

天津市幼儿教育研究室编

幼儿体育游戏



天津教育出版社

幼儿体育游戏

天津教育出版社

(津)新登字006号

幼儿体育游戏

天津市幼儿教育研究室 编

天津教育出版社出版
(天津市张自忠路189号)
新华书店天津发行所发行
河北省乐亭县印刷厂印刷

787×1092毫米 32开 6.875印张 146千字

1993年2月第1版

1993年2月第1次印刷

印数 1—3350

ISBN 7-5309-1520-7

G·1233 定价: 2.60元

编者的话

国家教委颁布的《幼儿园工作规程》(试行)中明确指出,要积极开展适合幼儿的体育活动,以促进幼儿身体的正常发育和机能的协调发展,增强体质和参加体育活动的兴趣。游戏是对幼儿进行全面发展教育的重要形式。体育游戏更有其健身、益智、崇德、促美之特殊功能。为了丰富幼儿体育活动的內容,便于广大幼儿教师与家长因地制宜地选择适合于幼儿身心发展特点的各种体育游戏活动,天津市幼儿教育研究室特组织编写了这本《幼儿体育游戏》。

本书分为幼儿园体育游戏和家庭体育游戏两大部分,每部分又包括室外体育游戏与室内体育游戏,并兼顾按运动项目与动作性质分类,如基本动作游戏,球类游戏,利用各种器械的游戏,玩沙、玩水的游戏等等。这种独特新颖的分类方法,既便于选择应用,又体现了游戏材料的多功能和可变性,真正体现了一物多玩的特色。在各类游戏中,既有集体游戏、分组竞赛游戏,又有三三两两的各种分散性游戏。本书不仅搜集、整理、改编、创编了适合于我国各年龄幼儿特点的国内游戏、民间游戏,而且还选编了部分国外游戏。内容丰富,形式多样,富有情趣,实用性强,不仅能吸引幼儿积极参加体育活动,提高他们对体育活动的兴趣,使之在锻炼身体,发展动作,发展素质,提高活动能力,增强体质的

同时，发展语言，训练思维，萌发美感，培养良好品德、性格与习惯，充分体现了寓教于乐之中，有利促进幼儿身心和谐的发展。

本书可供各类型幼儿园（班）教师和广大幼儿家长根据各自的环境条件及幼儿发展水平选择使用。也可在此基础上因地制宜地改编、创编更多、更好的体育游戏教材，实为广大幼儿教师与家长为培养身心俱健、活泼开朗的理想人才的重要参考教材。

参加编写本书的有天津幼儿师范学校的陈冬华，天津幼儿教育研究室的傅桂龄、徐军，天津北辰幼儿园的张淑兰。天津幼儿教育研究室郑云阁主编，吴寿茹审定。本书在编写过程中得到了天津市部分幼儿园的大力支持与帮助，天津教育科学院郑礼为本书翻译了部分美国体育游戏教材。在此一并表示感谢。本书不足之处，敬请读者指正。

目 录

幼儿园游戏

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 一 室外游戏..... 3 | 17 捕蝇器15 |
| (一) 基本动作游戏..... 3 | 18 运动员集合 15 |
| 1 拉着小车走 3 | 19 “8”字接力赛17 |
| 2 踏着脚印跟踪走 3 | 20 长臂人18 |
| 3 齐心协力握棒走 5 | 21 推小车18 |
| 4 猜拳跨步走 6 | 22 穿过小树林19 |
| 5 顶棍 6 | 23 取豆种豆20 |
| 6 熊猫吃笋 7 | 24 蜈蚣跳21 |
| 7 夺球 8 | 25 小猎人21 |
| 8 一切行动听指挥 9 | 26 龟兔赛跑22 |
| 9 滑稽人给盲人引路
..... 9 | 27 龙跳23 |
| 10 叫号赛跑10 | 28 打敌机23 |
| 11 蜻蜓追捉蚊子11 | 29 喂河马24 |
| 12 占圈11 | 30 攻打炮台24 |
| 13 击鼓跑步找数12 | 31 投准接力25 |
| 14 吹口袋13 | 32 羊群入圈26 |
| 15 丛林松鼠13 | 33 拉网接物28 |
| 16 占据点14 | 34 看谁投得准29 |
| | 35 抛接降落伞29 |
| | 36 狗熊投球30 |

