依据 / 031
- 二、幼儿园运动区域活动的分类 / 049
- 三、幼儿园运动区域活动设计的整体思路 / 052



057 第三章 幼儿园运动区域活动方案

第一节 室内运动区域活动方案 / 058

- 一、班级室内运动区域活动方案 / 058
- 二、同龄跨班室内运动区域活动方案 / 066
- 三、混龄跨班室内运动区域活动方案 / 087

第二节 户外运动区域活动方案 / 106

- 一、班级户外运动区域活动方案 / 106
- 二、同龄跨班户外运动区域活动方案 / 123
- 三、混龄跨班户外运动区域活动方案 / 142

第三节 其他运动区域活动方案 / 153

- 一、亲子运动区域活动方案 / 153
- 二、季节性运动区域活动方案 / 177