

# 幼儿园游戏指导实务

YOUERYUAN YOUXI ZHIDAO SHIWU

谢建罗 主编 邓红红 李凌云 张 飞 副主编



 中央广播电视大学出版社

---

# 幼儿园游戏指导实务

---

谢建罗 主 编  
邓红红 李凌云 张 飞 副主编

中央广播电视大学出版社

北 京

## 图书在版编目 (CIP) 数据

幼儿园游戏指导实务/谢建罗主编. —北京: 中央广播电视大学出版社, 2012. 12

ISBN 978 - 7 - 304 - 04565 - 4

I. ①幼… II. ①谢… III. ①游戏课 - 学前教育 - 教学参考资料 IV. ①G613. 7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 316258 号

版权所有, 翻印必究。

## 幼儿园游戏指导实务

谢建罗 主 编

邓红红 李凌云 张 飞 副主编

---

出版·发行: 中央广播电视大学出版社

电话: 营销中心 010-58840200 总编室 010-68182524

网址: <http://www.crtvup.com.cn>

地址: 北京市海淀区西四环中路 45 号 邮编: 100039

经销: 新华书店北京发行所

---

策划编辑: 袁玉明 王鑫鑫

责任版式: 张利萍

责任编辑: 秦 莹

责任校对: 王 亚

责任印制: 赵联生

---

印刷: 北京博图彩色印刷有限公司

印数: 0001 ~ 3000

版本: 2012 年 12 月第 1 版

2012 年 12 月第 1 次印刷

开本: 185mm × 230mm

印张: 21.5 字数: 424 千字

---

书号: ISBN 978 - 7 - 304 - 04565 - 4

定价: 39.00 元

---

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

## 主编的话

---

随着社会主义事业的不断推进,我国社会文明程度稳步提升。近年来出现的一个典型现象是学前教育的兴盛,不但表现在家长们的大力投入,同时也表现在政府的高度重视以及学前教育机构及其研究的风起云涌。

根据当前学前教育领域教材理论性偏强的实际状况,为了满足专科层次学生对幼儿游戏课程学习的需要以及为普通幼师的常规教学提供实用的、直接的指导,同时有效消解顽固的小学化倾向,特编写本教材。基于此出发点,本教材同时适合于高等职业院校教学使用。本教材中的“幼儿园”的含义非常丰富,不仅包含幼儿园的所有建筑物及其外在的文化,在幼儿园里活动的人及其活动,还包含上幼儿园的年龄之意;因而,这里的游戏不只限制在幼儿园的地域范围内,可以是发生在家庭或者社区,其核心内涵是适合幼儿的游戏,幼儿喜欢的游戏。当然,本教材中所介绍的幼儿游戏主要是针对幼儿园中的幼儿游戏。本教材以促进幼儿全面发展为终极理念,总体体现理论与实践、理论与实际两个方面的紧密结合。

根据功能与目的相对应的标准将幼儿游戏分为八个类别:体育游戏、表演游戏、亲子游戏、智力游戏、结构游戏、角色游戏、语言游戏以及心灵游戏,从而形成本教材的篇章结构,并遵循幼儿发育发展的基本顺序与重要性进行篇章顺序编排。然后,以幼儿年龄为主线,分为小班(2~4岁)、中班(4~5岁)、大班(5~6岁)三个阶段,从而作为每章的节点;同时,每一章的第一节介绍该类型幼儿游戏的特点和功能。典型案例指导是分别从该年龄段幼儿在该领域的发展目标的不同角度选取,既有游戏方案又有观察实录,尽可能来源于真实的实践,有利于幼师现学现用以及参照执行;案例的分析指导是根据案例活动的展开顺序而来,从游戏准备到过程引导,再到评价与延伸,并且都紧密结合该年龄段幼儿在该领域的发展目标以及该类型游戏的特点和功能。

本教材的主要特色有如下三个方面:第一,在游戏的分类上,结合幼儿园游戏教学活动的需要,从游戏功能与教育目的相统一的角度,直接指向游戏的功用,支持幼儿的全面发展。第二,在整体布局上遵循具体可操作性,即按照小、中、大年龄班级进行发