37 勤劳的马	30	63 找朋友	51
38 踢毽	32	64 雨中取物	52
39 雨天送蛋	32	65 我和老师同锻炼	54
40 木棍追人	33	66 小松鼠运核桃	55
41 啄木鸟吃虫	33	67 小动物换窝	56
42 送小猪回家	35	68 按信号找图形	57
43 少林武功	35	69 看谁学得对	57
44 摆渡过河	36	70 小红军	58
45 埋地雷	36	71 扫房子	59
46 我为花儿来浇水	37	72 通过障碍举红旗	60
47 野兔和猎犬	38	73 把红旗插到南极	61
48 吹球	39	74 钻窗户	63
49 企鹅学本领	40	75 快乐的炊事员	63
50 比比哪队快	40	(二) 球类游戏	64
51 穿桥洞	41	1 拍球比赛	64
52 通过封锁线	42	2 花样拍球	65
53 小鸟和鸟笼	43	3 接着拍	66
54 蚂蚁背豆	44	4 直线运球	67
55 小猫玩球	45	5 曲线运球	68
56 夺红旗	46	6 圆圈运球赛	69
57 狼和小羊	47	7 手脚交替拍球	71
58 开坦克	48	8 滚接球	71
59 突围	48	9 花样抛接球	74
60 拉网捕鱼	49	10 运西瓜	74
61 勇敢的消防队员	50	11 接小球	76
62 三人摘果	50	12 球入网兜	76

13 反弹抛接球	77	39 踢双球	96
14 叫号抛接球	78	(三) 沙包游戏	97
15 投篮比赛	78	1 抛接包	97
16 击活动目标	79	2 投包	98
17 背篓投球	80	3 打仗	99
18 击球出圈	80	4 投数比赛	100
19 小球击大球	82	5 踢包	101
20 袋鼠接蛋	83	6 踢一踢、走一走	101
21 猪八戒吃苹果	84	7 夹沙包	101
22 托气球	85	8 夹包跳	102
23 流星锤	86	9 顶包	103
24 踢球入门	86	10 抢甩包	103
25 三脚架足球	88	11 不掉包	104
26 看谁踢得准	88	12 守住小布包	104
27 夹球走(跳)	89	13 抢包	105
28 夹球投准	89	14 拨沙包	105
29 海豹顶球	90	(四) 圈的游戏	105
30 海狮跳球	90	1 花样套圈	105
31 采珍珠	90	2 套圈接力赛	106
32 勇敢球	91	3 耍圈	107
33 托举运球	92	4 推滚圈	107
34 单手运球	93	5 抛接圈	108
35 青蛙运球	93	6 甩小环	108
36 运球接力赛	94	7 脚翻环	109
37 抬球接力赛	95	8 勾接环	109
38 齐心协力	95	9 仰卧拉圈	109

10 藤圈套腿走	110
11 翻圈	110
12 开火车	111
13 钻地道	111
14 欢乐的小矿工	111
15 渡河	112
16 花样跳圈	113
17 捉兔	114
(五) 绳子游戏	115
1 双脚跳	115
2 体侧“8”字绕环 跳	116
3 头上脚下“8”字 绕环跳	116
4 双人跳	116
5 快快跳起来	117
6 跳蛇	117
7 小兔拔萝卜	117
8 救小山羊	118
9 绕绳赛	118
10 马缰绳	119
11 跳绳接力赛	119
12 跑得快、跳得好	120
13 跳长绳	120
14 过三关	120
15 围捉小牛	121

16 搂草打兔子	121
(六) 小垫子游戏	122
1 短腿走	122
2 滚人球	122
3 打滚	122
4 蚯蚓爬行	122
5 海象爬行	122
6 蚂蚁钻洞	123
7 垫下钻爬	123
8 翻山越岭	123
9 兔蹦	123
10 蛙跳	124
11 开合跳垫	124
12 左右跳上跳下	124
13 跳垫子	124
14 跨垫子	125
15 跳卷垫	125
16 推拉卷垫	127
17 二人协同练习	128
18 对抗性游戏	129
(七) 积木游戏	130
1 跳越积木	130
2 跨越积木	131
3 踏木行进	131
4 跳上跳下	131
5 在积木上行进	132

