

幼儿园户外趣味运动的创设策略研究

向玲

湖北省恩施来凤县民族幼儿园

摘要：幼儿园户外趣味运动对于儿童全面发展有着重要的意义，它既可以促进身体发育又可以刺激认知发展，发展社会能力以及强化情感体验。但目前幼儿园户外趣味运动的发展面临着场地和设施不完善、活动形式简单、组织管理缺乏和重视不够等多方面的问题。为解决这些问题，本文提出了相应的创设策略，包括环境创设、活动设计、组织管理和家园合作四个方面。从优化环境设计、丰富活动形式、强化组织管理、推进家园合作等方面入手，能切实提高幼儿园户外趣味运动品质，促进幼儿全面成长。

关键词：幼儿园；户外趣味运动；创设策略；幼儿发展；家园合作

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.07.014

引言

幼儿园阶段正是幼儿生理和心理成长的关键时期，而户外趣味运动则在其中起着必不可少的作用。户外活动既可以增强幼儿体质，又可以促进幼儿认知，情感，社会等各方面能力的发展。

一、幼儿园户外趣味运动的重要性

（一）促进身体发育

幼儿园阶段正是幼儿身体发展的关键阶段，户外趣味运动对于增进幼儿身体健康与体能发展至关重要。一是户外运动可以加强儿童心肺功能、改善血液循环、增强体质与耐力。不同种类的运动项目比如跑、跳、爬等都能有效地锻炼幼儿骨骼与肌肉，有利于幼儿在锻炼过程中协调性与柔韧性的逐渐提升。二是适宜的户外运动可以促进大脑发育、提高神经系统灵敏度、有利于儿童形成较好的运动技能。长期坚持户外活动还能增强儿童免疫力，以降低患病次数，维持机体健康成长。三是通过锻炼，幼儿逐渐增强了体能，同时也对身体潜能有了更深刻的认识，激发了幼儿对新活动进行探究与尝试的兴趣^[1]。所以户外趣味运动不但是儿童锻炼身体的一种重要方式，而且还是促进身体全面发育的一种关键方式。

（二）激发认知发展

幼儿园户外趣味运动在促进幼儿身体发展的同时也显著提升了幼儿认知能力。通过多种生动有趣运动项目的开展，幼儿在参与过程中激发好奇心，探索欲望与求知欲，对幼儿认知发展具有重要意义。锻炼时，儿童要通过观察了解规律，促进逻辑思维能力的提升。儿童在游戏与锻炼过程中也要发挥想象力与创造力，努力去解决锻炼中出现的现实问题，以增强儿童解决问题的能力与创新意识。比如通过参加要求团队协作的运动项目让

幼儿了解协作的意义，并且通过集体讨论共同承担工作，从而帮助幼儿增强交流及社交能力。户外运动也有助于儿童加深对空间概念，方向感和物体运动基本原理的认识，进而促进儿童思维能力的发展。综上所述，户外趣味运动给儿童认知发展搭建了丰富平台，促使儿童在实践活动中认识世界，全面提升认知能力。

（三）培养社会能力

幼儿园户外趣味运动活动是幼儿锻炼社交技能的一个很好契机。当进行集体活动的时候，幼儿依靠共同参与、互相配合、互相竞争等方式来学习怎样与人交流，如何和伙伴一起攻克问题，怎样去探索在集体中的作用等。借助运动游戏，儿童可在实践活动中形成团队精神，懂得公平竞争及互助合作的社会行为规范内涵。跟伙伴一起执行任务能让幼儿学会容忍别人，还会激发幼儿的集体意识以及责任感，诸如集体接力竞赛活动，诸如团体篮球的运动项目，能有效锻炼幼儿的协作能力和集体主义品质，可促使幼儿认识到团队取得的成功比个人单打独斗的成功重要得多^[2]。尤为关键的是，户外运动可以让儿童锻炼处理集体间矛盾的技巧，他们会学会怎样去表达意见并妥善化解矛盾，明白如何接纳不一样的观点，对其日后在人际交往和社会适应能力方面影响重大。

（四）增强情感体验

户外趣味运动同样在儿童情感发展方面意义深刻。儿童在玩耍、锻炼时，往往会体验到因成败产生的情绪起伏，这能为儿童供给重要的情绪体验，儿童既能得到乐趣，又可取得成就感，而且可以在遭遇失败后学会调整心态，强化自我调节的水平。在开展集体活动期间，幼儿同样会与同伴建立起深厚的情感，感受互相帮助与关心的感觉，幼儿园举办的户外趣味运动可协助幼儿在

愉悦的气氛中增强自信心。在活动中学会展示本我，通过跟别人共同工作，一起达成既定目的，促进情感认同水平。户外活动大多能带给幼儿身心放松的体验，幼儿锻炼完毕会出现轻松愉快的心情，该情绪释放对幼儿情绪管理起到积极的效果，户外运动能让儿童体验到锻炼带来的欢快与刺激，也能让儿童在与人交往的过程里掌握调节情绪、增进情绪成熟的技巧。

