

# 绿意盎然 运动前行

幼儿园绿色运动课程的

设计 与 实践

上海市浦东新区泥城幼儿园 主编



上海社会科学院出版社  
SHANGHAI ACADEMY OF SOCIAL SCIENCES PRESS

执行主编 冯容欢 黄海霞

编 委 (按姓氏笔画排列)

王桑洁 刘佳琪 刘楚霞 朱 燕 严 佳

吴玮雯 宋 洁 张丽莉 李 华 李晶晶

沈丽敏 沈美玲 邵引华 陆萍萍 陈 琪

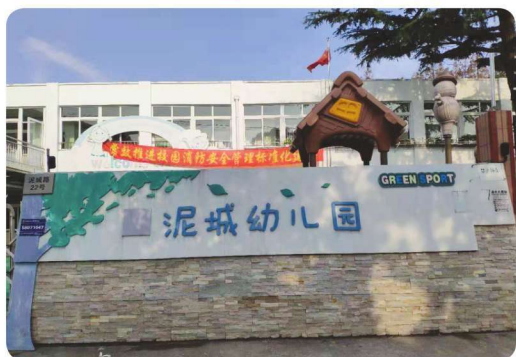
周 兰 周 晶 赵晓丹 倪丹红 唐佳欣

康 丽 黄珊珊 蔡俊佳 蔡美爱 潘佳莉

瞿丹红



# 园所环境





# 师资队伍





# 园所环境





# 以绿色运动助推幼儿园全面发展

## （代序）

陈家昌

教育科研对于促进幼儿培养目标的达成，助推教师专业成长，凸显办园特色，提升办园质量的作用，已被越来越多现代幼儿园管理者所认识和重视。从而出现这样一种可喜的现象：一些幼儿园园长在认真分析影响本园发展的主客观条件和优势的基础上，选择最适合幼儿园自身发展的研究课题，带领广大教师边学习，边实践，边研究，踏踏实实地做下去。通过十几年甚至几十年的努力，不仅把课题研究越做越深，而且成果也越做越大，催生了一批又一批办园理念清晰、办园特色鲜明、教师课程领导力和执行力很强的幼儿园。这是学前教育内涵式发展的一个新趋势。

浦东新区泥城幼儿园，就是走在这样的发展道路上的一所幼儿园。泥城幼儿园创办于1980年代后期，是一所地处偏僻，濒临东海渔港的农村幼儿园。当然，农村也有自身的特点和优势：一方面，这里绿色自然资源丰富，充满野趣；另一方面，这里地域开阔，为孩子们体能运动提供了多种良好的平台。这就为“绿色”和“运动”最初的结合提供了现实的可能性。

于是，早在世纪交替之际的1999年，泥城幼儿园就开始进行区级重点课题“利用农村自然材料在幼儿园体育活动中应用的研究”，有意识地开展就农村自然资源对幼儿体能运动积极影响的科学研究。这项研究取得阶段性成果之后，泥城幼儿园又于2007年申报市级课题“利用富有野趣的农村资源，开展幼儿园‘绿色运动’的实践研究”，首次正式提出了“绿色运动”的概念。这里提出的“绿色运动”，主要是指利用农村的自然教育资源来发展幼儿体能运动。这项研究进行四年之后，泥城幼儿园又于



浦东与南汇两区合并之后的2011年申报区级课题“‘绿色运动’中幼儿多元潜能开发的实践研究”。值得注意的是，这个课题在实施过程中，有两个明显突破课题原先概念界定的特征，一是，这里的“绿色”已不仅仅指农村自然资源，还与二期课改所倡导的“绿色发展指标”产生了有机的联系；二是，这里的“运动”，也已不仅仅指幼儿的体能运动，而是关注到了运动与幼儿多元智能的开发，运动与幼儿体魄和心智的同步发展的关系。从而由器械开发到幼儿健康意识培养，再到幼儿园绿色运动课程体系建设的提出，一条教科研历程脉络清晰地展现在人们眼前。

