



# 幼儿园生态运动游戏课程的建构与实施

居海燕 居新芳

(常州市天宁区雕庄中心幼儿园,江苏常州 213018)

**【摘要】** 幼儿园生态运动游戏凸显“自然、原色和自主”的生态内涵,是一种既能顺应儿童本性、满足儿童玩的需求,又能提高身体素质的运动游戏。本文从生态运动游戏课程的内涵、目标、内容、实施途径与课程评价等方面,全面介绍生态运动游戏课程的建构与实施。

**【关键词】** 幼儿园;生态运动游戏课程;建构

《3—6岁儿童学习与发展指南》(以下简称《指南》)中指出:“幼儿在健康领域的学习与发展是其他领域学习发展的基础”,“幼儿园要以游戏为基本活动”。运动游戏应是一种自发、自主、自由的教育活动,是有组织的活动,是需教师预定的,当然也需要考虑孩子的自发。但是,很多幼儿园开展运动游戏时,内容大多是教师设定的,而孩子往往是被动的。游戏是幼儿的天性,运动是本能的需要。生态运动游戏课程凸显“自然、原色和自主”的生态内涵,顺应儿童本性,满足儿童玩的需求,又能提高幼儿身体素质,促进幼儿适应能力的发展。

## 一、生态运动游戏课程的内涵和目标

生态运动游戏课程借鉴了陈鹤琴的生活教育理论、马斯洛的人本主义课程论,并从人类发展生态学中汲取了养料。“生态”原指生物在一定的自然环境下生存和发展的状态,也指生物的生理特性和生活习性。本文中的“生态”主要是指遵循幼儿身心发展的特点和规律,满足社会发展需求和幼儿自身发展的需求,在人文化了的“自然环境”下,实现幼儿与自然之间的和谐发展。

生态理念的特质,更多体现为“自然、原色和

自主”。自然即自然生长,指教育要遵循幼儿发展的规律,回归现实生活。原色即质朴本色,指教育要顺应幼儿学习的特点,回归真实世界。而自主即尊重个性,指教育要尊重幼儿自由的天性,回归幼儿本真。这是学前教育的价值追求,也是对《指南》关于幼儿健康运动所应呈现状态的一种诠释。

本文所涉及生态运动游戏课程是依托幼儿园原有体育活动特色,以幼儿动作发展为基础,以形成终身锻炼意识为目的,依托野趣乐游、原色民游、趣味球类游戏、DIY体游,凸显“自然、原色和自主”的课程。

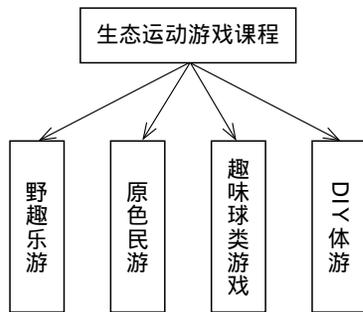


图1 生态运动游戏课程示意图

课题来源:本文系江苏省教育科学“十二五”规划课题“生态理念下的幼儿特色运动课程的研究”(项目编号:D/2011/02/030)的研究成果。

作者简介:居海燕(1976—),江苏常州人,江苏省常州市雕庄中心幼儿园副园长,中学高级教师;居新芳(1969—),江苏常州人,江苏省常州市天宁区雕庄中心幼儿园园长,小学高级教师。



(续表)

**野趣乐游**:挖掘周围生活中可锻炼幼儿身体的自然物和环境源(如沙、水、雪、草地、树林、山坡等),进行各种挑战自我、亲近自然的身体运动,提高幼儿对环境的适应能力。<sup>[1]</sup>它强调要充分利用大自然中原始材料,让孩子尽情地玩、充分地玩,从而达到人与自然的合一,体育与自然的融合,获得身心愉悦。

**原色民游**:对原汁原味的经典的民间体育游戏的传承和改良。传承占80%,改编占20%。这类游戏随时随地都可以玩,不受材料、时间和空间的限制,又不乏体育锻炼的目的。可以一个人玩、两个人玩,很多人一起也能玩,满足了孩子爱玩的需求。

**趣味球类游戏**:根据幼儿的年龄特点,拓展球的种类和玩法,如以小皮球、刺毛球、瑜伽球、小足球、乒乓球等为主要器材,开展各种球类活动,旨在用球玩,玩出趣味。

**DIY体育**:DIY是自助、自主的意思,主要是利用幼儿园常见的小、中型器械(桌椅、轮胎、竹梯、彩虹桥、垫子、棍棒、绳子等)开展一些自助的体育游戏。幼儿可以自主选择、自由组合,用不同器械、多种材料创造性地玩,玩出花样、玩出智慧。

通过这些利用天气和自然地理条件开展的游戏、传统的体育游戏、器械活动等等,达到身体素质的发展,而不仅仅是动作的发展。

课程目标是课程实施的指引。依据生态内涵,在解读《指南》健康领域要点的基础上,形成生态运动游戏课程的目标:

(1) 增进幼儿对特色运动的兴趣,激发幼儿个体自主运动的动力,能从小喜爱运动;

(2) 培养幼儿养成基本的运动习惯,促进幼儿身体素质的提高,获得身心和谐发展。

生态运动游戏课程的目标,在提高幼儿身体素质的基础上,还将关注幼儿运动的兴趣、活动中的情感体验及运动习惯的养成。

例:野趣乐游课程

表1 “野趣乐游”课程目标

总目标	1. 在与自然环境和因素多元互动中,增强自我保护意识和对环境的适应能力,提高身体素质。 2. 喜爱参加野趣游戏,养成基本的运动习惯,体验在“大自然”中运动的乐趣,激发热爱自然、热爱生活的情感。
-----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

分段目标	小班	1. 在自然环境下,愿意与水、沙、雪、树叶等自然材料进行互动。 2. 了解一些简单的运动游戏规则,具有初步的自我保护意识。
	中班	1. 关注周围环境的变化,能利用自然环境和自然材料开展健体运动。 2. 喜欢参加野趣游戏,增强对环境的适应能力。
	大班	1. 关注季节变化,积极与环境进行互动,敢于挑战自己,拓展运动经验,提高身体素质。 2. 用多种方式表达自己对大自然的认识,具有初步的热爱自然、保护环境的意识。

表2 “野趣乐游”课程内容

	春	夏	秋	冬
小班	《给小树喝水》 《沙坑寻宝》 《会飞的塑料袋》 风筝 三月踏青节: 在红梅公园徒步行走1公里左右(途中可适当停歇)	《运水》 《小脚本领大》 《赤足旅游》 《踩雨》 亲子活动: 在青枫公园玩沙	《捡落叶》 《麻雀与稻草人》 《运粮忙》 亲子活动: 采摘橘子	《雪地留印》 《滚雪球》 《雪花飘飘》 亲子活动: 堆雪人
中班	《沙坑藏宝》 《爬树》 三月踏青节:在淹城野生动物园徒步行走1.5公里左右(途中可适当停歇)	《摸鱼》 《好玩的水枪》	《大风和树叶》 《小蚱蜢过草堆》 亲子活动: 爬横山	《滑雪》 《飞上墙的冰激凌》 《拉雪橇》
大班	《沙滩排球》 《放风筝》 三月踏青节: 在中华恐龙园徒步行走1.5公里以上(途中可适当停歇)	《射水能手》 《泼水节》	《好玩的稻草垛》 《树叶赛跑》 亲子活动: 爬树	《打雪仗》 《堆雪人》 《打冰球》

## 二、生态运动游戏课程的实施途径

结合生态运动游戏课程的内涵与目标,在分析幼儿园已有研究成果和周边教育资源的基础上,主要通过以下途径实施生态运动游戏课程。

### (一) 打造生态运动游戏的适宜环境

现代教育家陈鹤琴先生曾经说过:“怎样的环境就得到怎样的刺激,得到怎样的印象,从所得到的印象中发生与印象有关的动作。”<sup>[2]</sup>因此,创设安全、适宜、经济实用的生态运动环境,是孩子有效运动的保证。依据园本环境资源,结合幼儿



动作发展需求,建构幼儿“想玩、可玩、乐玩”的生态运动环境。

#### 1. 凸显自然野趣的园所环境

在原有自然环境(水池、沙池、草坪、竹林等)基础上,适当增添辅助材料就是一个自然的活动场。夏天,在小水池边放些水盆、水勺、射水枪等,这里成为孩子们玩水的好地方;沙池里挂上球网,光着小脚丫在沙地里来一场沙滩排球也是不错的生态运动;竹林里用红色丝带绑系成障碍林,成为孩子们玩穿越电网的拓展场地……此外,规划全园绿地,设置土坡、香樟树林、植物花卉迷宫,增设悬垂攀爬材料等,使运动环境更加自然生态。如悬垂攀爬区提供多种攀爬材料让幼儿进行攀爬探索:一头架在树干上的竹梯子;固定两头的竹竿;能左右摇摆的云梯;会摆动的麻绳……材料的多样加上不同难度,满足幼儿的个体需要,在体验中感知周围世界。