二、目前幼儿园户外趣味运动存在的问题

（一）场地与设施不足

当前，很多幼儿园户外运动场地及设施尚存在着一些缺陷，制约着户外趣味运动。一些幼儿园受地理位置等因素影响，户外活动空间非常有限，不能给幼儿提供充足的活动空间，使得活动项目在类型与形式上都受到了极大限制。特别是城市部分幼儿园场地紧张成了普遍面临的困难，很多幼儿园仅能在限定空地内举办活动，而且活动场地质量也不能满足孩子们户外活动需求。同时，不少幼儿园运动设施老化，现代化、多样化运动器材不足。这样既影响幼儿的运动体验又使活动内容不能达到丰富多样。场地、设施不完善，既影响幼儿园日常活动的安排，又影响户外趣味运动项目高效开展。所以，解决目前场地、设施不完善的现状，为幼儿户外活动提供更丰富、更有保障的环境，对提升幼儿园户外趣味运动品质与成效有着十分重要的作用。

（二）活动形式单一

当前，很多幼儿园户外趣味运动开展形式比较单一，开展活动的内容与方式也缺乏创新性与多样性，不能很好地适应不同年龄阶段孩子们的需要。在很多幼儿园里，户外活动通常都是以单纯的跑、跳、扔等基本项目为主，幼儿的兴趣与参与感很难持久。另外，因为没有专业体育教师，许多运动活动组织者对于儿童运动发展规律及教育目标认识不到位，造成活动形式单一、创意不足、挑战性不强。户外运动若长时间停留在单一形式上，易使幼儿产生厌烦情绪，丧失活动兴趣，不仅会影响幼儿锻炼的积极性，也会影响幼儿身心发展全面性。为切实促进幼儿综合发展，幼儿园应以幼儿兴趣与发展需要为导向，不断丰富活动形式、不断创新运动项目、设计兼具挑战性与满足幼儿能力水平要求的户外趣味活动。

（三）组织管理欠缺

很多幼儿园户外运动在组织与管理上也出现了一些问题。一是户外活动时间与频度不足很多幼儿园由于工

作任务重，很难合理地安排户外活动时间，使户外运动成了偶发的运动。二是一些幼儿园没有专业体育教师或者有专业知识的教练员，造成运动活动组织水平不高，难以保证活动安全有效^[3]。三是儿童在户外活动过程中，常常缺乏明确分工与引导，没有规范管理，易导致秩序混乱甚至会导致安全事故。由于没有统一管理引导，很多活动无法全面展开，儿童的学习兴趣与积极性都受到了一定影响。

（四）重视程度不够

虽然户外趣味运动在幼儿园教育里有着重要意义。但当前不少幼儿园对其重视程度尚显不足，不少教育工作者未能充分认识到户外活动的价值，觉得户外运动不过是一种休闲娱乐罢了，并未切实把它当作孩子成长进程中的关键组成部分去重视与策划。鉴于教学任务十分繁重，部分幼儿园或许投入较多精力到室内教学中，却忽视了户外活动。一些幼儿园在资金、资源配置等层面，对户外运动的支持不到位，导致活动内容相关投入以及设施投入欠缺，不能为幼儿供给充足、高品质的运动资源。

三、幼儿园户外趣味运动创设策略

（一）环境创设策略

在很多幼儿园中，户外活动场地不充足、设施不完善是影响户外趣味运动发展的一大难题。受城市化进程加速影响，很多幼儿园场地面积极其有限，特别是地处城市中心，更面临空间紧张。狭窄的活动场地不能容纳较多幼儿参加多种运动项目，且活动内容及形式受场地制约。儿童在这种情境下，通常只会做一些跑、跳等基本活动，不能充分挖掘其运动潜力，缺乏挑战与乐趣。另外，部分幼儿园户外运动设施老旧，类型单调，不能适应幼儿不同成长的需要。比如有些幼儿园仅设单一滑梯和秋千，缺乏较多样化运动器材如攀岩墙和平衡木。这类设施不但不能引起儿童对运动的兴趣，而且还很难有效地锻炼儿童的协调能力、平衡能力以及体力^[4]。另外，一些幼儿园设施保养不当、安全隐患大，影响幼儿运动安全。所以提高户外活动场地空间利用率、增加运动设施类型、加强设施维护已经成为幼儿园提高户外趣味运动品质的重点。

