

幼儿园运动活动实施现状与优化对策研究

胡微

吉安市保育院, 江西 吉安 343000

DOI: 10.61369/RTED.2026080005

摘 要 : 本研究聚焦学前教育领域中幼儿园运动活动的开展情况, 通过对当前运动活动实施现状的系统梳理, 揭示了活动内容单一、教师专业指导能力薄弱、场地器材利用率偏低以及家园协同不足等突出问题。在此基础上, 本文从丰富分层化运动内容体系、加强教师运动指导能力建设、优化场地器材配置方案、深化家园运动共育机制四个维度提出优化对策, 旨在为幼儿园运动活动质量的整体提升提供可操作的路径参考。

关 键 词 : 幼儿园; 运动活动; 学前教育; 实施现状; 优化对策

Research on the Current Situation and Optimization Countermeasures of Sports Activity Implementation in Kindergartens

Hu Wei

Ji'an Nursery, Ji'an, Jiangxi 343000

Abstract : This study focuses on the implementation of sports activities in kindergartens within the field of preschool education. Through a systematic sorting out of the current status of sports activity implementation, it reveals prominent problems such as a single type of activity content, weak professional guidance capabilities of teachers, low utilization rate of venues and equipment, and insufficient home-kindergarten collaboration. On this basis, this paper proposes optimization countermeasures from four dimensions: enriching the hierarchical sports content system, strengthening the construction of teachers' sports guidance capabilities, optimizing the allocation plan of venues and equipment, and deepening the home-kindergarten sports co-education mechanism. The aim is to provide operable path references for the overall improvement of the quality of sports activities in kindergartens.

Keywords : kindergartens; sports activities; preschool education; current implementation status; optimization countermeasures

引言

运动活动可以帮助学前阶段的幼儿实现身体素养的全面发展。它能帮幼儿提升动作协调能力, 还能帮幼儿养成良好的社会交往品质与提升情绪管理水平, 这些作用目前没有其他环节可以替代。近年来, 《3—6岁儿童学习与发展指南》逐步推进落实, 幼儿园对运动教育的重视程度明显提高, 户外活动时间和运动课程安排都慢慢变得规范^[1]。实际开展过程中, 运动活动的质量还存在很多问题, 内容设计没有分层, 教师指导不够专业, 场地器材搭配不合理, 家庭和园所配合的机制也没有建立, 这些问题普遍存在, 让运动活动没法发挥出全部教育价值。本文梳理当前幼儿园开展运动活动的实际情况, 剖析现存的主要问题, 提出对应的优化方向, 希望能够提升幼儿园运动活动质量, 提供可用的理论参考和实践思路^[2]。

一、幼儿园运动活动实施现状

当前, 学前教育领域越来越关心幼儿的身体素养的发展, 运动活动已经放进日常保教安排里。多数幼儿园能留出每日户外活动时间, 安排早操, 集体游戏和区域体育活动这些常规内容, 以促进幼儿身体素养的发展。在课程设计的想法上, 不少园所已经

改变方向, 不再只练单一技能, 转而培养幼儿的运动兴趣和综合体能, 让幼儿在游戏中慢慢发展动作能力。但是, 整体推行下来, 不同园所开展运动活动的情况差别很明显^[3]。部分园所能将运动活动系统融入一日流程, 也有不少园所仍停留在有时间、无质量的阶段。场地和器材的整体条件比过去好, 可是用得不够充分, 也很少更新添置。老师组织运动活动大多顺着经验来, 没有

系统的专业指导帮扶，活动设计不够科学，也没能拉开层次。整体来看，幼儿园运动活动正处在量变积累等待质变的阶段，更新了理念，实际落地还没跟上，两者之间还有一段距离^[4]。

二、幼儿园运动活动存在的问题

（一）偏重体能训练，忽视身体素质协同培养

当前多数园所已经把运动活动放进日常保教安排，身体素质培育层面仍有明显不足。活动设计大多偏重于基础体能训练，没有在意动作协调，运动认知与运动情感这类素养要素的协同培育，幼儿有固定运动时间，却没法形成完整的身体素质基础。早操和集体游戏大多以完成动作任务为目标，区域体育活动缺少针对性指导，运动活动支撑身体素质发展的作用还没有充分显现出来^[5]。