难能可贵的是，泥城幼儿园领导班子和全体教师在教科研道路上并没有浅尝辄止，而是坚持“一张蓝图绘到底”。她们边实践，边研究，在实践的过程中，将研究成果逐渐转化为园本课程，通过课程开发与实施，将这项教科研与幼儿园课程建设相结合，由此逐步形成符合幼儿园实际、体现幼儿园运动特色、具有实践操作性的幼儿园课程方案，建设具有泥城幼儿园特色的“绿色运动”课程体系。

教科研的持续深入，极大地推进了幼儿园的持续发展，凸显了幼儿园的“绿色运动”特色，提高了幼儿园的社会声誉，提升了幼儿园的办园资质。2011年，泥城幼儿园通过上海市一级园评审，标志着这所幼儿园进入上海市学前教育优质资源的行列。同时，由于办园绩效显著，经教育主管部门批准，又为该园增设了两个分部，形成了一园三址的办园格局，扩大了幼儿园办学规模和影响。

摆在我面前的这本《绿意盎然 运动前行——幼儿园绿色课程的设计与实践》书稿，就是泥城幼儿园全体教师近几年来潜心研究，艰辛实践的主要成果。通读这本沉甸甸的书稿，体味她们这些年来为开发与实施“绿色运动”课程的努力，我的内心也是沉甸甸的。我当然知道一所幼儿园要建立具有自身特色的课程体系并不是一件容易的事，但是从这本书稿的整

体质量来看，她们的研究还是极为认真扎实的。她们尝试挖掘和利用孩子熟悉和喜爱的农村本土自然环境，以游戏为基本特征，进行各种亲近自然、挑战自我的身体运动，激发幼儿自主运动的兴趣，在运动中激活幼儿的多种智能，激励幼儿自主探究和分享运动的乐趣。她们精心设计、开发和实施了一批幼儿绿色运动的园本课程，书稿中有小、中、大班的活动方案，可以为其他幼儿园借鉴使用；她们还设计了各年龄幼儿的亲子绿色运动方案，扩大了幼儿园课程的实施平台。

绿色，是生命的色彩，是自然的色彩，是希望的色彩。我们推崇绿色，就是要把人与自然和谐发展的理念植入幼儿稚嫩的心灵深处，培育他们崇尚自然，敬畏自然，按照自然规律办事的思维意识；运动，是人类生存的主要方式，我们崇尚运动，就是要培育幼儿积极向上的精神趋向，培育幼儿的阳光心态，开发幼儿的多元智能，培育身心健康和谐发展的未来建设者和接班人。

我们有幸生活在一个快速发展和变化的伟大的时代。中华人民共和国国务院于2019年8月6日宣布，包括泥城幼儿园在内的800多平方公里区域被划入临港自贸新片区。消息一经宣布，与当时的浦东一样，这一片立即成为中国和世界一个瞩目的新亮点，外商投资纷至沓来，导入人口持续增加。历史给予类似泥城幼儿园这样一所原农村学校以跨越式发展的机会，同时也对这类学校提出了非常高的自身改革和发展的要求。我们对临港自贸新片区应当作出的贡献就是，必须不断深化教育改革，努力为伟大的时代培育更多合格的能够推动经济和社会全面发展的一代新人。

今天，凝聚着泥城幼儿园全体教师智慧与心血的《绿意盎然——运动前行——幼儿园绿色课程的设计与实践》一书即将付梓，作为始终关注浦东教育改革与发展的教育工作者，我在此谨向泥城幼儿园全体教师表示诚挚的祝贺和真诚的敬意！



当然，如果从更高要求来看，这部书稿，或者说泥城幼儿园的实践与探索，肯定还存在不少困惑与不足。例如，书稿中对于幼儿“绿色运动”的诠释，还不尽科学。至少就我看来，“绿色”不仅仅指自然资源，而还应该包括人与自然的和谐关系，还应该指一种符合社会发展规律的精神理念；同时，对于园课程体系建设而言，还缺乏“绿色运动课程标准”，没有标准的课程，很难避免随意性。我想，存在这些问题和困惑，对一所幼儿园而言，是很正常的。这些不足，正是他们下一步将要通过深入研究，逐渐予以解决的问题。