#### 2. 具有体验功能的民游长廊

良好的感受和体验是幼儿形成安定、愉快情绪的基础。体验是亲历的实践活动,体验的生成和发展离不开个体的亲身参与。教室门口的走廊是课间、自主活动时间孩子们经常活动的地方,利用幼儿园长廊,打造具有体验功能的原色民游长廊。可以将长廊划分成各区,选择适合在长廊开展的民间体育游戏,如跳房子、跳皮筋、舞狮子、踢毽子、打陀螺、抬花轿等。每区有材料有道具,并提供生动形象的民游活动照片和图解,让每个来到长廊的幼儿都有玩一玩的愿望和冲动。在体验中发现民间游戏的好玩和有趣,初步感知民间文化的魅力,并且获得轻松、快乐和满足。

#### 3. 自助超市式的运动器械馆

创建运动馆,将小型器械按平衡、协调、力量等功能进行简单分类,敞开摆放在运动馆四周。可以在器材摆放处张贴图文并茂的器械图片,便于幼儿取放和整理。运动馆空间足够,材料多样,幼儿可自由选择拼搭组合,在动机支配下与环境互动。这里的器械可以往大塑胶操场延伸,幼儿在合作、创造中建构人文化的自然环境,拓展运动经验。

#### 4. 个性化的运动区角

运动器械的位置应安置在活动室附近,便于幼儿经常使用。<sup>[3]</sup>材料的可接近性程度直接影响到幼儿使用材料的频率,还可影响幼儿注意力集中的时间及对幼儿活动的指导。因此,可以

充分利用幼儿园的角角落落,以及在每个班创设个性化的运动区角,最大程度满足幼儿自主选择自由活动的需求。《指南》提出:“经常与幼儿玩拉手转圈、秋千、转椅等游戏活动,让幼儿适应轻微的摆动、颠簸、旋转,促进其平衡器官机能的发展。”<sup>[4]</sup>园内缺乏旋转玩具,聪明的教师借助大型玩具,利用绳子、棍棒、呼啦圈,组合成了旋转玩具。孩子们将绳子绕成“麻花”状,抓紧棒或圈,收起双脚,身体就在空中连续旋转。在晨间和课间,孩子们都喜欢去转上几圈。各班、各角落生态运动环境创设前,教师还可以听听孩子的想法,因为幼儿园环境的教育性不仅蕴含于环境中,而且蕴含于环境创设的过程中。教师应重视儿童主体作用的发挥,使儿童通过参与环境创设的过程来实践和认识自己的能力,发挥和发展自己的主体性。

#### 5. 宽松和谐的心理环境创设

生态运动游戏环境的创设不仅关注物质环境,还关注心理环境的创设。创设和谐的师幼关系,有利于营造良好的心理氛围。开展生态运动游戏,教师需要做到“两个尊重和三大支持”。两个尊重即尊重幼儿的需求、尊重幼儿的想法和创意,三大支持即材料支持,变化孩子需要的材料;情感支持,鼓励启发满足玩的需求;行为支持,参与活动成为玩伴,体现“幼儿在前,教师在后”的理念。<sup>[5]</sup>

#### (二) 探索生态运动游戏课程的实施模式

随着生态运动游戏的深入开展,可以突破班级级空间,采用班级联动、年级组混班、全园混龄等组织形式。如晨间户外活动,场地相邻的班级或年级可以共享运动资源,拓展运动经验,并促进幼儿的自主性和社会交往能力的发展。生态运动游戏的开展可以突破时空,利用周边资源,走出园门开展亲子生态游戏,如青枫公园玩沙、春秋淹城遗址公园放风筝、溧阳南山竹海竹林爬山等;可以将一些有价值的亲子游戏拍摄成视频,供家长参考;可以突破人员限制,推出家长资源进游戏、项目兴趣研究小组,让家长走进生态运动游戏,让更多感兴趣的教师加入项目研究小组;还可以让孩子教孩子玩游戏,形成生态运动游戏多元实施模式。

