

中小户型住宅房型设计：室内空间关系、功能性与生活活动线的协同构建——以上海大家美颂项目为例

赵良

上海南滨江智能医疗科技开发有限公司 上海 201302

【摘要】：在上海“新城发力”城市发展格局与“人民城市人民建”的核心理念指引下，中小户型普通商品住房已成为上海住宅市场的核心供给品类，其房型设计品质直接决定居民居住幸福感。本文以上海大家美颂项目为核心实践案例，结合户型设计图纸、室内落地实景及上海市优秀住宅评审标准，深入剖析中小户型住宅设计中室内空间关系、居住功能性、生活活动线三者的内在协同逻辑，结合项目全流程落地经验，总结可复制的协同优化设计策略。该项目凭借科学的房型设计体系斩获第十二届“上海市优秀住宅”金奖，其设计实践为长三角地区同类型中小户型住宅设计提供系统性参考与实践借鉴。

【关键词】：中小户型住宅；房型设计；室内空间关系；居住功能性；生活活动线

DOI:10.12417/2811-0536.26.05.082

1 引言

上海市住房发展“十四五”规划落地推进，“以居住为主、市民消费为主、普通商品住房为主”的住房发展定位持续深化，奉贤新城等五大新城成为上海住宅建设的核心承载区。中小户型住宅因精准适配刚需、刚改群体核心居住需求，成为新城住宅供给主力，也对室内设计提出更高要求——如何在有限建筑面积内，平衡空间效率、功能完整性与居住舒适度，破解行业内“重面积指标轻空间利用、重形式表现轻功能适配、重平面布局轻动线优化”的普遍痛点，成为室内设计领域的核心研究课题。

第十二届“上海市优秀住宅”评选明确要求，房型设计奖需以中小户型为核心，坚持以人为本、节能省地，适配上海气候特征，实现套内功能布局合理、动静分区清晰、空间利用率高、日照通风优良的设计目标。笔者全程主导上海大家美颂项目的房型与室内空间设计，该项目位于上海市奉贤新城奉城镇，为建筑高度不大于18米的多层住宅，主力户型覆盖53m²、65m²、75m²、85m²四个面积段，涵盖一室两厅至两室三厅全维度居住需求。设计中始终以室内空间关系为载体、居住功能性为核心、生活活动线为纽带，实现三者深度协同，最终凭借高品质房型设计斩获上海市优秀住宅房型金奖。本文结合项目设计图纸与室内实景，系统阐述中小户型房型设计的核心逻辑与落地策略。

2 中小户型房型设计的核心协同逻辑

室内空间关系、居住功能性、生活活动线并非孤立设计要素，而是相互依存、相互制约、深度绑定的有机整体，三者协同度直接决定中小户型房型设计的最终品质。

终品质。

2.1 三大核心要素的内涵界定

室内空间关系：作为住宅设计的物理骨架，涵盖空间尺度配比、功能分区逻辑、空间序列组织、采光通风物理关系，以及动静、公私、干湿的空间边界划分，是居住功能落地的载体与生活活动线组织的基础，直接决定户型空间潜力与物理舒适度。

居住功能性：作为住宅设计的核心价值，本质是精准适配居民全周期生活需求，既包含睡眠、烹饪、洗漱、起居等基础功能，也涵盖收纳、居家办公、亲子互动、社交等多元需求，同时需贴合上海亚热带季风气候地域特征与现代城市生活方式，是空间设计与动线规划的最终目标。

生活活动线：作为住宅设计的行为脉络，是居民室内行为路径的总和，核心分为家务、起居、私密三大动线，其流畅度、长度与交叉度直接决定空间使用效率与居住体验，是连接室内空间与居住功能的核心桥梁。

2.2 三者的内在协同机制

三者协同的核心，是实现“空间服务功能、动线适配行为、功能反向优化空间”的闭环逻辑。空间关系构建需以功能需求为前置，摒弃无意义的空间造型与尺度浪费，为核心功能落地提供物理支撑；生活活动线规划需贴合居民日常行为习惯，在既定空间框架内实现功能使用效率最大化，避免动线交叉与无效行走；最终通过居住功能使用反馈，持续优化空间边界与动线组织，实现三者动态平衡。