6 结伴行进	132
7 踢球过门	133
8 绕木接力赛	133
9 我为亚运盖新房 ..	133
10 登长城	134
(八) 纸的游戏	135
1 落叶	135
2 纸追踪	136
3 顶纸竞走	136
4 贴身跑	137
5 放“风筝”	138
6 捉带子	138
7 木筏游戏	139
8 小青蛙跳荷叶	140
9 跳“冰河”	141
10 跳高	141
11 跳栏	142
12 转身跳跃	143
13 纸团投远	143
14 纸团追人	143
15 火箭上天	144
16 穿越隧道	144
17 匍匐前进	144
18 拣果果	145
19 穿环比赛	146
20 踩尾巴	147

21 报纸托球	147
22 纸帽	148
23 纸棍游戏	149
(九) 梯子游戏	150
1 走的游戏	150
2 跳的游戏	150
3 钻爬梯子	151
4 拱桥游戏	151
5 玩吊云梯	151
(十) 轮胎游戏	152
1 滚圈	152
2 钻圈	152
3 套圈	153
4 跳圈	153
5 踩拉圈	154
6 轮胎滑行车	154
(十一) 沙子游戏	154
1 踩沙	154
2 搂沙土	155
3 包沙包	155
4 画图案	155
5 运沙	155
6 秤沙	155
7 磕点心	156
8 建长城	156
9 挖地道	156

10 盖房子	156
11 找豆豆	157
12 装运粮食	157
13 种植	157
14 挖陷井	158
15 画圈找物	158

(十二) 水的游戏..... 158

1 沉浮	158
2 打水枪	158
3 看谁灌得快	159
4 钓鱼	159
5 双手捧水	159
6 给娃娃洗澡	160
7 海绵挤水赛	160
8 亲亲我自己	130
9 水中捞珠	131
10 踏水	161
11 打水仗	162
12 鳄鱼吹泡儿	162
13 动物嬉水	162
14 腿打水	163
15 漂浮	163
16 找宝	163
17 打水漂	163

(十三) 雪的游戏..... 164

1 滚雪球	164
-------------	-----

2 印脚印	134
3 打雪仗	134
4 扫雪和堆雪	134
5 做雪糕	134
6 坐雪橇	165
7 堆雪人	165
8 雪球打靶	165

(十四) 民间游戏..... 165

1 不放脚	165
2 编花篮	166
3 放风筝	136
4 一轱辘圈	136
5 一二三四五	167
6 拔根	167
7 跳九格	167
8 抽陀螺	168
9 踢罐电报	168
10 跳房子	169
11 跳皮筋	170
12 滚铁环	171
13 踢毽子	171
14 荡秋千	172
15 抖空竹	172
二 室内游戏.....	173
1 吹乒乓球赛	173
2 夹球赛	173

3	雪球入杯.....	173
4	捞元宵.....	174
5	扣老鼠.....	174
6	颗粒归仓.....	175
7	小鸭过桥洞.....	176
8	吹鸡毛.....	176
9	吹蜡烛.....	177
10	芭蕉扇.....	177
11	套凳脚.....	177
12	蒙眼贴物.....	177
13	盲人摸象.....	178
14	黑夜旅行.....	179
15	取奖品.....	179
16	黑夜过岗哨.....	179
17	黑夜找朋友.....	180
18	黑夜捉鸭.....	180
19	小象摇铃.....	180
20	锣鼓齐鸣.....	180
21	看他背上有啥.....	181
22	顶碗.....	182
23	卷席筒.....	182
24	移位报数.....	182
25	击鼓传物.....	183
26	赛马.....	183
27	占四角.....	183
28	看谁先拉绳.....	184

29	帮助娃娃.....	184
30	急摸四位.....	185
31	摸耳摸鼻.....	185
32	练体操.....	186
33	小小旅游团.....	186
34	青蛙跳水.....	187
35	骑毛驴比赛.....	187
36	老虎打盹.....	187
37	艰难的旅行.....	188
38	有趣的签名.....	188
39	吹足球赛.....	189
40	风车飞转.....	189
41	“小白兔”送水.....	189
42	铃儿响叮当.....	190
43	“猫”和“狗”.....	190
44	扔“毒”豆袋.....	190