展目标或教育目标的区分与案例的选择；同时还表现为理论充足，案例来源于真实的实践。第三，想幼师之所想，我国当前的幼教水平处于初级阶段，因此我们在案例的分析指导中非常具体而细致地涉及幼儿园游戏开展的方方面面，力图为新手幼师提供现场指导，为经验比较丰富的幼师锦上添花。

本教材是广大一线工作者的经验积累和智慧结晶；也是编写组老师们辛勤汗水的结晶，大家在紧张的工作之余，利用休息时间编写书稿，有时候甚至通宵熬夜。具体的编写工作分工如下：第一章幼儿园体育游戏由广西广播电视大学的诸芳老师完成；第二章幼儿园表演游戏和第八章幼儿心灵游戏由黑龙江广播电视大学的邓红红老师完成；第三章幼儿园亲子游戏由河南广播电视大学的李凌云老师完成；第四章幼儿智力游戏和第七章幼儿园语言游戏由安徽广播电视大学的张飞老师完成；第五章幼儿园结构游戏由四川广播电视大学的衡若愚老师完成；第六章幼儿园角色游戏由浙江诸暨广播电视大学的蒋莘红老师完成。本人主要负责框架结构的设计、体例的统一、初稿的修改以及突发事件的处理工作。

本书在编写过程中得到了很多领导和专家的帮助与指导，在此深表谢忱。湖南广播电视大学的杜纯梓校长在百忙之中关注本书的编写与出版情况，为本书的出版提供了坚强的精神后盾；湖南广播电视大学的彭思毛校长在全省广播电视大学的课程建设会议上的表扬，使我们倍感鼓舞；湖南广播电视大学的法学专家刘建宏教授乐意为本书的出版与发行担任法律顾问的劳苦之职。同时，本书在编写过程中参考并引用了大量的前人成果，在此，本人代表编写组的所有人员衷心地感谢你们的辛勤劳动。

最后，要特别感谢我的爱人彭燕女士和她的爸爸妈妈，为了支持我的工作，任劳任怨地帮我护理孩子，让我全身心地投入到工作之中。如果没有你们的支持，我想这个教材不可能这么快地出版，请允许我深情地说一声：“我爱你们！”

由于时间和能力所限，本书的错误与不妥之处在所难免，敬请各位批评指正，以利于再版时修改。

谢建罗

2012年11月28日

于长沙

# 目 录

---

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 第一章 幼儿园体育游戏 .....       | 1   |
| 第一节 幼儿园体育游戏概述 .....     | 2   |
| 第二节 小班幼儿体育游戏的指导策略 ..... | 9   |
| 第三节 中班幼儿体育游戏的指导策略 ..... | 19  |
| 第四节 大班幼儿体育游戏的指导策略 ..... | 31  |
| 第二章 幼儿园表演游戏 .....       | 43  |
| 第一节 幼儿园表演游戏概述 .....     | 44  |
| 第二节 小班幼儿表演游戏的指导策略 ..... | 50  |
| 第三节 中班幼儿表演游戏的指导策略 ..... | 62  |
| 第四节 大班幼儿表演游戏的指导策略 ..... | 77  |
| 第三章 幼儿园亲子游戏 .....       | 91  |
| 第一节 幼儿园亲子游戏概述 .....     | 92  |
| 第二节 小班幼儿亲子游戏的指导策略 ..... | 103 |
| 第三节 中班幼儿亲子游戏的指导策略 ..... | 112 |
| 第四节 大班幼儿亲子游戏的指导策略 ..... | 120 |
| 第四章 幼儿园智力游戏 .....       | 132 |
| 第一节 幼儿园智力游戏概述 .....     | 133 |
| 第二节 小班幼儿智力游戏的指导策略 ..... | 140 |
| 第三节 中班幼儿智力游戏的指导策略 ..... | 150 |
| 第四节 大班幼儿智力游戏的指导策略 ..... | 157 |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 第五章 幼儿园结构游戏 .....           | 168 |
| 第一节 幼儿园结构游戏概述 .....         | 169 |
| 第二节 小班幼儿结构游戏的指导策略 .....     | 176 |
| 第三节 中班幼儿结构游戏的指导策略 .....     | 185 |
| 第四节 大班幼儿结构游戏的指导策略 .....     | 193 |
| 第六章 幼儿园角色游戏 .....           | 205 |
| 第一节 幼儿园角色游戏概述 .....         | 206 |
| 第二节 小班幼儿角色游戏的指导策略 .....     | 213 |
| 第三节 中班幼儿角色游戏的指导策略 .....     | 221 |
| 第四节 大班幼儿角色游戏的指导策略 .....     | 229 |
| 第七章 幼儿园语言游戏 .....           | 238 |
| 第一节 幼儿园语言游戏概述 .....         | 239 |
| 第二节 小班幼儿语言游戏的指导策略 .....     | 242 |
| 第三节 中班幼儿语言游戏的指导策略 .....     | 249 |
| 第四节 大班幼儿语言游戏的指导策略 .....     | 263 |
| 第八章 幼儿心灵游戏 .....            | 279 |
| 第一节 幼儿游戏治疗概述 .....          | 280 |
| 第二节 幼儿常见心理问题游戏治疗的指导策略 ..... | 289 |
| 第三节 沙盘游戏的治疗策略 .....         | 327 |
| 参考文献 .....                  | 335 |