我想，泥城幼儿园既然已经选择了这样的课题，并且已经取得了一系列重要的成果，只要有“咬定青山不放松”的执着，有踏踏实实潜心实践的坚守，有临港自贸新片区建设者的责任意识 and 敬业精神，有持之以恒的耐力，她们必将走得更顺，走得更稳，走得更远。

（作者系上海甲辰传统文化教育服务中心主任）

# 目录



---

以绿色运动助推幼儿园全面发展(代序)	陈家昌	1
“幼儿园绿色运动课程设计与实践的研究”研究报告	冯容欢	1

---

## 第一辑 经验总结

创设绿色运动环境 丰富绿色运动内容	沈美玲	59
绿色运动集体教学活动的实施	黄海霞	64
家校社三位一体,共创“绿色运动”	王桑洁	68
在田园野趣活动中发挥幼儿的自主性	李华 潘佳莉	73
小空间 大乐趣——打造绿色内涵室内运动	邵引华	77
“野”在田间 “趣”味探索	瞿丹红	86

---

## 第二辑 方案集

### 集体教学活动方案

报纸朋友	蔡俊佳	93
小马过河	蔡美爱	97
小兔送果子	陈琪	99
采蘑菇的小兔子	黄海霞	101
小青蛙学本领	沈丽敏	103
小兔子拔萝卜	张丽莉	105
消灭病毒	周晶	108
玩转轮胎	黄珊珊	111
勇者探险	刘楚霞	114
小马盖新房	刘佳琪	116

魔法小布袋	瞿丹红 118
战胜大老虎	吴玮雯 121
我是运输小能手	周 兰 124
椅子游戏	朱 燕 126

和椅子做游戏	康 丽 129
小矮人运动会	潘佳莉 133
特种兵训练	宋 洁 136
毛毛虫的春天	唐佳欣 139
有趣的长凳	严 佳 141
我是跨栏小高手	张丽莉 144
垫子大挑战	赵晓丹 149

## 户外活动方案

打害虫	蔡俊佳 149
小司机	陈 琪 152
大灰狼来了	黄海霞 153
爱探险的小兔	陆萍萍 155
灌篮高手	沈丽敏 157
乌龟爬爬爬	张丽莉 158
小熊存粮	周 晶 159

小小搬运工	黄珊珊 161
小马运粮	刘楚霞 164
一起去种树	刘佳琪 166
欢乐蹦蹦跳	瞿丹红 168
救援行动	王桑洁 170
袋鼠妈妈找宝宝	吴玮雯 172
老鼠爱大米	周 兰 174
好玩的套圈	朱 燕 176

灌篮高手	康 丽 178
跑跳小能手	李晶晶 180
物资运送队	倪丹红 181
小小邮递员	潘佳莉 183
功夫熊猫去拜年	宋 洁 187
卖冰棍	唐佳欣 189
钻爬小能手	严 佳 191
消防员本领大	赵晓丹 193

### 室内活动方案

小兔子运萝卜	蔡俊佳 195
小兔过桥	陈 琪 198
好玩的草盘	黄海霞 199
大乌龟回家	陆萍萍 201
跳房子	沈丽敏 203
送药	周 晶 204
玩转小水果	黄珊珊 206
勇者大作战	刘楚霞 208
运送物资	瞿丹红 210
拯救白雪公主	王桑洁 212
勇敢者道路	吴玮雯 214
夏天的小河	周 兰 216
板凳长	朱 燕 218
盲人摸“象”	宋 洁 220
运西瓜	唐佳欣 222
民间体育小游戏	严 佳 224
学做小海军	赵晓丹 226

## 野趣活动方案

好玩的小树林	蔡俊佳 228
寻宝藏	蔡美爱 230
拔萝卜	陈琪 232
登山	黄海霞 234
掏蜂蜜	周晶 236
在田野里	黄珊珊 238
运瓜	刘楚霞 240
小小登山队员	刘佳琪 242
挑粮上山	瞿丹红 244
运青扁豆	王桑洁 246
有趣的山坡	周兰 248
采摘乐	朱燕 250
过“独木桥”	李晶晶 253
玩泥巴	倪丹红 255
跳草垛	潘佳莉 258
跳草堆	宋洁 260
勇敢的小士兵	严佳 262
挑战田埂	赵晓丹 264