（二）教师专业能力不足，指导方式单一

幼儿教师组织运动活动时，一般只负责安排活动流程，照看幼儿安全，没法准确判断幼儿动作发展的具体情况^[6]。活动推进的时候，教师大多只说统一要求，不会针对每个孩子的情况单独引导，没法跟着幼儿当下的状态灵活改变安排^[7]。教师对运动活动的作用，也只想到可以锻炼身体，不清楚运动和幼儿认知发展与社会性成长之间关系，最终拉低了活动的整体质量^[8]。

（三）场地器材配置不合理，利用效率低

部分幼儿园配备了基本运动器材，种类单一，更新速度慢，满足不了幼儿多样的运动需求。户外场地的空间布局，功能分区也不够明确，动区和静区没有做好隔离，很容易让不同活动之间互相干扰。室内运动空间面积更小，雨天或其他特殊天气，幼儿的运动需求没法得到满足，场地和器材的综合利用率整体不高^[9]。

（四）家园协同不足，运动延伸缺失

幼儿园运动活动多局限在园所内部，家庭层面的配合与延伸明显不足^[10]。家长对幼儿运动的认知多停留在“不受伤”的安全层面，缺乏对运动价值的系统理解，导致家庭中的体育活动开展较少。园所与家庭之间在运动活动方面缺乏有效的沟通机制与共生方案，幼儿在园所中获得的运动经验难以在家庭环境中得到巩固与拓展。

三、幼儿园运动活动的优化对策

（一）丰富活动内容，构建分层化运动体系

优化运动活动内容，需要分三类方向推进，最终搭起帮助幼儿发展身体素养的分层运动体系^[11]。处理有组织的运动活动，教师要放下过去只要求动作标准的设计思路，整体规划要围绕动作技能，运动认知和运动情感展开，再依照幼儿当下的动作发展水平，分出基础，进阶和挑战三个层级，让不同能力的幼儿都能在合适的难度里积累运动经验。开展自主游戏，教师要准备低结构器械，开放活动场地，支持幼儿顺着自己的兴趣选运动方式，让他们在自由探索里慢慢攒下动作经验。同时要持续观察，找到每个孩子的不同，只在需要引导的时候给出对应提示，不要直接插

手干预^[12]。融入生活活动，教师可以把身体素养的培养放到一日流程的各个部分。晨间入园的时候，可以设置攀爬和平衡类的小任务。餐后散步时，可以引导幼儿感受身体节奏和呼吸的变化。过渡环节，可以加入手指操和关节活动。这样一来，运动不会只局限在专门的活动时段，它会融入日常生活的每个部分，持续帮助幼儿发展身体素质^[13]。

（二）加强教师专业培训，提升运动指导能力

园所要把幼儿动作发展知识，运动指导技能，还有体育板块的专业培训内容，放进教师继续教育的固定学习模块。园所要定期组织系统培训，内容包括动作发展理论，运动观察方法，还有个性化支持策略，帮教师搭好科学的运动教育认知框架。培训安排里，要把理论和实践结合起来，可以用现场看优秀运动活动，真实场景做模拟练习，拆分析运动教学视频这些方式，实打实提高教师专业能力，让教师能在日常活动里认出幼儿的行为信号，判断幼儿的动作发展水平，还能给出及时有效的反馈。园所要建立围绕运动活动的日常教研机制，靠集体备课，案例研讨，还有同伴互评推动经验交流与反思成长。管理者要在制度层面给教师留出足够自主空间，鼓励教师依照幼儿发展规律灵活调整活动安排，慢慢养成先观察再支持，评价全程融入的运动指导方式，让每位幼儿都能得到贴合自身发展水平的运动支持。

（三）优化场地器材配置，提高空间利用效率

在场地规划方面，应结合户外空间的实际条件与幼儿的运动需求，科学划分不同功能区域，包括跑跳区，攀爬区，平衡区，投掷区和球类活动区。再借助彩色地面标识，可移动低矮隔断与自然植被等手段，实现区域之间的柔性分隔，能有效降低不同活动之间的相互干扰，让每位幼儿都能得到充足且安全的运动空间^[14]。在器材配置上，应大幅增加低结构，可组合，多玩法材料的比例。这类材料可以满足不同年龄段幼儿的多元化运动需求，也能有效激发幼儿的创造性玩法与自主探究欲望，提升器材的使用频次与教育效益。园所还需建立器材定期轮换与安全检查制度，保持运动环境的新鲜感，同时做好安全防护。针对室内运动空间不足的现实困难，可充分利用走廊，多功能厅和楼顶平台等过渡性空间，安排适应天气变化的运动，让幼儿在任何气候条件下都能得到充足且有质量的运动体验，最大限度提升园所运动资源的综合使用效益^[15]。