# 第一章 幼儿园体育游戏

## 【本章导读】

### 学习目标

- 掌握组织指导不同年龄班幼儿体育游戏的方法及策略。
- 熟悉幼儿体育游戏的目标等，对幼儿体育游戏形成正确的认识和积极的学习态度。
- 了解幼儿体育游戏的特点。
- 能根据幼儿身心发展特点及要求设计体育游戏教学活动等。

### 学习内容

本章包括四小节内容，具体包括两个方面：一是幼儿体育游戏的基本理论知识，如幼儿体育游戏的定义、特点、功能等；二是不同年龄班幼儿体育游戏的实践指导策略，这部分内容是根据幼儿园小、中、大班三个不同年龄班幼儿身心发展的一般规律，尤其是生理发育的一般规律，与幼儿体育游戏教育功能对应的内在要求行文，案例都是选自不同角度的、典型性鲜明的、深受幼儿喜爱的体育游戏。

### 学习方法

- 以学生自学为主，教师对较为重要或难度较大的理论知识进行辅导。
- 要理论联系实际，建议学员多观察幼儿体育游戏活动，加强对理论知识的理解，同时在掌握理论知识的基础上对幼儿体育游戏活动进行指导。
- 在平时学习中，多与同事、同学进行交流探讨，加深对幼儿体育游戏指导的理解。

## 【开篇语】

体育游戏作为体育教育的一种重要手段，是幼儿园体育活动中的一项重要内容，是完成体育任务最基本的方法。它既可以有效地激发和培养幼儿的体育兴趣，增强幼儿力量，提高身体素质，又可以培养幼儿勇于竞争、创新、合作的精神以及社会交往等能力。在《幼儿园工作规程》（以下简称“规程”）中明确指出：“幼儿园的任务是实行保育与教育相结合



的原则,对幼儿实施体、智、德、美诸方面全面发展的教育,促进其身心和谐发展。”这一任务充分体现了幼儿全面发展的需要,也体现要保证“体育”的首要地位的重要性,从而提高幼儿的身体健康水平,增强幼儿的体质,为幼儿的全面发展奠定坚实的基础。

## 第一节 幼儿园体育游戏概述

### 一、幼儿园体育游戏的含义

体育游戏源于传统的游戏,是在游戏的发展过程中衍生出来的。它融合了人类的智力发展、体力发展以及身心娱乐发展,既是游戏的一个重要组成部分,又与当代人们所了解的体育运动有密切的联系。在人类社会初期,人们就把体育游戏作为教育儿童的一种手段,利用游戏对自己的后代进行生活、劳动等方面的技能教育。随着社会的发展,体育游戏越来越引起人们的重视,研究者们从不同的视角研究体育游戏。因此,他们对体育游戏的定义也有不同的解释。

