

幼儿园阳光体育

创新游戏活动

大班

郎明琪 陈培燕 主编



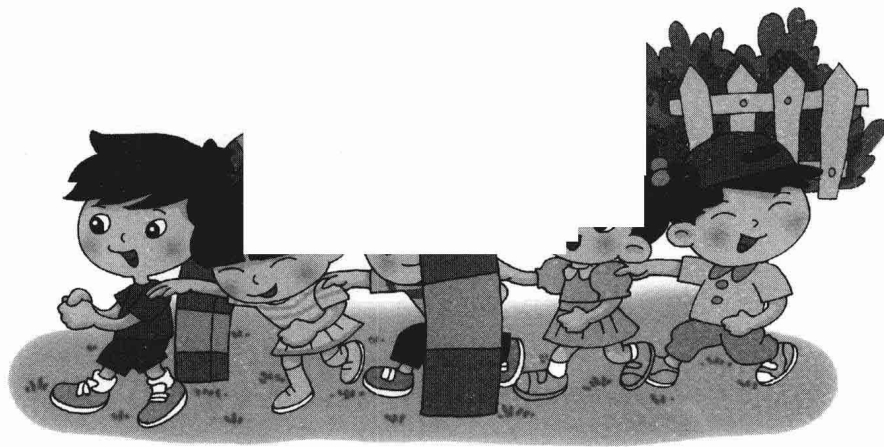
农村读物出版社

幼儿园阳光体育

创新游戏活动

大班

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. 大班 / 郎明琪, 陈培燕主编. —北京: 农村读物出版社, 2009. 12

ISBN 978-7-5048-5312-7

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 225329 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	17
字数	316 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	35.00 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

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 小鼯鼠钻山洞 (集体游戏)	王 晖 4
活动二 搭建山洞 (集体游戏)	汪旭峰 5
活动三 滚滚乐 (分散游戏)	张雪莲 7
活动四 贴人 (民间游戏)	张 艳 9
第二周	11
活动一 小小杂技演员 (集体游戏)	王 晖 11
活动二 不要让球掉下来 (集体游戏)	王 晖 13
活动三 爬网 (分散游戏)	王 红 15
活动四 大花轿 (民间游戏)	张 艳 16
第三周	18
活动一 小猴滚球过隧道 (集体游戏)	于 静 18
活动二 皮球钻山洞 (集体游戏)	于 静 20
活动三 变个花样玩滑梯 (分散游戏)	张雪莲 22
活动四 守城门 (民间游戏)	张 艳 25
第四周	27
活动一 超级保龄球 (集体游戏)	安 昕 27
活动二 小兵 向前冲! (集体游戏)	侯思晓 29
活动三 小推车的玩法多又多 (分散游戏)	戴 安 31
活动四 叫号击球 (民间游戏)	张 艳 33



