

幼儿园阳光体育

创新游戏活动

小班

郎明琪 陈培燕 主编



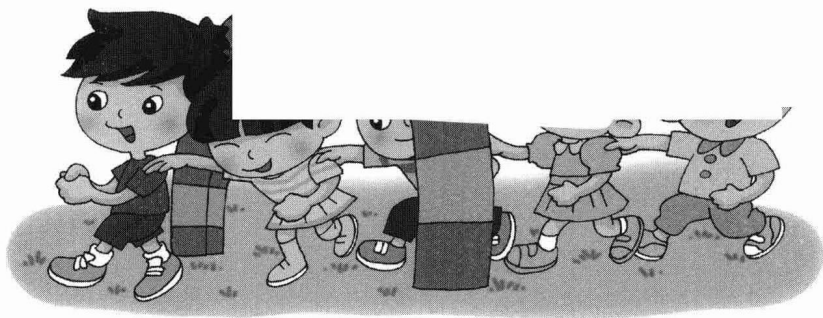
农村读物出版社

幼儿园阳光体育

创新游戏活动

小班

郎明琪 陈培燕 主编



农村读物出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿园阳光体育创新游戏活动. 小班 / 郎明琪, 陈培燕主编. —北京: 农村读物出版社, 2009. 12

ISBN 978-7-5048-5314-1

I. 幼… II. ①郎…②陈… III. 游戏课—学前教育—教学参考资料 IV. G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 225323 号

责任编辑	邹建源 刘育梅
出版	农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100125)
发行	新华书店北京发行所
印刷	北京中兴印刷有限公司
开本	720mm×960mm 1/16
印张	16.5
字数	306 千
版次	2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月北京第 1 次印刷
印数	1~6 000 册
定价	32.00 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

主编：郎明琪	陈培燕		
编委：金幼中	王 岚	鲁锡红	于 静
安 昕	张雪莲	申桂红	吴欣萍
任树娴	戚 伟	孙 洁	张 静
朱 洁	吴丽娟	张春华	博红艳
王 晖	周爱玲	张月玲	张婷婷
胡杰颖	张 艳	孟春燕	汪旭峰
李 红	李 奕	禹 耘	陈蕾倩
刘亚明	何桂香		



前言



《幼儿园阳光体育创新游戏活动》是以《幼儿园教育指导纲要》为指导，应学前教育发展需要和一线教师工作需要进行的创编的。本套书集中了学前教育专职教研人员和体育特色幼儿园优秀园长、教师的宝贵经验和创新智慧，再现了许多体育活动中的成功研究课例、观摩课例和评优课例。整个创编过程是以相关理念和要求为依据、以近几年幼儿园体育方面的实践研究成果为载体的整合过程。在最后形成本书时，参与创编的教师和了解此书特点和编写团队情况的教师们抒发了发自内心的感慨：我们太想及时用上这套书了。

教师们之所以急切地盼望这套书的出版，是因为本书具有应时性、科学性、趣味性、创新性和操作性的特点：

1. 应时性——该书既是体现“阳光体育工程”作为实施政府行为的具体化，又是体现幼儿园基层教育工作新要求的实践引领。

2. 科学性——该书以《幼儿园教育指导纲要》为理论依据，充分考虑到幼儿的年龄特点、发展需要和幼儿体育活动的特质（如体育活动的动静交替、马鞍型的活动量、紧凑并富有变化节奏的活动密度等），对《纲要》健康领域中体育活动学期目标进行了月目标分解、周计划安排、日活动设计。在此基础上形成与之适应的小、中、大三个年龄班共 384 个体育游戏活动。

3. 趣味性——该书中的每一个体育活动名称都是生动的儿童化游戏名称；每一个体育活动过程都有符合年龄特点和体育特质的新奇导入、情景创设、材料吸引和进行中的有趣环节（关键环节配有照片）。