对于中小户型而言，这种协同设计的价值更为突

出。在建筑面积受限的前提下，唯有实现三者深度协同，才能破解“面积小与功能全”“空间紧与舒适度高”的核心矛盾，真正达成“小而全、小而优、小而舒”的设计目标。

3 大家美颂项目协同设计的实践与落地

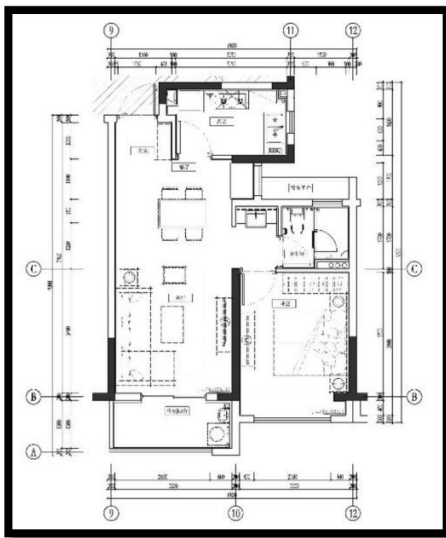
大家美颂项目立项之初，便确立“以居住为本、以生活为根”的核心设计理念，遵循节能、省地、适配上海气候的原则，以中小户型为核心载体，将空间关系、功能性、生活动线的协同逻辑贯穿设计全流程，实现设计理念与实景落地的高度统一。

3.1 项目概况与整体户型规划

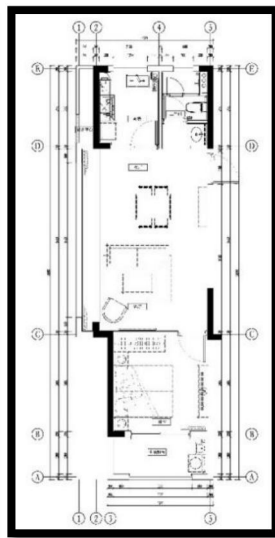
项目地处上海市奉贤新城奉城镇，为建筑高度不

大于18米的多层住宅，标准层高2.95m，室内外高差0.15m。项目锚定奉贤新城刚需、刚改主力客群，以中小户型为核心供给，主力户型覆盖53m²、65m²、75m²、85m²四大面积段，涵盖一室一厅、两室一厅或两厅至三室两厅全维度居住需求。

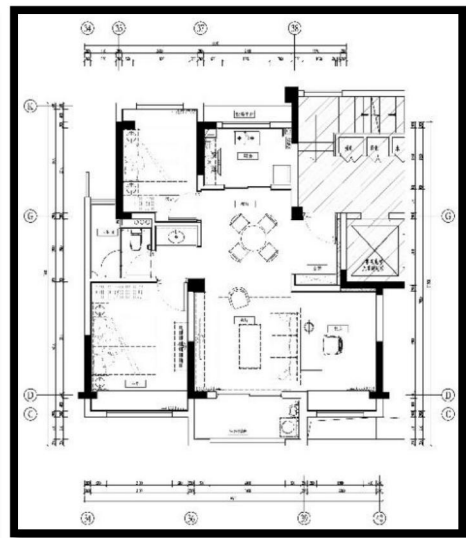
项目房型平面设计如图1所示，规划四类户型，总户数818户（含48户保障房），其中53m²户型占比5%、65m²户型占比15%、75m²户型占比75%、85m²户型占比10%。在有限单体空间内，设计实现户型均好性与面积适配性的平衡，所有户型均保证合理面宽与进深比，遵循节能、省地、适配上海气候的核心原则，同时契合本地住宅设计规范关于套型与空间尺寸的要求，保障设计的规范性与合规性。