（四）深化家园协同机制，推动运动活动向家庭延伸

园所应当构建常态化和多渠道的家园运动共生机制。在理念传递层面，可召开家长会做专题分享，推送线上相关知识，定期更新家园联系栏，持续向家长阐释幼儿运动发展的核心价值，帮助家长认识到运动除了影响体能增长，还和幼儿的专注力培养，情绪调节能力以及社会交往技能的多维发展联系紧密，逐步扭转“重智轻动”的传统观念。在实践操作层面，园所可以定期给家庭推送容易操作的亲子运动小方案，比如利用家中日常物品设计的趣味体能游戏，实实在在降低家长的参与门槛。同时，可以设置家庭运动打卡任务，举办亲子趣味运动会，开展运动经验分享会这类互动形式，调动家长参与意愿，也能强化责任意识，让幼儿在园所和家庭两个场景中得到连贯一致的运动经验，真正实现运

动活动由园所向家庭延伸，融入日常生活。

四、结束语

幼儿园运动活动是保障幼儿健康成长的基础性教育环节，其

质量直接关系到幼儿动作发展、社会性培养及良好生活习惯的养成。当前运动活动在实施中虽已取得一定成效，但仍需在内容设计、师资建设、资源配置与家园联动等方面持续发力。未来应进一步强化运动活动的科学化与系统化建设，推动运动教育真正融入幼儿一日生活，使其成为促进幼儿全面发展的有力支撑。

参考文献

[1] 刘娟. 快乐童年，因运动而精彩——谈幼儿园户外体育活动的有效开展 [J]. 人生与伴侣, 2025, (46):43-45.

[2] 马萍. 幼儿园球类户外活动分层实践设计与不同年龄段幼儿运动能力发展观察 [C]// 北京交叉科学学会交叉科学教育专委会. 交叉科学驱动下的教育变革与未来展望论文集. [出版者不详], 2025:574-579.

[3] 谷银萍. 幼儿园体育活动游戏化教学的实践研究——以手球运动为例 [J]. 求知导刊, 2025, (21):137-139.

[4] 刘娟琦. "小空间大运动"——英达幼儿园有效开展体育活动的督导实践案例 [J]. 广东教育 (综合版), 2025, (S1):65-66.

[5] 赵立胜. 快乐童年，因运动而精彩——幼儿园户外体育活动的开展探析 [J]. 读写算, 2025, (17):124-126.

[6] 厉君. 基于支架式教学的幼儿园手球游戏活动指导策略研究 [J]. 新智慧, 2025, (14):91-93.

[7] 热汗古力·阿不拉. 幼儿园足球活动开展现状研究：以D幼儿园为例 [D]. 华东师范大学, 2025.

[8] 李丽, 徐文青. 快乐童年，因运动而精彩——浅谈幼儿园户外体育活动的有效开展 [C]// 北京国际交流协会. 2024年第五届教育创新与经验交流研讨会论文集. [出版者不详], 2024:121-124.

[9] 翟云萍. 幼儿园集体教学活动目标制定中存在的问题及对策研究 [J]. 牡丹江教育学院学报, 2024, (10):101-103.

[10] 廖志娟. 幼儿园游戏活动中幼儿定向运动技能的发展策略研究 [J]. 试题与研究, 2024, (28):106-108.

[11] 高原, 汪俊含, 李新华. 生态体育活动对大班幼儿运动能力的影响——以海口市某公立幼儿园为例 [C]// 全国青少年体育联合会幼儿体育分会, 中国体育科学学会学校体育分会. 第二届全国幼儿体育科学论文报告会论文集. [出版者不详], 2024:206-207.

[12] 蒙珊珊. 幼儿室内体育活动的组织引导策略——从小面积幼儿园运动材料投放经验出发 [J]. 新教育, 2024, (26):99-100.

[13] 芦丽菊. 基于《运动环境评量表》优化幼儿园户外活动质量的实践探索 [J]. 山西教育, 2024, (24):36-38.

[14] 刘琳. 巧用认知差异促进自主发展——幼儿园户外混龄区域运动球区活动案例研究 [J]. 当代家庭教育, 2024, (12):115-117.

[15] 王丹丹, 徐慧. 幼儿园中班幼儿"横向爬行"运动能力培养的个案分析——以中班健康活动"小螃蟹运披萨"为例 [J]. 安徽教育科研, 2024, (4):55-58.