4. 创新性——该书区别于同类书的创新点是：可查可检的发展目标、探索性的提问设计、拓展性的游戏玩法、点拨性的关键经验、整合性的体能开发、多样性的活动形式、互动性的现场调整和活动后的反思后记等。

5. 操作性——该书的框架结构是一种体现“能看得见的教育行为”的主旨，旨在解放教师，共享新的研究成果资源，一般教师可以拿来就能用，新教师可以在边学、边试中学会应用。由于操作性比较强，教师可以把精力更多地关注在研究孩子身上。

教师们之所以急切地盼望本书的出版，也源于本书编写团队专业人员的优质组



合。编写团队由专职教研人员和三所北京市体育特色幼儿园（认定挂牌）和两所民间游戏特色幼儿园的园长和骨干教师组成。他们均有承担市区体育研究、成果推广和参与编写学前教育研究与实践的经历。呈现给每一位读者的游戏活动均是经过研究实践与反思后按照编写体例形成的。

为了让读者们更明确本书的好用和用好，特做以下说明：

1. 本套书共有3本，每个年龄班1本。每个年龄班分为第一、第二两个学期，每学期有4个月目标分解，在每个月目标下呈现4个周安排，每个周安排中设有4个活动，这4个活动均包括两个集体体育教学活动、一个分散体育活动和一個民间体育活动。

2. 在每周的4个活动中，每个活动除了各具的基本内容外，我们既增加了对应活动过程中“幼儿表现”的记录表格和“即时调整”的记录表格，又增加了活动后的反思等内容。在这里既强调了对游戏活动的直接运用，又强调了对游戏活动灵活运用的实效作用。这也是本套书的一个亮点。

3. 每月的活动目标和周计划安排是根据幼儿体能发展特点和季节特点研究形成的，教师可做顺序上的弹性调整，也可根据自己幼儿园的具体情况选择运用，合理留出复习和练习的时间。

《幼儿园阳光体育创新游戏活动》将通过每天的阳光体育创新游戏活动，有效地促进每一个孩子、每一位教师健康和谐发展；将带给幼儿园孩子和教师们阳光的沐浴、阳光的心态、阳光的释放！

郎明琪



前言

第 一 学 期

第一章 九月份教学日程月目标周计划	3
九月份教学活动目标	3
第一周	4
活动一 走走走（集体游戏）	张春华 4
活动二 跟着小旗走（集体游戏）	张春华 5
活动三 好玩的小花包（分散游戏）	张春华 7
活动四 吹泡泡（民间游戏）	张婷婷 8
第二周	10
活动一 变换动作走一走（集体游戏）	张春华 10
活动二 小鸡快快跑（集体游戏）	王 晖 12
活动三 听话的纸球（分散游戏）	王 晖 14
活动四 找朋友（民间游戏）	张婷婷 15
第三周	17
活动一 小狗汪汪（集体游戏）	吴丽娟 17
活动二 小猫喵喵（集体游戏）	吴丽娟 19
活动三 小猴盖房子（分散游戏）	孙 莉 21
活动四 揪尾巴（民间游戏）	张婷婷 22
第四周	24
活动一 学小动物走路（集体游戏）	张春华 24
活动二 有趣的推拉玩具（集体游戏）	张春华 26
活动三 沙包真有趣（分散游戏）	博红艳 28
活动四 踩影子（民间游戏）	张婷婷 29



