

动作学习视角下0至6岁儿童运动认知协同早期干预模式构建

蔡观胜

东莞职业技术学院

DOI:10.32629/eces.v8i3.21780

[摘要] 0—6岁儿童运动与认知发展呈现动作先行、认知内嵌、双向赋能的核心特征,动作体验是婴幼儿认知习得的重要基础,二者相互促进、协同发展。依托动作学习理论可构建系统化的运动认知协同早期干预模式,确立“一核五维”整体架构,搭建分层进阶的干预目标、分龄适配的融合内容与多元主体联动的实施体系。依托分层内容设计、情境化认知渗透、家园社协同推进、动态化适配调整四大策略,可有效衔接各年龄段儿童发展特点,兼顾群体发展规律与个体差异,切实推动儿童运动能力与认知水平同步提升。

[关键词] 动作学习; 0至6岁儿童; 运动认知; 早期干预

中图分类号: G670 **文献标识码:** A

Construction of Early Intervention Model for the Synergy of Motor and Cognitive Development of Children Aged 0 - 6 Based on Motor Learning Theory

Guansheng Cai

Dongguan Polytechnic College Guangdong Dongguan

[Abstract] The motor and cognitive development of children aged 0—6 exhibit synergistic characteristics featuring motor primacy, embedded cognition, and mutual empowerment. Based on motor learning theory, an early intervention model for integrated motor—cognitive development in young children is constructed, forming a holistic framework centered on one core and five dimensions. This system establishes tiered progressive objectives, age—adapted curricula, and a multi—stakeholder collaborative implementation mechanism. Supported by four implementation strategies—hierarchical design, situational integration, home—school—community coordination, and dynamic adjustment—the model precisely caters to the integrated motor and cognitive development needs of children across different age groups and developmental levels.

[Key words] motor learning; children aged 0—6; motor cognition; early intervention

引言

0—6岁是儿童动作与认知协同发展的黄金阶段,二者的联动发展直接影响儿童综合素养培育。当前婴幼儿早期干预存在运动训练与认知培养相互割裂、干预方式同质化、适配性不足等问题,难以贴合儿童阶梯式发展规律。基于此,依托动作学习理论构建系统化早期干预模式,为学龄前儿童运动认知协同发展提供科学的干预支撑。

1 0至6岁儿童运动认知的特点

0至6岁是儿童运动与认知协同发展的关键窗口期,整体呈现动作先行、认知内嵌、双向赋能的发展特点。婴幼儿期儿童的认知活动高度依附动作体验,从反射性动作逐步过渡到自主控制的抬头、爬行、抓握等动作,依靠肢体探索完成对物体属性、空间方位的基础认知,动作发展水平直接决定认知经验的获取广度^[1]。进入幼儿阶段后,粗大动作与精细动作持续精细化,动

作控制能力的提升同步支撑表象思维、语言理解与简单逻辑判断发展,儿童可依托连贯动作任务完成分类、推理等认知活动。二者并非独立推进,而是形成相互支撑的联动关系,动作经验积累推动认知结构完善,认知水平提升则反向优化动作策略。

2 动作学习视角下0—6岁儿童运动认知协同早期干预模式的整体构建

2.1 干预模式核心理念与总体架构

该干预模式以动作学习理论为核心支撑,秉持动作载道、认知共生、循龄适配、协同赋能的核心理念,将动作发展作为0至6岁儿童认知提升的核心载体,打破运动训练与认知干预相互割裂的传统模式。模式的总体架构呈现一核五维的系统形态,以运动认知协同发展为核心目标,向下延伸出目标设定、内容设计、实施推进、评估反馈、机制保障五个相互关联的功能维度。各

维度并非独立运行,而是围绕核心目标形成层级递进且彼此支撑的整体结构,其中目标维度发挥方向引领作用,内容维度构成干预实施的核心载体,实施维度保障干预落地的执行路径,评估维度承担效果校验与方向修正功能,机制维度则为全流程运行提供制度支撑^[2]。