家庭游戏

一	室内游戏.....	193
(一)	床上游戏.....	193
1	蹦蹦床.....	193
2	滚来滚去.....	193
3	跪走.....	193
4	蹬来蹬去.....	193
5	摇船.....	193
6	手脚体后支撑走.....	194
7	跳水.....	194

8 小马运粮.....	194
9 蹬技.....	194
10 翻枕越被.....	194
11 吊车.....	195
(二) 地上游戏	195
1 拔萝卜.....	195
2 小马拉大车.....	195
3 听指挥.....	195
4 找对方向.....	195
5 捉阳光.....	196
6 跳进苹果园.....	196
7 摘星星.....	196
8 捉影子.....	196
9 跳来跳去.....	196
10 跳高台.....	197
11 走“钢丝”	197
12 小兔子.....	197
13 顶物走.....	198
14 转圈圈.....	198
15 小企鹅.....	198
16 分腿坐接龙.....	198
17 盲人找娃娃.....	199
18 小球回家.....	199
19 节节高.....	199
20 打坏蛋.....	199
21 荡秋千.....	200

22 窝里的狗.....	200
二 室外游戏	201
1 拾树叶.....	201
2 穿过小树林.....	201
3 花样走.....	201
4 捉迷藏.....	201
5 捉影子.....	202
6 走小路.....	202
7 跳花砖.....	202
8 小兔子上山.....	202
9 爬山.....	203
10 放风筝.....	203
11 拿着小风车跑.....	203
12 跳图形.....	203
13 捉泡泡.....	204
14 投飞标.....	204
15 打纸球.....	204
16 小骑兵.....	204
17 找目标.....	205
18 过小河.....	205
19 传皮球.....	205
20 排地雷.....	206
21 踢空罐.....	206
22 骑三轮车.....	206

幼儿园游戏

一、室外游戏

(一) 基本动作游戏

1. 拉着小车走

目的:

让幼儿练习向同一方向走,培养幼儿正确的走路姿势。

准备:

各种带小轮子的车(可以是动物的、交通工具的)若干个。

玩法:

按小车的多少可分组进行或同时进行。

幼儿拉着小车站起点线后。然后一起说儿歌:“小朋友快快来,拉着小车来比赛,看谁走得快。”说完儿歌后,拉着小车向前走,到达指定地点后,教师可领幼儿自由活动,听到信号后返回起点线。

此游戏可反复进行。当游戏熟悉后,可分组进行比赛。

2. 踏着脚印跟踪走

目的:

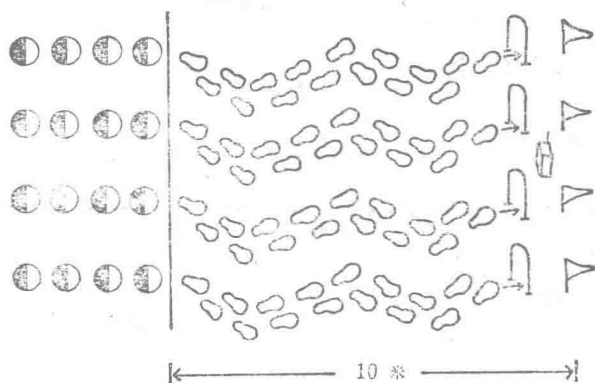
练习曲线走,发展幼儿动作的灵敏性、准确性及平衡能力。

准备:

(1) 用小积木搭成一个发报机、拱形门四个、小旗四面。

(2) 场地布置如下图。在10米长的场地上,画上四条

曲线形的脚印（各种动物脚印亦可）。



玩法：

将全体幼儿分成人数相等的四队，分别站在起点线后。每队第一名幼儿听到信号，开始按曲线形的脚印走，走到拱形门处钻过“山洞”，拿起本队小旗摇动后，跑回本队排尾站好。第二名幼儿看到本队小旗摇动后开始按脚印前进，第二名幼儿以同样方法钻过“山洞”，拿起小旗摇动，让第三名幼儿前进。依此类推。当最快一队的最后一名幼儿做完动作后，迅速跑到终点抱起发报机。以抱起发报机的一队为胜。

规则：

（1）幼儿必须踩着曲线脚印走。

（2）前一名幼儿钻过“山洞”摇旗后，下一名幼儿才可开始踩着脚印走。