第二章 十月份教学日程月目标周计划 32

十月份教学活动目标 32

第一周 33

活动一 爱护小树（集体游戏） 博红艳 33

活动二 聪明的小鸡（集体游戏） 王 晖 35

活动三 快乐的球宝宝（分散游戏） 韩 莹 37

活动四 兵板（民间游戏） 张婷婷 39

第二周 41

活动一 汽车总动员 1（集体游戏） 王 晖 41

活动二 汽车总动员 2（集体游戏） 王 晖 43

活动三 快乐的小流星（分散游戏） 张春华 45

活动四 包饺子（民间游戏） 张婷婷 46

第三周 48

活动一 快乐的小猴子（集体游戏） 张春华 48

活动二 秋风和树叶（集体游戏） 王 晖 50

活动三 拍球游戏（分散游戏） 博红艳 52

活动四 冰棍化了（民间游戏） 张婷婷 53

第四周 55

活动一 小球球钻洞洞（集体游戏） 韩 莹 55

活动二 小小飞行员（集体游戏） 张春华 57

活动三 熊猫玩球（分散游戏） 张春华 59

活动四 老鹰捉小鸡（民间游戏） 张婷婷 61

第三章 十一月份教学日程月目标周计划 63

十一月份教学活动目标 63

第一周 64

活动一 快乐的小司机（集体游戏） 张春华 64

活动二 蚂蚁搬豆（集体游戏） 张春华 66

活动三 小乌龟捉鱼（分散游戏） 孙 莉 67

活动四 木头人（民间游戏） 张婷婷 68

第二周 70

活动一 小老鼠上灯台（集体游戏） 博红艳 70

活动二 小鲤鱼跳龙门（集体游戏） 博红艳 72



活动三 小风车转转转（分散游戏）	李 洪	73
活动四 小马过河（民间游戏）	张婷婷	75
第三周		78
活动一 小兔拔萝卜（集体游戏）	张春华	78
活动二 小狮子练本领（集体游戏）	李 洪	80
活动三 快乐的小司机（分散游戏）	李 洪	82
活动四 老狼老狼几点了（民间游戏）	张婷婷	84
第四周		86
活动一 小兔乖乖—采蘑菇（集体游戏）	朱 洁	86
活动二 小熊运粮食（集体游戏）	李 洪	90
活动三 金箍棒大变身（分散游戏）	王 晖	92
活动四 狡猾的狐狸（民间游戏）	张婷婷	93
第四章 十二月份教学日程月目标周计划		96
十二月份教学活动目标		96
第一周		97
活动一 帮助小猴子运果子（集体游戏）	韩 莹	97
活动二 灵巧的小兔（集体游戏）	韩 莹	99
活动三 推小车（分散游戏）	李 洪	102
活动四 小兔运萝卜（民间游戏）	张婷婷	103
第二周		105
活动一 能干的小企鹅（集体游戏）	李 洪	105
活动二 兔宝宝向后跳跳跳（集体游戏）	韩 莹	108
活动三 玩圈游戏（分散游戏）	韩 莹	110
活动四 小竹马（民间游戏）	张婷婷	111
第三周		113
活动一 小狗真聪明（集体游戏）	韩 莹	113
活动二 小企鹅运冰块（集体游戏）	韩 莹	115
活动三 好玩的魔术棍（分散游戏）	博红艳	117
活动四 跳房子 1（民间游戏）	张婷婷	118
第四周		120
活动一 小兔抱抱（集体游戏）	王 晖	120
活动二 小兔乖乖—拔萝卜（集体游戏）	朱 洁	122
活动三 小小圆盘变变变（分散游戏）	张春华	125