2. 2分层进阶的协同干预目标体系

这一目标体系依据0至6岁儿童动作与认知发展的阶梯式特征,设置基础适配、能力拓展、素养提升三个层级的干预目标,形成纵向衔接、横向协同的目标网络。基础适配层面向发展起步阶段的儿童,以基础动作技能习得与感知觉认知唤醒为核心目标,重点保障儿童动作发展的规范性与认知发展的基础性。能力拓展层面向动作发展进入稳定期的儿童,以复杂动作控制能力强化与具象思维能力发展为核心目标,推动动作熟练度与认知加工深度同步提升。素养提升面向学龄前后期儿童,以综合动作协调能力养成与高阶认知能力发展为核心目标,侧重动作策略运用与逻辑思维、问题解决能力的协同发展。各层级目标均设置可观测的量化指标,同时兼顾不同儿童的发展起点差异,允许根据个体评估结果进行目标的动态调整,保障干预目标的适配性与引导性。

2. 3分龄适配的动作—认知融合内容体系

该内容体系按照0至1岁、1至3岁、3至6岁三个年龄阶段的发展关键期,搭建分龄分段的动作与认知融合内容模块,每个模块均以动作学习任务为载体,自然嵌入对应阶段的认知发展目标。0至1岁模块以抬头、翻身、爬行等大动作萌芽训练为基础,同步融入视觉追踪、物体恒存等感知认知内容,契合婴幼儿感知运动阶段的发展特点。1至3岁模块以跑跳、手部精细操作等动作技能发展为核心,搭配语言理解、表象记忆、空间感知等认知训练内容,依托动作场景强化认知经验的积累^[3]。3至6岁模块以平衡协调、规则类动作游戏等综合动作为主体,渗透逻辑推理、问题解决、社会交往等高阶认知内容。

2. 4多元主体联动的干预实施体系

该实施体系整合家庭、托育与学前教育机构、专业干预团队、社区服务平台四类主体,构建权责清晰、协作顺畅的联动实施网络。家庭作为儿童日常活动的主要场景,承担常态化干预的落地职责,按照统一的干预指南在日常生活中渗透动作与认知协同训练,保障干预的连续性。托育与学前教育机构承担系统化干预的实施职责,依托专业师资与固定课程体系,开展结构化的协同干预活动。专业干预团队承担技术支撑职责,负责干预方案的个性化调整、干预人员的技能培训以及特殊发展需求儿童的专项指导。社区服务平台承担场景拓展职责,提供户外活动空间与集体性干预活动资源。

3 动作学习视角下运动认知协同早期干预模式的实施策略

3. 1基于动作发展序列的内容分层设计策略

以儿童动作发展的先后序列为核心依据,按照粗大动作先行、精细动作跟进,基础动作打底、复杂动作进阶的规律,将干

预内容对应拆解为三个层级,每个层级匹配对应认知目标并配套可直接落地的活动设计。第一层级对应0至1岁动作萌芽阶段,以俯卧抬头、翻身、爬行等基础大动作为载体,教师与家长可借助红球或发声玩具引导儿童完成抬头追视动作,同步训练视觉追踪与物体恒存认知,每次训练时长控制在3至5分钟,随儿童耐受度逐步延长。第二层级对应1至3岁动作发展阶段,以行走、下蹲、手部抓握等动作为核心,设计沿地面直线行走并捡拾彩色积木的活动,儿童完成行走动作的同时,需将积木按颜色放入对应收纳盒,同步落实颜色认知与分类能力训练。第三层级对应3至6岁动作协调阶段,以障碍跑、单脚站立、双手协作等综合动作为基础,设置跨越障碍后清点道具数量的任务,将动作控制与数概念、逻辑判断认知深度绑定。