第二章 十月份教学日程月目标周计划 35

十月份教学活动目标 35

第一周 36

活动一 快乐的跳舞毯 1 (集体游戏) 王 晖 36

活动二 快乐的跳舞毯 2 (集体游戏) 王 晖 38

活动三 趣玩羊角球 (分散游戏) 齐 彤 40

活动四 老鹰捉小鸡 (民间游戏) 张 艳 41

第二周 43

活动一 快乐的跳舞毯 3 (集体游戏) 王 晖 43

活动二 灌篮高手 (集体游戏) 王 晖 45

活动三 报纸玩法多又多 1 (分散游戏) 王 红 47

活动四 流星 (民间游戏) 张 艳 48

第三周 50

活动一 小小投弹兵 (集体游戏) 齐 彤 50

活动二 有趣的报纸游戏 (集体游戏) 于 静 52

活动三 报纸玩法多又多 2 (分散游戏) 王 红 53

活动四 跳皮筋 (民间游戏) 张 艳 55

第四周 57

活动一 小小侦察兵 1 (集体游戏) 安 昕 57

活动二 小小侦察兵 2 (集体游戏) 安 昕 59

活动三 瓶子变变变 (分散游戏) 张雪莲 61

活动四 编花篮 (民间游戏) 张 艳 62

第三章 十一月份教学日程月目标周计划 65

十一月份教学活动目标 65

第一周 66

活动一 好玩的报纸 (集体游戏) 王 红 66

活动二 风火轮转转转 (集体游戏) 王 晖 67

活动三 会飞的纸条 (分散游戏) 王 红 69

活动四 两人三足 (民间游戏) 张 艳 71

第二周 73

活动一 手拉手向前跑 (集体游戏) 王 红 73

活动二 寻宝总动员 (集体游戏) 戴 安 74



活动三 有趣的纸盘（分散游戏）	王 红	76
活动四 走高跷（民间游戏）	张 艳	77
第三周		80
活动一 勇过通天河（集体游戏）	赵春艳	80
活动二 巧渡通天河（集体游戏）	赵春艳	83
活动三 摇摇平衡板（分散游戏）	齐 彤	85
活动四 跳竹竿（民间游戏）	张 艳	86
第四周		88
活动一 小彩条飞起来（集体游戏）	于 静	88
活动二 大家一起来修桥（集体游戏）	侯思晓	90
活动三 沙包多玩（分散游戏）	齐 彤	92
活动四 迈大步（民间游戏）	张 艳	94
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 绳子变变变（集体游戏）	王 晖	97
活动二 小袋鼠跳跳跳（集体游戏）	王 晖	98
活动三 好玩的酸奶盒（分散游戏）	王 红	101
活动四 挑棍儿（民间游戏）	张 艳	102
第二周		104
活动一 数字格子跳跳跳（集体游戏）	侯思晓	104
活动二 变魔术的凳子（集体游戏）	张雪莲	106
活动三 跳绳乐（分散游戏）	齐 彤	108
活动四 套圈（民间游戏）	张 艳	110
第三周		112
活动一 夹包跳（集体游戏）	张 静	112
活动二 好玩的钻爬游戏 1（集体游戏）	安 昕	114
活动三 多变的纸棍（分散游戏）	齐 彤	116
活动四 舞龙（民间游戏）	张 艳	117
第四周		119
活动一 好玩的钻爬游戏 2（集体游戏）	安 昕	119
活动二 好玩的钻爬游戏 3（集体游戏）	安 昕	120
活动三 跳绳的玩法多又多（分散游戏）	戴 安	122