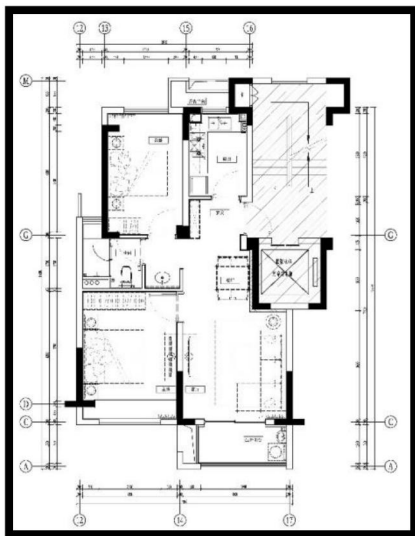
65 中间套户型



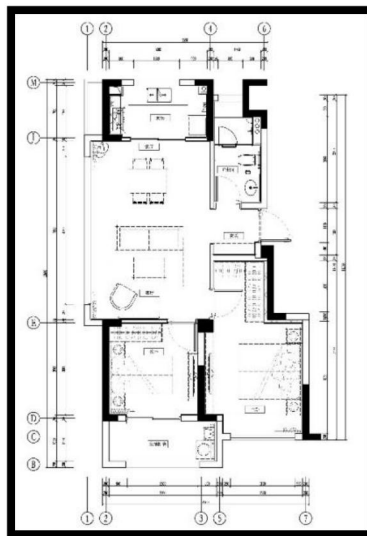
65 边套户型



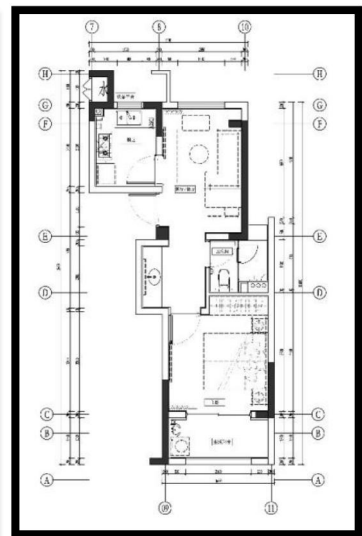
85 户型



75 中间套户型



75 边套户型



53 户型

图1 户型平面图

3.2 以功能需求为核心，锚定室内空间关系的底层框架

室内空间关系是居住功能落地的物理载体，项目设计摒弃中小户型“重面宽、轻功能落地”的误区，以全周期居住功能为核心，严格契合《上海市住宅设计标准》（DGJ 08-20-2019）相关要求，构建科学高效的室内空间体系，同时强化自然环境导入，贴合上海本地气候特征。

3.2.1 清晰的分区逻辑，划定刚性空间边界

设计以起居室为核心，遵循“动静分离、寝居分离、干湿分离”三大原则，将套内空间划分为公共活动区与私密休息区两大模块。公共活动区集中布置客厅、餐厅、厨房等开放空间，承载家庭互动、家务劳作、社交接待等功能；私密休息区集中布置卧室、书房等封闭空间，承担睡眠、学习、休憩等功能。两大模块边界清晰、无交叉重叠，从根源上避免公共活动对私密居住的干扰。如图2所示，客餐厅采用一体化无遮挡设计，作为公共活动区核心，承载家庭互动、社交接待、日常用餐等功能，空间开敞通透，无多余墙体遮挡，最大化释放公共空间潜力；卧室空间集中布置于户型内侧，与公共区域形成物理隔离，实现公共性与私密性的平衡。同时，针对厨房、卫生间等用水空间，集中设置管道井与防水区域，实现洁污分区，提升使用安全性并便于后期维护。



图2 大家美颂项目客餐厅一体化空间实景

结合上海夏季高温多雨、冬季阴冷潮湿、梅雨季潮湿的亚热带季风气候特征，项目重点强化自然环境导入，所有户型均实现“明厅、明厨、明卧、明卫”全明设计，无一处暗空间，同时落实本地住宅设计规范中套型与空间尺寸要求：单人卧室短边宽度不小于2.4m，双人卧室短边宽度不小于3.3m，起居室短边宽度宜为3.6~4.2m、不小于3.6m，厨房不小于5m²，