#### (三) 保障生态运动游戏课程的实施时间

《指南》指出:“幼儿每天的户外活动时间一般不少于两小时,其中体育活动时间不少于1小



时,季节交替时要坚持”。<sup>[6]</sup>实施生态运动游戏课程不是在原有课程的基础上进行叠加,而是对原有主题课程的优化。生态运动游戏课程可以与一日活动相渗透,如在每天的晨间活动和课间开展,也可以在每周1次的集体性体育活动中开展。还可以与节日活动相结合,如三月踏青节,亲近自然、沐浴阳光,有氧徒步我能行;十月民俗节,回味童年、民游同乐,民间文化我传承;十二月体育节,坚持冬锻、不畏严寒,小小运动会我最棒等。做到每天、每周、每月都有生态运动游戏时间。在实际操作中,教师可以根据幼儿的兴趣和需求灵活调整实施时间,保证运动时间,避免运动过度。

#### (四) 优化生态运动游戏课程的实施策略

生态运动游戏的实施策略,既有共性策略,也有个性化策略。如共性实施策略有顺应生成,自然推进策略;材料支持,自主选择策略;三方参与,社会联动策略等。生态运动,是一种远离复杂性,远离技术性,远离功利性的,为大多数孩子所接受的、简略的、淳朴的运动。它淡化复杂的现代竞技运动规则,淡化精确到毫厘的测量仪器,突显原始的游戏活动与精神,是亲亲教育的“不经意”,以及学校、家庭和社会的多元一体。<sup>[7]</sup>如每年的体育节,有孩子运动能力的展示、亲子趣味运动会、教师和家长DIY器械创意玩法、社区健身队和孩子合作舞龙等,体现的是全民健身思想,这是自然生态和人文生态真正有机的统一与和谐。教师、家长、社区人员参与生态运动,给予孩子鼓励和支持,做孩子的玩伴,以投入的状态带动孩子积极参与生态运动。活动中尊重孩子的个性感悟、独特体验,允许孩子有自己独立存在的信念和意识,对孩子充满的是尊重、期待、赏识和包容。

不同的项目有其不同的特性,实施策略会有所不同。如野趣乐游更多采用“关注季节、盘活资源”策略。利用四季资源,开展“顺应本性,回归自然”的体育活动。“春之烂漫”:春日暖阳下,捉蝴蝶、放风筝、踏青,感受春天的欣欣向荣。“夏之水韵”:戏水、赤足走、洗冷水澡等,挑战酷暑。“秋之秆乐”:秋季农作物丰收了,百变稻草秆为运动所用。“冬之雪印”:下雪天玩堆雪人、打雪仗、滚雪球、雪地踩脚印、铲雪、玩冰球等游戏,不畏严寒,增强适应环境的能力。

#### 三、生态运动游戏课程的评价

孩子的发展是个性化动态发展的过程,生态

运动游戏课程的评价,着眼个体、立足改进、侧重发展,更多关注过程性评价。不仅关注动作发展和身体素质的提高,还关注孩子的“兴趣、体验和习惯”。评价方式主要有全园性体能测试、个案观察记录、情境观察。

全园性体能测试是一种定性评估和定量评估相结合的方式。这种评价方式面向全体幼儿,主要是在参考《指南》健康领域各年龄段“幼儿典型性表现”的基础上,结合本园幼儿的发展需要,设计的“清单式”观察量表。如小班上学期的体能测试内容有“走直线、悬垂、投掷、双脚连续跳、单脚跳、抛球等”。小班下学期的体能测试内容有“上下楼梯、向上抛球、15米快速跑、自转后走过垫子等”。每学期初开展摸底式全园性体能前测,教师通过前测分析,针对幼儿动作发展薄弱环节有目的地创设相应的运动环境,给孩子提供锻炼的机会。期末的体能后测,主要看孩子的进步,对比前测和后测的结果,就是孩子成长的痕迹,也是幼儿健康领域的动态评价。体能测试的数据不排名、不公开,只是教师有效创设运动环境和观察指导的“重要线索”。

儿童观察记录是一种定性评估的方式。一种是个案跟踪观察,主要是对个别特殊的孩子(肥胖儿、体弱儿、动作发展方面迟缓、动作发展超常)开展的连续性观察。个案跟踪观察分为三步:一是前期调研,确定观察对象和观察要点;二是实施观察,教师有目的地安排某种情境的出现,引起幼儿的行为反应,观测和记录结果,从而对幼儿某些发展情况作出评判;三是引导跟进,即对运用的教学策略、引导方式和干预形式的成效进行后续观察记录。<sup>[8]</sup>还有一种是运动情境中的观察,如在晨间户外活动、课间体育游戏、集体性健康活动中,教师有目的地观察一个或多个孩子,观察的维度可以是动作发展,也可以是智力发展、社会性发展、情感发展等,还可以观察运动材料、环境能否激发幼儿持续学习的兴趣,材料的投放是否适合不同发展水平的幼儿,材料的数量是否充足等等。