活动四 炸碉堡夺红旗 (民间游戏)	张 艳	123
-------------------	-----	-----

第 二 学 期

第五章 三月份教学日程月目标周计划	129
-------------------	-----

三月份教学活动目标	129
-----------	-----

第一周	130
-----	-----

活动一 捕鱼 (集体游戏)	王 红	130
---------------	-----	-----

活动二 勇敢的小兵 (集体游戏)	孙 秋	132
------------------	-----	-----

活动三 花样玩轮胎 1 (分散游戏)	齐 彤	134
--------------------	-----	-----

活动四 跳绳 (民间游戏)	张 艳	136
---------------	-----	-----

第二周	138
-----	-----

活动一 轮胎新玩 (集体游戏)	于 静	138
-----------------	-----	-----

活动二 快乐的搬运工 (集体游戏)	于 静	140
-------------------	-----	-----

活动三 花样玩轮胎 2 (分散游戏)	齐 彤	142
--------------------	-----	-----

活动四 金锁 银锁 (民间游戏)	张 艳	144
------------------	-----	-----

第三周	145
-----	-----

活动一 空中飞人 (集体游戏)	张雪莲	145
-----------------	-----	-----

活动二 叮铃铃的带电羊 (集体游戏)	张雪莲	147
--------------------	-----	-----

活动三 多变的布口袋 (分散游戏)	侯思晓	149
-------------------	-----	-----

活动四 好玩的翻绳 (民间游戏)	张 艳	150
------------------	-----	-----

第四周	152
-----	-----

活动一 跨跳大挑战 (集体游戏)	汪旭峰	152
------------------	-----	-----

活动二 勇敢的小青蛙 (集体游戏)	汪旭峰	153
-------------------	-----	-----

活动三 好玩的皮球 (分散游戏)	张雪莲	155
------------------	-----	-----

活动四 推小车 (民间游戏)	张 艳	157
----------------	-----	-----

第六章 四月份教学日程月目标周计划	159
-------------------	-----

四月份教学活动目标	159
-----------	-----

第一周	160
-----	-----

活动一 小球王 (集体游戏)	王 晖	160
----------------	-----	-----

活动二 我搭障碍练跨跳 (集体游戏)	王 红	161
--------------------	-----	-----

活动三 塑胶地垫魔术 (分散游戏)	张雪莲	163
-------------------	-----	-----

活动四 捕蛇 (民间游戏)	张 艳	165
---------------	-----	-----



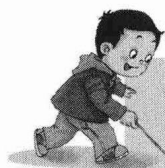
第二周.....	167
活动一 护送蛋宝宝（集体游戏）	安 昕 167
活动二 我们爱运动（集体游戏）	王 红 169
活动三 飞起来的塑料袋（分散游戏）	张雪莲 171
活动四 通电（民间游戏）	张 艳 172
第三周.....	174
活动一 我是小小运动员（集体游戏）	王 红 174
活动二 身体总动员（集体游戏）	张雪莲 176
活动三 小朋友爱玩的游戏（分散游戏）	张雪莲 178
活动四 快乐的小螃蟹（民间游戏）	张 艳 180
第四周.....	182
活动一 有趣的双人游戏（集体游戏）	王 娜 182
活动二 快乐的小球员（集体游戏）	鲁锡红 184
活动三 趣玩拱形门（分散游戏）	齐 彤 186
活动四 翻饼烙饼（民间游戏）	张 艳 188
第七章 五月份教学日程月目标周计划	190
五月份教学活动目标	190
第一周.....	191
活动一 游戏新玩 1（集体游戏）	安 昕 191
活动二 游戏新玩 2（集体游戏）	安 昕 193
活动三 玩沙游戏（分散游戏）	侯思晓 195
活动四 抓子儿（民间游戏）	张 艳 197
第二周.....	198
活动一 小战警（集体游戏）	张雪莲 198
活动二 小小救助队（集体游戏）	安 昕 200
活动三 神奇的大长巾（分散游戏）	王 红 202
活动四 跳房子（民间游戏）	张 艳 204
第三周.....	206
活动一 小熊斗怪兽（集体游戏）	刘 伟 206
活动二 蜈蚣走（集体游戏）	汪旭峰 208
活动三 “块块”乐乐（分散游戏）	侯思晓 210
活动四 脚尖脚跟脚尖踢（民间游戏）	张 艳 212
第四周.....	214



活动一 神奇的大红布（集体游戏）	安 昕	214
活动二 救援行动（集体游戏）	汪旭峰	216
活动三 趣味塑料圈（分散游戏）	戴 安	218
活动四 占四角（民间游戏）	张 艳	220
第八章 六月份教学日程月目标周计划		222
六月份教学活动目标		222
第一周		223
活动一 能干的小螃蟹（集体游戏）	赵春艳	223
活动二 垫子玩法多又多（集体游戏）	侯思晓	225
活动三 小铁盒找朋友（分散游戏）	王 红	228
活动四 滚铁环（民间游戏）	张 艳	231
第二周		233
活动一 运水比赛（集体游戏）	汪旭峰	233
活动二 变个花样过小桥（集体游戏）	于 静	235
活动三 会变魔术的纸箱（分散游戏）	侯思晓	237
活动四 抖空竹（民间游戏）	张 艳	239
第三周		241
活动一 能干的小蚂蚁（集体游戏）	安 昕	241
活动二 椅子游戏（集体游戏）	汪旭峰	244
活动三 小马蹄的多种组合（分散游戏）	侯思晓	245
活动四 踢毽子 1（民间游戏）	张 艳	248
第四周		249
活动一 救助小队员 1（集体游戏）	刘 伟	249
活动二 救助小队员 2（集体游戏）	刘 伟	253
活动三 “嘻嘻哈哈”水世界（分散游戏）	侯思晓	255
活动四 踢毽子 2（民间游戏）	张 艳	257

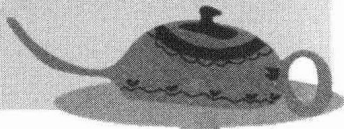


第一学期



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. 能主动参与各类体育活动，能自觉遵守游戏规则，有初步的自主意识。
2. 能按音乐节奏做徒手操，动作规范。
3. 熟悉场地环境和运动材料的特点探索玩法。
4. 能灵活地运用多种方法爬过障碍物。
5. 在民间体育游戏中，能体验合作、竞争的愉悦。
6. 能推滚小车、大球等器材并能控制前进方向。



小鼯鼠钻山洞

(集体游戏)

活动目标

1. 掌握正面钻、侧钻、倒钻、钻圈的方法。
2. 巩固手脚爬、手膝爬、倒爬的动作要领。
3. 能够灵活的运用多种方法爬过障碍物。

活动准备

1. 拱形门、垫子、圈、包若干，小鼯鼠头饰每人一个。
2. 欢快的音乐磁带，录音机。
3. 大型联合器械，并布置场地：起点线与“粮仓”（大型玩具）相对，两处相隔约 10 米，从左至右依次摆放 3 组器械：第一组每间隔 1 米放一拱形门，共摆放 5 个，第 5 个拱形门后间隔 1 米向“粮仓”方向摆放垫子两块；第二组每间隔 30 厘米将拱形门侧放成一纵队，共放 5 个，第 5 个拱形门后间隔 1 米向“粮仓”方向摆放垫子两块；第三组每间隔 30 厘米将直径约 50 厘米的圈摆放成一纵队，共放 8 个，第 8 个圈后间隔 1 米向“粮仓”方向摆放垫子两块，各组均运动至垫子处从场地侧面返回起点处。