## 远足活动方案

小球滚起来	蔡俊佳 267
寻找春天的秘密	陈琪 269
消防员叔叔本领大	黄海霞 271
硕果飘香	陆萍萍 272
秋天到底藏在哪	沈丽敏 274
秋天的树叶	周晶 276

感受冬日阳光	黄珊珊 278
秋天到底藏在哪儿	刘楚霞 280
采摘草莓	刘佳琪 282
小兵下乡记	瞿丹红 284
拔草	王桑洁 287
公园赏花	吴玮雯 288
我们的大公园	周 兰 290
参观革命烈士陵园	朱 燕 292
认识公交车站牌	康 丽 294
参观理发店	倪丹红 297
芦苇荡的秘密	潘佳莉 300
关于“一年四季”的街头采访	唐佳欣 301
参观小学	严 佳 303
不怕冷	张丽莉 305
参观中药店	赵晓丹 307

### 第三辑 观察案例

#### 集体教学活动观察案例

集体运动教学活动“自主探索,快乐成长”活动案例	蔡俊佳 311
小班集体运动教学活动“翻山越岭”观察案例	黄海霞 313
车类区活动中提高幼儿的自主运动能力	李 华 315
大班集体运动教学活动“玩轮胎”观察案例	宋 洁 317

#### 野趣活动观察案例

小班野趣活动“挖野菜”观察案例	蔡俊佳 319
小班野趣活动“沙滩排球”观察案例	黄海霞 321
野趣活动“一起来种菜”观察案例	潘佳莉 323

野趣活动“寻宝藏”观察案例 赵晓丹 326

#### 远足活动观察案例

小班远足活动“除草”观察案例 陈 琪 328

大班远足活动“逛菜园”观察案例 宋 洁 330

远足活动“小小科学家”观察案例 赵晓丹 332

---

#### 第 四 辑 亲子运动游戏方案

一、活动名称：滚筒推推乐 337

二、活动名称：跳圈圈 337

三、活动名称：欢乐跳“竹竿” 338

四、活动名称：穿越报纸 338

五、活动名称：夹物赛 339

六、活动名称：钻山洞 339

七、活动名称：活力传球 340

八、活动名称：双脚夹球 341

九、活动名称：揪“尾巴” 341

十、活动名称：小脚踩大脚 342

十一、活动名称：爸爸快爬 342

十二、活动名称：火箭发射 343

十三、活动名称：投球 344

## “幼儿园绿色运动课程设计与实践的研究”研究报告

### 绿意盎然 运动前行

——幼儿园绿色运动课程设计与实践的研究

上海市浦东新区泥城幼儿园 冯容欢

上海市浦东新区泥城幼儿园位于昔日的偏远之乡，如今的开发前沿——临港新片区。泥城幼儿园创办于1988年，是一所公办全日制幼儿园，并于2011年12月被上海市教育评估院评定为上海市一级幼儿园。目前拥有一园三址（云锦部、云松部、云河部），27个班级，862名幼儿，118名教职工。

近年来，在区教育局、镇政府的支持下，完成了幼儿园的改、扩建和修缮工程，经过合理布局和调整，设施不断改善、环境不断优化，创设了富有童趣和特色的绿色运动区域“趣园”和“军事基地”，为幼儿身心健康和谐发展尽最大可能创设优质的条件。近在咫尺的田野，前沿开发的大好环境，为我们幼儿园依托绿色资源，开展健康运动提供了得天独厚的有利条件。多年来我园利用良好的自然资源开展绿色运动，走出了一条属于我们自己的特色之路。在这路上，我们发挥聪明才智，实行“顶层设计”，把“绿色运动”推向野趣、推向军训、推向小社会，成就了高质量、多维度办园的愿景，使幼儿园办园质量不断提升。

我园倡导团队互助、循环推进的科研模式，在幼儿园原有课题研究成果的基础上，不断开发，形成系列性课题研究。我们十多年对“幼儿园运动”进行不断研究，从1999年区级重点课题“利用农村自然材料在幼儿园体育活动中应用的研究”，到2007年市级课题“利用富有野趣的农村资