#### 四、生态运动游戏课程实施的效果

(一) 运动兴趣明显增强,运动习惯逐步养成

因为生态运动游戏大多来自孩子的玩法,因此孩子们玩得乐此不疲。在课间和自主游戏时间,孩子们能主动积极地与运动环境进行互动,自



主性、合作能力、创造性明显增强。即使是在寒冷的冬天,孩子们也能坚持每天锻炼。在生态运动游戏中,孩子们的自我保护意识增强了,到陌生的场地知道要先观察环境,确认安全后再开始运动。孩子们还懂得了一些运动的小常识,如餐后半小时不能激烈运动,运动前要做好热身准备,运动中和运动后不能大量喝水,运动后要注意休息等。孩子因为喜爱运动,所以能坚持运动,并逐渐形成了运动习惯。

(二) 身体素质明显提高,适应能力逐步增强

身体素质是逐渐发展起来,而不是教师教给孩子的,需要孩子通过适当的锻炼和运动来获得的。所以,天气比较冷和比较热的时候仍然要让孩子到户外去活动。但是,冷暖适应要注意时间,可以根据季节调整户外活动的时段,如冬季在阳光充足的时段活动,夏季在凉爽的时段活动,有条件的可以在树荫下活动。笔者所在幼儿园还在春秋季节下午开展全园性的10分钟下午操,以提高孩子对季节的适应能力。除了天气冷暖的适应《指南》特别提出对交通工具的适应。乘船乘车以及旋转玩具可以刺激前庭器官。笔者所在幼儿园有目的地开展一些旋转游戏,如荡秋千、坐转椅、舞彩带等生态运动游戏,以刺激前庭器官慢慢使其适应,缓解眩晕、预防眩晕。园内37名晕车儿童经过一年的锻炼后,其中23名幼儿短途乘车已不再晕车,其余孩子家长也反映孩子乘车时晕车症

状明显减轻。

孩子身体素质的提高还体现在体弱儿的转归正常。园内对2011年9月刚进小班的10名肥胖儿童(4人中度、6人轻度肥胖)进行跟踪干预,经过有目的地锻炼以及家庭膳食调理后,到2014年10月,5人转归正常,2人由中度肥胖转为轻度肥胖,1人肥胖程度有所下降,1名幼儿肥胖程度得到有效控制。

综上所述,生态运动游戏的开展,促进了幼儿身体素质的提高,使幼儿从小养成了良好的运动习惯,社会适应能力明显增强。生态运动游戏源自生活,是一种开放的活动,既符合儿童的经验,又对儿童体能发展具有适度的挑战。

参考文献:

- [1] 陈薇. 幼儿园野趣活动的实践与研究[J]. 早期教育(教科版) 2012,(1).
- [2] 陈鹤琴. 家庭教育[M]. 北京:中国青年出版社 2012.
- [3] 薛焯,朱家雄. 生态学视野下的学前教育[M]. 上海:华东师范大学出版社 2007:23.
- [4][6] 李季湄,冯晓霞. 3—6岁儿童学习与发展指南解读[M]. 北京:人民教育出版社 2013:3.
- [5] 徐则民,洪晓琴. 走进游戏走进幼儿[M]. 上海:上海教育出版社 2010:56.
- [7] 龚正伟. 原生态体育说[J]. 体育教学 2007,(2).
- [8] 虞永平. 幼儿园课程评价[M]. 南京:江苏教育出版社 2009:12.

(上接第54页) 园安全运行的关键。因此,更应该注重教辅团队的建设。例如,厨师不仅应持有健康证,还应该进行技能认定和培训,通过学习,引导厨师不仅能将保健医制定的菜品做出来,还能参与食谱的制定,懂得幼儿饮食的营养与卫生常识。这样,既能保证幼儿园餐饮工作的科学搭配、合理烹调,还能保证食物的营养卫生,最大程度地满足幼儿生长发育的需要和家长的愿望。

可见,园长通过授权,把工作重点放在幼儿园的发展方向 and 增强教职员工的执行力方面等宏观问题上,园长的管理就能事半功倍。

参考文献:

- [1] 叶阿次. 管理者的成长,从授权开始[J]. 中外管理, 2012,(7).
- [2] 兀静. 治好园在于“人尽其才”[N]. 中国教育报, 2015-1-18.