卫生间不小于3.5m²；保障空间尺寸适配日常居住。采光通风设计上，重点打造大面宽、多南向采光面，最大化引入自然光线与新鲜空气，其中53m²户型南向面宽3.6m，65m²户型6.8m、边套3.7m，75m²户型7.3m、边套6.7m，85m²户型达9.5m，所有户型均设置2~3个南向采光面（主卧、客厅及次卧/阳台），确保采光充足；同时采用南北对向开窗，打造南北通透格局，形成顺畅穿堂风，有效促进自然通风，降低室内湿度与夏季温度，减少空调使用，既适配上海气候，又实现节能降耗，让自然环境充分融入户内。

3.2.2 精准的尺度配比，最大化提升空间利用率

中小户型设计的核心痛点是有限建筑面积内实现空间效率最大化。项目通过精准尺度把控，遵循本地住宅设计规范中套型面积与空间配比要求，减少共用交通面积，将更多空间留给核心功能区域。设计摒弃长过道、宽走廊等无效空间，通过客餐厅一体化布局实现交通面积共用，让套内行走路径同时承担空间过渡功能，大幅提升面积使用率；同时精细化分配空间尺度，适当扩大主卧室面积并预留固定衣橱位，保障核心居住舒适度，严格控制非核心空间冗余，实现“好钢用在刀刃上”。如图3所示，客厅通过一体化设计结合整面宽飘窗拓展视觉边界，搭配大面宽南向开窗强化采光通风效果，在有限面积内打造开敞通透的起居空间，既保障核心功能落地，又避免空间逼仄感，诠释中小户型“小而舒”的设计目标。即便最小的53m²户型，也通过精准尺度把控与科学采光通风设计，实现功能完整、尺度适宜、无面积浪费、自然环境导入充足的目标，套内空间利用率达到行业领先水平。



图3 大家美颂项目客厅空间实景

3.3 以生活活动线为脉络，实现空间与功能的高效联动

生活活动线是连接室内空间与居住功能的核心组

带，项目围绕上海居民日常行为习惯，结合自然环境导入需求，构建“家务、起居、私密”三线分离的动线体系，通过极简、顺畅、无干扰的动线设计，实现空间与功能高效联动，同时确保自然光线与通风覆盖各个动线节点。

3.3.1 家务动线：贴合劳作逻辑，提升操作效率

动线围绕厨房、餐厅、生活阳台展开，完全贴合现代家庭烹饪与家务流程。针对不同面积户型，分别采用L型与U型厨房布局，遵循“洗、切、炒、存”烹饪顺序设置操作台面，缩短操作动线，避免无效往返。其中75m²边套户型采用U型加长料理台面，预留超大回旋空间，可满足多人同时烹调，适配家庭聚会场景；所有户型均实现厨房紧邻餐厅，实现食材处理、烹饪、用餐无距离传递，缩短家务动线。厨房操作台统一设置600mm标准宽度，预留排烟道、热水器安装位，保障家务功能完整落地。同时，厨房均设置南向或东向开窗，确保采光通风，减少油烟堆积，适配上海梅雨季潮湿、夏季闷热的气候，提升家务操作舒适度。

卫生间家务功能采用精细化设计，所有户型均实现干湿分离，将洗漱、如厕、淋浴三大功能空间隔离，可满足多人同时使用，避免早高峰使用冲突，同时预留洗衣机安装位，形成洗衣、晾晒的家务动线闭环。如图4所示，卫生间通过玻璃隔断实现干湿分离，淋浴间增设飘窗拓展功能空间，且均设置可开启外窗，确保自然通风，有效排出湿气、异味，缓解梅雨季卫生间潮湿发霉问题，在极小面积内实现功能完整性、动线高效性与自然环境适配性的统一。