活动过程

教师活动	幼儿活动	互动调整
(一) 导入部分 1. 幼儿在音乐伴奏下，进行准备活动（活动下肢及锻炼手臂力量）。 2. 教师：快到冬天了，小鼯鼠要储存粮食准备过冬了，它们要把找到的粮食运到自己家里去，看看哪只小鼯鼠运的粮食最快最多。 (二) 游戏活动 1. 教师介绍游戏场景。 2. 幼儿分为三队，每名幼儿手拿一袋粮食（沙包）做好准备，听口令后，每队第一个幼儿分别正面钻、侧面钻、钻圈，再手膝爬或手脚爬过垫子，把粮食放入粮仓，从场地两边返回，接着第二名幼儿游戏，依次进行，如图。		



(续)

教师活动	幼儿活动	互动调整
 3. 游戏进行一遍后三组轮换游戏。 (三) 结束部分 1. 师生共同小结钻爬的各种方法, 激发再次游戏的愿望。 2. 教师: 小鼯鼠们真能干, 想出了许多办法把粮食运回来, 现在请你们到乐园(大型联合器械)里玩一会儿吧! 游戏自然结束。		

◆ 关键经验点拨

小鼯鼠都会怎样钻洞? 还可以怎样爬过小山?

◆ 重点难点突破

1. 指导幼儿掌握钻爬的基本动作要领。
2. 鼓励幼儿探索钻爬的多种方法。

◆ 创新点

幼儿在熟练掌握钻爬的基本方法后, 可根据自己的意愿自由选择场景, 尝试多种钻爬的新方法。

◆ 反思



活动二

搭建山洞

(集体游戏)

◆ 活动目标

1. 积极参加结伴进行的“搭山洞”、“过山洞”的活动, 发展创造力。

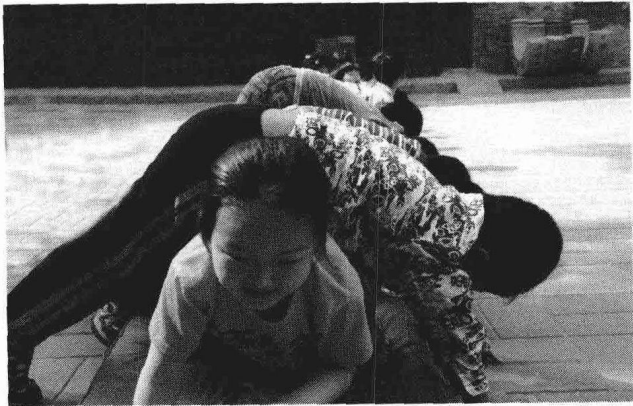


2. 发展基本动作，提高肌肉的耐力和集体的协调性。
3. 在活动中体验成功和合作活动的乐趣。

活动准备

1. 宽敞的活动场地，长垫子 4~5 个。
2. 根据需要摆放垫子。

活动过程

教师活动	幼儿活动	互动调整
(一) 导入部分 准备活动：热身练习，将身体的各个部位活动开。 (二) 游戏活动 1. 幼儿尝试用身体的不同部位“搭山洞”。 (1) 今天，我们来用自己的身体搭山洞，想一想、试一试，用身体能搭出怎样的山洞呢？幼儿自由探索，教师观察、指导，提醒幼儿注意安全。 (2) 组织幼儿讨论单人、双人搭山洞的方法，并选出具锻炼价值、安全性较高的方法进行集体练习。 (3) 多人搭山洞。 教师：刚才我们搭了许多有趣的单人和双人山洞，那么除了单人、双人以外，3 个人、4 个人……，许多人在一起能不能搭出更有趣的山洞呢？ 幼儿尝试搭多人山洞，教师观察并加以指导。  2. 幼儿尝试多种过山洞的方法。 教师启发幼儿探索多种过山洞的方法。如正面钻、侧身钻外，还用了匍匐前行、四肢贴地前行，仰躺于地、双脚蹬地前移等方法。不同的山洞运用不同钻的方法。		