（二）活动设计策略

幼儿园户外趣味运动活动设计要关注多样性与趣味性，结合幼儿年龄特点，兴趣爱好与发展需要，开展个性化设计，以更好地促进其身心发展。首先，活动内容

应贴近儿童生活实际与兴趣并与自然环境相结合。比如,可设计一些和季节变化有关的比赛,比如春季种植活动,夏季打水仗比赛,秋季采摘活动和冬季开展趣味运动会,使儿童在亲近自然中运动,增长知识。其次,活动形式应当具有多样性和灵活性,不仅可以是单人参与的体能锻炼,例如跳高和跑步,还可以是多人合作进行的集体游戏,比如接力比赛、团队合作攀爬等,这既可以提高幼儿的运动能力又可以加强幼儿团队协作精神。最后,活动设计也应注意挑战性与趣味性相结合,既要具有一定难度,促使幼儿动脑、动手,同时也应避免太过繁杂、困难的工作,使幼儿获得成功的成就感。在强调安全性与可操作性的前提下,保证活动开展的可行性与安全性。另外,科学地进行活动设计,可以调动幼儿的兴趣、激发幼儿的探索精神、运动热情等,有利于幼儿在游乐中得到身心全面的发展。

(三) 组织管理策略

幼儿园户外趣味运动组织与管理是活动得以顺利开展的重要保证,科学、合理的管理策略可以促进活动开展效果以及幼儿参与感的增强。一是幼儿园在开展活动之前要有充分的准备,主要是对场地进行安全检查,准备好活动器材,对教师进行分工和训练。在活动之前,教师应该了解每一个幼儿的身体状况、运动能力等情况,合理地安排好活动的难易程度,保证全体幼儿能够参与到活动中去,享受到快乐。二是活动组织过程要求时间安排、任务分配清晰、明确,教师在组织过程中应根据幼儿年龄、能力等特点合理组织活动节奏、时长,以免因为活动时间太长、太短,造成儿童劳累或者兴致失落。三是活动期间,教师应当高度警惕,时刻关注幼儿的动向,特别是关注幼儿的安全问题,并及时采取应对措施,预防意外事故。同时,幼儿园要根据活动内容及幼儿兴趣对活动形式、活动内容进行灵活的调整,因地制宜、因材施教。四是在活动之后,教师要对活动做一个总结与反馈,对活动效果做一个评价,并了解幼儿的需要和情感,从而为下次设计并完善活动提供一个借鉴。总的来说,幼儿园对户外趣味运动的组织和管理,要从活动前的准备,活动开展到活动后的总结等各方面进行思考,以保证活动顺利开展以及幼儿的安全参与意识。

(四) 家园合作策略

大量幼儿园对户外趣味运动的重视程度未达标,让活动开展受到了一定的干扰。幼儿园倾向于把较多精力

放到学术教育范畴,过度聚焦室内课程,却忽略了幼儿进行户外运动的意义。不少教育从业者和家长还是抱有“游戏是一种娱乐”的传统认知,觉得户外运动只是让孩子耗费精力的一种途径,没能充分认识到其对孩子身心健康以及全面发展的重要价值。有些幼儿园课程设置对户外运动的安排系统性欠佳,引起幼儿户外活动时间 and 内容相对局限,无法充分契合幼儿的运动需求。从另一方面看,开展户外运动有可能会涉及场地,组织等一系列因素,好些幼儿园未投入充足的资源,致使活动的效果及质量提升受阻。一些教师对户外运动专业知识及技能的认识存在不足,无法有效引导儿童实施科学锻炼,更严重的现象是,不少幼儿园不把户外运动作为幼儿综合素质发展的重要组成部分,甚至忽略了锻炼在幼儿心理健康、社会能力等方面起到的功效^[5]。若想扭转这种状况,幼儿园应从观念上加以转变,认识到户外趣味运动在幼儿教育中不可替代的地位,并推动对此类活动的关注,适宜地安排运动时间及课程内容,为儿童提供更为丰富多样的户外活动。

结语

幼儿园户外趣味运动对儿童全面发展有着不可忽视的意义。但现阶段开展进程中存在着大量问题,从进行环境创设的优化做起,增添活动形式,从强化组织管理、推进家园合作等方面去落实,能实实在在提升户外趣味运动的质量。在做环境创设这件事上,应留意合理规划场地事宜,就活动设计而言,应使活动体现多样性、趣味性,激发起幼儿的兴趣点,引导幼儿参与;就组织管理这个环节而言,需关注安全性和有序性,让活动顺利开展;在落实家园合作相关工作中,需增强和家长的沟通及合作,携手助力幼儿成长。

参考文献

- [1] 凌琼. 幼儿园户外趣味运动的创设策略研究[J]. 文科爱好者, 2025, (01): 246-248.
- [2] 仲海艳. 自然资源在幼儿园户外游戏中的有效利用[J]. 智力, 2023, (36): 155-158.
- [3] 陈玉洋. 寓于趣味活动中——幼儿园户外体育游戏模式的探索与实践[J]. 当代家庭教育, 2020, (21): 47.
- [4] 肖璐. 基于课程游戏化理念的幼儿园户外运动[J]. 教育界(教师培训), 2019, (09): 10-11.
- [5] 曹小丽. 课程游戏化背景下幼儿园户外活动的组织与实施[J]. 教育界(教师培训), 2019, (09): 29-30.