活动四 红灯绿灯小白灯（民间游戏）	张婷婷	127
-------------------------	-----	-----

第 二 学 期

第五章 三月份教学日程月目标周计划		133
-------------------------	--	-----

三月份教学活动目标		133
-----------------	--	-----

第一周		134
-----------	--	-----

活动一 奥运小球星 1（集体游戏）	朱 洁	134
-------------------------	-----	-----

活动二 奥运小球星 2（集体游戏）	朱 洁	136
-------------------------	-----	-----

活动三 夹夹跳（分散游戏）	朱 洁	138
---------------------	-----	-----

活动四 蚂蚁搬豆（民间游戏）	张婷婷	140
----------------------	-----	-----

第二周		142
-----------	--	-----

活动一 聪明的小鳄鱼（集体游戏）	博红艳	142
------------------------	-----	-----

活动二 小兔乖乖—收白菜（集体游戏）	朱 洁	143
--------------------------	-----	-----

活动三 快乐的小海豹（分散游戏）	朱 洁	146
------------------------	-----	-----

活动四 小渔夫（民间游戏）	张婷婷	148
---------------------	-----	-----

第三周		150
-----------	--	-----

活动一 小蚂蚁运粮食 1（集体游戏）	博红艳	150
--------------------------	-----	-----

活动二 小蚂蚁运粮食 2（集体游戏）	博红艳	152
--------------------------	-----	-----

活动三 幸福快车（分散游戏）	朱 洁	154
----------------------	-----	-----

活动四 城门城门几丈高（民间游戏）	张婷婷	156
-------------------------	-----	-----

第四周		158
-----------	--	-----

活动一 小鼯鼠运粮食 1（集体游戏）	博红艳	158
--------------------------	-----	-----

活动二 小鼯鼠运粮食 2（集体游戏）	博红艳	160
--------------------------	-----	-----

活动三 照镜子（分散游戏）	朱 洁	162
---------------------	-----	-----

活动四 巡逻兵（民间游戏）	张婷婷	164
---------------------	-----	-----

第六章 四月份教学日程月目标周计划		166
-------------------------	--	-----

四月份教学活动目标		166
-----------------	--	-----

第一周		167
-----------	--	-----

活动一 帮助兔奶奶（集体游戏）	华冬梅	167
-----------------------	-----	-----

活动二 打灰狼（集体游戏）	孙 莉	169
---------------------	-----	-----

活动三 小鸟飞得高（分散游戏）	孙 莉	171
-----------------------	-----	-----

活动四 小风车 转转转（民间游戏）	张婷婷	172
-------------------------	-----	-----



174

第二周 174

活动一 红飞镖 绿飞镖 (集体游戏) 孙 莉 174

活动二 看谁投得远 (集体游戏) 吴丽娟 176

活动三 小飞机飞上天 (分散游戏) 吴丽娟 178

活动四 炸碉堡 (民间游戏) 张婷婷 179

第三周 181

活动一 学做小姚明 (集体游戏) 孙 莉 181

活动二 勇敢的小兔 (集体游戏) 吴丽娟 183

活动三 飞飞飞 (分散游戏) 吴丽娟 184

活动四 小猫捉鱼 (民间游戏) 张婷婷 186

第四周 187

活动一 运西瓜 1 (集体游戏) 吴丽娟 187

活动二 运西瓜 2 (集体游戏) 吴丽娟 189

活动三 有趣的筒宝宝 (分散游戏) 张春华 190

活动四 飞盘飞 (民间游戏) 张婷婷 192

第七章 五月份教学日程月目标周计划 194

五月份教学活动目标 194

第一周 195

活动一 穿大鞋 (集体游戏) 孙 莉 195

活动二 和球宝宝做游戏 (集体游戏) 于 静 197

活动三 抛接球游戏 (分散游戏) 博红艳 198

活动四 运豆豆 (民间游戏) 张婷婷 199

第二周 201

活动一 捡糖果 (集体游戏) 孙 莉 201

活动二 快乐的小乌龟 (集体游戏) 张春华 203

活动三 杂技表演 (分散游戏) 孙 莉 205

活动四 赶小猪 (民间游戏) 张婷婷 207

第三周 209

活动一 能干的小山羊 (集体游戏) 李 洪 209

活动二 小刺猬捡水果 (集体游戏) 李 洪 211

活动三 好玩的魔毯 1 (分散游戏) 王 晖 213

活动四 小螃蟹过桥 (民间游戏) 张婷婷 215

第四周 217



活动一 小猴摘桃子（集体游戏）	李 洪	217
活动二 小花猫练功忙（集体游戏）	李 洪	218
活动三 好玩的魔毯 2（分散游戏）	王 晖	220
活动四 猫捉老鼠（民间游戏）	张婷婷	221