图4 大家美颂项目卫生间空间实景

3.3.2 起居动线：流畅开敞，打造连贯公共活动路径

起居动线以“玄关-客餐厅-观景阳台”为核心，形成连贯开敞的公共活动路径，确保全程接收自然采

光与通风，让自然环境融入日常起居。入户玄关设置收纳空间，完成更衣、换鞋、置物闭环，避免户外杂物进入核心居住空间；客餐厅采用“分而不离”设计，无墙体遮挡确保动线顺畅，搭配大面宽南向开窗保障采光，穿堂风可顺畅穿过客餐厅与阳台，实现室内外空气流通；阳台与餐客厅直接连通，既拓展起居空间视觉边界，又实现休闲、晾晒与起居动线无缝衔接，阳台设置可开启落地窗，进一步强化通风采光，适配上海夏季通风、冬季采光需求。65m²中间套户型通过玄关收纳、餐客阳一体化设计，在有限面积内打造完整起居动线，提升空间整体感与使用率，适配三口之家日常起居，且自然光线与通风覆盖整个动线。

3.3.3 私密动线：无扰隔离，保障居住私密性与便捷性

私密动线集中布置于户型内侧，与公共活动区完全隔离，围绕卧室、卫生间展开，兼顾自然采光与通风需求，让私密空间也能接收自然滋养。所有户型卧室均布置于远离入户门一侧，与公共空间形成物理隔离，避免公共活动干扰睡眠休憩；卫生间紧邻卧室布置，缩短起夜、洗漱动线，提升使用效率。

如图5、7所示，主卧均预留固定衣橱位，结合南向飘窗设计，既保障睡眠核心功能，又拓展收纳、休憩等附加功能，形成完整私密居住闭环；南向飘窗最大化引入自然光线，冬季接收南向直射阳光提升室温，夏季开窗实现通风降温。针对二孩家庭与三代同堂需求，85m²户型打造独立儿童房/书房（如图6）所示，适配居家办公、儿童学习等多元需求，确保不同家庭成员私密动线互不干扰，实现全周期居住适配，且儿童房/书房均设置南向或东向开窗，保障采光通风顺畅。75-1m²边套户型在主卧增设独立衣帽间，在刚改面积内实现改善型居住体验，衣帽间预留通风口，结合主卧开窗实现空气流通，避免潮湿发霉，适配上海气候特征。



图5 大家美颂项目主卧空间实景



图6 大家美颂项目儿童房空间实景



图7 大家美颂项目南向主卧空间实景

3.4 全户型覆盖的协同设计落地效果

项目针对不同客群需求，打造四大主力户型，均实现空间关系、功能性、生活动线的深度协同，强化自然采光、通风等自然环境导入，适配上海气候特征，形成差异化产品体系。53m²一室两厅户型主打极致空间利用与全明通透，采用L型高效厨房，南向卧室带观景阳台，卫生间干湿分离带飘窗，极致面积内实现功能完整无浪费，适配单身青年、两口之家；65m²两室两厅户型，中间套方正通透、玄关收纳完善，边套三面采光且配备超宽观景飘窗，起居动线流畅，适配三口之家刚需群体；75m²两室两厅户型定位品质刚改，中间套玄关保障私密性、南北卧室带全景飘窗，边套三面采光、U型厨房适配多元烹饪，主卧增设衣帽间实现功能与舒适度升级，适配品质刚改群体；85m²2+1房两室三厅户型采用一梯两户纯板式结构，南北对流、动静分区清晰，餐厨客阳一线相连，独立书房适配多元需求，全周期居住适配性强，适配二孩家庭、三代同堂。

项目最终凭借高品质房型设计、规范的空间尺寸把控、优良的自然环境导入效果与贴合上海气候的适配设计，斩获第十二届“上海市优秀住宅”金奖，得到行业权威评审与市场的高度认可。



图8 大家美颂项目第十二届上海市优秀住宅金奖获奖牌匾

4 中小户型房型设计协同优化的核心策略

结合大家美颂项目落地经验，针对中小户型住宅房型设计，总结五大可复制的协同优化策略，为行业同类项目提供参考，重点兼顾上海气候适配与自然环境导入，确保设计合规合理。

4.1 以人为本的功能前置策略

房型设计的本质是“为人服务”，需摒弃“先画户型、后填功能”的误区，坚持功能前置。设计前期深入调研目标客群家庭结构、生活习惯与核心需求，以真实居住行为为核心，反向推导空间划分与动线规划。对于中小户型，优先保障睡眠、烹饪、洗漱等基础核心功能完整，再结合客群需求拓展多元功能，杜绝为造型噱头牺牲核心功能。