3. 2情境化动作任务导向的认知渗透策略

以完整的生活化情境为载体,将认知目标隐藏在连贯的动作任务中,避免动作训练与认知训练的割裂实施。教师可搭建“森林小探险家”的主题情境,将整节干预活动设定为探险运送果实的完整任务。任务起始阶段,儿童需走过搭建好的平衡木模拟穿过独木桥,过程中需留意路边摆放的数字标识并准确说出数字,将平衡控制训练与数字识别认知自然结合。进入任务中段,儿童需蹲身捡拾地面的仿真果实,再双手端着装果实的小筐绕过锥形障碍,动作层面锻炼蹲起协调与肢体控制能力,认知层面则同步训练空间方位判断与手部力量的精准把控。任务收尾阶段,儿童需将手中的果实按大小分别放入不同的收纳筐,完成动作任务的同时落实分类与大小认知。

3. 3家—园—社三位一体的协同干预推进策略

该策略明确家庭、幼儿园、社区三类主体的具体职责与联动方式,构建全场景覆盖的干预实施网络。幼儿园作为核心实施主体,每周开设两节固定的运动认知协同活动,由专任教师按照统一方案开展结构化训练,同时每月编制家庭干预任务卡,明确每日15分钟的居家训练内容与操作要点。家庭承担日常落地职责,家长依据任务卡在居家场景中开展训练,比如用家中拖鞋摆成直线供儿童行走,在行走过程中引导儿童说出每只拖鞋的颜色,完成后通过班级小程序提交训练反馈。社区作为拓展载体,每月举办一次亲子运动认知主题活动,设置障碍闯关、拼图接力、亲子抛接配对等互动项目,为儿童提供集体参与的实践场景^[4]。

3. 4动态适配儿童发展水平的干预调整策略

依据儿童实时发展状态灵活调整干预内容与难度,避免统一化训练带来的适配性不足问题。干预实施者每两周开展一次简易测评,从动作完成质量与认知达成度两个维度记录儿童表现。针对动作能力弱于认知水平的儿童,干预团队会优先降低动作难度,比如将平衡木训练替换为地面胶带走线,同时保留原有的数字识别认知目标,待儿童动作熟练度提升后再逐步升级动作任务。针对认知发展稍缓的儿童,则维持现有动作训练强度,简化对应的认知要求,比如将清点五件道具调整为清点三件道具,逐步推进认知目标。同班教学中,教师可根据测评结果

将儿童分为基础与提升两个小组,基础组完成单脚站立两秒的任务,提升组完成单脚站立五秒同时报数的任务,实现同一活动框架下的分层适配,保障每个儿童都能在适配的难度下获得发展。

4 结语

本次构建的早期干预模式立足0—6岁儿童发展特点,打破传统干预的单一化局限,形成标准化、分层化、动态化的完整干预体系。通过多主体协同落地、全过程评估优化,有效适配不同年龄段、不同发展水平儿童的成长需求。该模式可为学前早期干预工作提供实践参考,助力儿童运动能力与认知素养的协同高质量发展。

[基金项目]

学校青年课题基金资助项目:基于动作学习的0—6岁儿童“运动—认知”协同发展早期干预模式构建研究;编号:2025d11。

[参考文献]

[1]赵莉,刘静,阚政,等.感知觉整合训练对运动发育迟缓儿童运动和认知功能的影响探究[J].延边大学医学学报,2026,49(6):55-57.

[2]赵德强.学龄前儿童平衡能力与步态表现的关系:基于抑制控制的中介作用及干预验证[D].国家体育总局体育科学研究所,2026.

[3]马超,赵璐,赵鑫.超越屏幕:运动视频游戏训练可以更好提升儿童执行功能[J].心理学报,2026,58(6):1160-1182.

[4]石晓峰.儿童青少年体适能对认知功能及心理健康影响的现状评估与协同发展策略[J].天津体育学院学报,2026,41(2):150-157+166.

作者简介:

蔡观胜(1991--),男,汉族,广东湛江人,教师,本科,初级,助理实验师,主要研究方向:高等职业教育、体育教育。