第八章 六月份教学日程月目标周计划 223

六月份教学活动目标 223

第一周 224

活动一 快乐小兔（集体游戏）	孙 莉	224
活动二 送给妈妈的吻（集体游戏）	博红艳	225
活动三 薯片罐儿—好朋友（分散游戏）	博红艳	227
活动四 套圈（民间游戏）	张婷婷	228

第二周 230

活动一 小乌龟运粮食（集体游戏）	韩 莹	230
活动二 战胜大灰狼（集体游戏）	博红艳	232
活动三 好玩的小花垫（分散游戏）	韩 莹	233
活动四 跳房子 2（民间游戏）	张婷婷	235

第三周 237

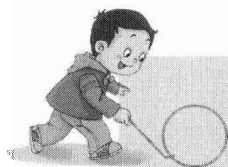
活动一 奥运小球星 3（集体游戏）	朱 洁	237
活动二 奥运小球星 4（集体游戏）	朱 洁	239
活动三 我和纸盒做游戏 1（分散游戏）	吴丽娟	241
活动四 吃毛桃（民间游戏）	张婷婷	242

第四周 244

活动一 送娃娃回家（集体游戏）	李 洪	244
活动二 有趣的绳子（集体游戏）	博红艳	246
活动三 我和纸盒做游戏 2（分散游戏）	吴丽娟	247
活动四 丢手绢（民间游戏）	张婷婷	249

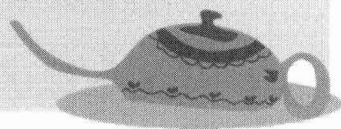
第一学期





第一章

九月份教学日程月目标周计划



九月份教学活动目标

1. 喜欢参加集体体育活动，感受运动游戏的快乐。
2. 喜欢跟着教师学做模仿操。
3. 能跟随集体做简单的走、跑游戏。
4. 掌握包的基本玩法，能尝试几种新的玩法。
5. 喜欢参加拟人化的民间体育游戏活动。
6. 在游戏中，知道不离开教师和同伴。



第一周



活动一

走 走 走

(集体游戏)

活动目标

1. 引导幼儿练习一个跟着一个走。
2. 激发幼儿对体育活动的兴趣。

活动准备

场地画一个大圆圈，直径大约 10 米。游戏时幼儿沿圆圈线走。

活动过程

教师活动	幼儿活动	互动调整
(一) 导入部分 跟随教师学习儿歌：“今天我们要一起来玩一个游戏。在玩这个游戏前，我们先要学习一首儿歌。” (二) 游戏过程 1. 幼儿四散地站在教师身旁。 2. 游戏开始，一起说儿歌：跟着老师向前走。教师边说儿歌边鼓励幼儿站成一路纵队，练习一个跟着一个走。 3. 教师带领幼儿由直线走成圆圈，沿场地圆圈走。 4. 游戏《小孩小孩真爱玩》。让幼儿触摸到墙壁、大树、等物体跟着教师走回来。 (三) 结束部分 跟着教师边说儿歌边变成一路纵队走向教室。 提示：幼儿在玩《小孩小孩真爱玩》游戏时，注意让幼儿触摸面积比较大的物体，以免相互拥挤。		

关键经验点拨

幼儿必须一个跟着一个在教师带领下，沿着场地走直线或圆圈。



重点难点突破

教师要注意自己的站位，使幼儿能够明显看到目标，沿着教师方向走直线或圆圈。

创新点

《小孩小孩真爱玩》的游戏可以让幼儿摸到任何一个物体后模仿小动物走回来。

附：

儿歌 1

都是听话的好朋友

走走走，走走走，
跟着老师向前走。
不掉队，不乱走，
都是听话的好朋友。

儿歌 2

小孩小孩真爱玩

小孩小孩真爱玩，
摸摸这儿，摸摸那儿，
摸摸大树走过来。
(或学学小猫走过来)

反思



活动二

跟着小旗走

(集体游戏)

活动目标

帮助幼儿练习排成一路纵队和一个跟着一个走。