4.2 空间关系的效率优先策略

中小户型设计核心是“向空间要效率”。一是严控无效交通面积，通过空间一体化设计实现交通面积共用，减少单独过道、走廊设置，提升套内面积使用率；二是实现空间边界柔性化，通过多功能房、可变动墙体等设计，适配家庭结构全周期变化，延长户型生命周期；三是适配上海亚热带季风气候，坚持全明设计，打造大面宽、多南向采光面，优化南北通风布局，促进自然通风，将自然环境充分导入户内，实现节能省地与居住舒适度双赢。

4.3 生活动线的极简无扰策略

生活动线设计遵循“短、顺、分”核心准则：“短”

即严控动线长度，减少无效行走，缩短功能空间联动路径；“顺”即贴合居民日常行为习惯，无折返、无遮挡，确保动线节点接收自然采光与通风，让自然环境融入日常行为；“分”即实现家务、起居、私密三线分离，避免动线交叉，保障公共与私密空间互不干扰，结合上海气候特点，兼顾通风采光，缓解夏季闷热、梅雨季潮湿问题。

4.4 细节化的人性化适配策略

户型居住品质体现在细节设计上，需充分考虑居住全场景需求，如卧室预留固定衣橱位、入户设置充足收纳、厨卫预留标准化设备安装位、飘窗拓展功能场景、卫生间适配适老化与适幼化需求等。同时，细节设计需贴合上海气候，如卫生间、厨房增设通风口与可开启外窗强化自然通风，阳台设置落地窗最大化引入光线，墙面采用防潮材质缓解梅雨季潮湿，这些细节是协同设计落地与自然环境导入的关键，直接决定居民居住幸福感。

4.5 绿色低碳的可持续设计策略

上海住宅建设发展导向，将绿色低碳理念贯穿设计全流程。通过优化空间朝向与开窗设计，打造大面宽、多南向采光面，优化南北通风，降低采暖制冷能耗，适配上海气候；应用节水型器具、环保建材，降低住宅全生命周期资源消耗；采用装配式与全装修一体化设计，减少施工建筑垃圾，实现可持续发展，让中小户型既适配当下居住需求、贴合上海气候、充分

引入自然环境，又契合未来城市住宅发展方向。

5 结论与展望

中小户型住宅作为上海住房市场核心供给品类，其房型设计的核心是实现室内空间关系、居住功能性、生活动线的深度协同，同时需遵循本地设计规范，贴合上海气候特征，强化自然环境导入，让采光、通风等自然元素充分融入户内。其中，室内空间关系是功能落地的载体，居住功能性是设计核心目标，生活动线是连接二者的纽带，三者缺一不可；本地规范是设计合规基础，气候适配与自然环境导入是提升居住舒适度的关键。上海大家美颂项目通过功能前置、空间效率优化、动线极简无扰、细节人性化适配的设计，严格契合本地住宅设计规范，强化大面宽采光与南北通风，贴合上海亚热带季风气候，在有限面积内实现功能完整、空间舒适、动线高效、合规合理的统一，获得行业与市场双重认可，为同类型项目提供可复制经验。

随着“人民城市人民建”理念深化，住宅设计将全面回归居住本质，更加关注居民真实需求、本地规范落实及与地域气候、自然环境的适配性。作为室内设计从业者，将秉持以人为本的初心，持续探索中小户型空间、功能、动线的协同优化路径，严格遵循本地规范，深度适配上海气候，强化自然环境导入，结合绿色低碳、智慧家居发展趋势，打造更多适配新时代需求的高品质住宅，为上海住宅建设高质量发展贡献力量。

参考文献:

- [1] 周燕珉.住宅精细化设计[M].北京:中国建筑工业出版社,2016.
- [2] 刘东卫,张宏.住宅产业化背景下的中小户型设计策略[J].建筑技艺,2019(7):56-61.