有学者认为,体育游戏是与体育相关联的一种游戏,是适合幼儿年龄特征的特殊的体育游戏,它具有体育活动的基本特点。因此,他们提出:“体育游戏是在体育运动的基础上,综合人体的跑、跳、投基本身体运动能力和劳动技能及体育各项基本运动形式,创编出的多种不同的身体动作,并根据学校素质教育的需要、全民健身的需要以及社会发展的需要,有针对性地制定有教育意义和吸引力的故事情节,并根据竞技性较强的竞赛规则而创编的游戏。”<sup>①</sup>“体育游戏是以游戏为活动形式,以身体练习为内容,以促进身心全面发展为目的,按照一定的规则进行,具有浓厚娱乐气息的身体练习和思维练习的一种特殊的体育运动”。<sup>②</sup>可见,他们认为,体育游戏是和人的身体活动分不开的一种活动,并且这种活动与教学工作相结合以达到教育的目的。而有的学者将体育游戏和艺术联系起来,认为体育游戏是游戏的一种重要的表现形式,具有一定的艺术性。因为体育游戏像艺术一样,把所欣赏的意象加以客观化,使它成为一个具体的情境;体育游戏像艺术一样带有移情作用,把死板的物质看成活跃的生灵。如古代的仪式产生于神圣的游戏,诗歌诞生于游戏并繁荣于游戏,音乐和舞蹈则是纯粹的游戏。

① 裴有金:《浅论体育游戏的内涵及在幼儿素质培养中的价值》,载《科学大众(科学教育)》,2012(4),99页。

② 岳丽娜、王芳华、高峰:《浅析体育游戏在幼儿社会化过程中的作用》,载《体育科技文献通报》,2011(3),113页。

从以上不同学者对体育游戏的理解和定义可以看出,体育游戏不但是游戏的一种类型,还是一种艺术形式,它将人类的游戏加以继承和改进,更好地适应了时代发展的需要,对人类的教育具有不可估量的价值,对幼儿的学习与发展有重要的促进作用。

对于体育游戏的定义,如果从以娱乐为主的角度来阐述,体育游戏是指在一定规则的约束下,通过身体运动的方式进行的一种娱乐活动。但是,体育游戏在幼儿园体育教学中是一种教育性的游戏,是体育教育的一种重要手段,其目的是增进健康,增强体质,促进幼儿身体的全面发展。因此,从以教育为主的角度来定义,体育游戏也称活动性游戏或运动性游戏,是以简单的规则为前提,以身体的基本动作练习为主要内容,以游戏为形式,达到增强体质、娱乐身心、陶冶性情为目的的一种现代体育活动。<sup>①</sup>综上所述,在本教材中所采用的定义为:体育游戏是根据一定的体育任务设计的,由身体动作、情节、角色和规则组成的一种活动性游戏。体育游戏是幼儿整体活动中的主导活动,幼儿活动的规律就是游戏的规律,它具有幼儿教育的整体功效,是融体、智、德、美于一体的有效形式。

## 二、幼儿园体育游戏的特点

儿童是在游戏中不断成长的。经过一代一代的发展和演变,幼儿体育游戏已经成为学前教育中不可缺少的一个重要组成部分。与其他形式的游戏相比,幼儿体育游戏具有以下一些特点:

### (一) 明确的目的性

体育游戏总是具有一定的目的,不是以传授生活和劳动的技能为目的,就是以发展游戏者的体力和智力为目的,或是以娱乐为目的。可以说,它是通过人们有意识的行为来达到增强体质、陶冶情操,进而服务于教学活动或生活当中。在幼儿体育游戏活动中,要根据教学任务和教学对象的需要来合理安排游戏的负荷:如准备部分中的游戏主要是为了热身,预防运动损伤;基本部分中的游戏是以调动幼儿的运动兴趣,达到学习、掌握、巩固、提高技术动作为主要目的;结束部分中的小游戏是为了让幼儿达到调整放松身体、消除疲劳的目的。各种形式的游戏都有着鲜明的目的性。在体育游戏过程中,游戏的创编和组织者有意识地采用各种不同手段和形式,赋予游戏以某些特定的锻炼价值,通过游戏达到锻炼学生身体、增强体质的目的。

### (二) 较强的趣味性和娱乐性

辞源中说:游戏“乃万物适情之事也”。体育游戏作为游戏的一种,必须具有趣味性,

---

<sup>①</sup> 苗元元:《体育游戏活动对促进幼儿体质的实验研究》,硕士学位论文,7页,首都体育学院,2011。

如果没有趣味性，则不能称为体育游戏，而只能称之为体育练习或身体练习。趣味性是体育游戏的本质特点之一，它往往反映在游戏的内容、形式及过程中，主要体现在情节性和竞赛性两个方面。

一方面，体育游戏的内容广泛、生动具体，形式轻松活泼。大多数幼儿体育游戏都带有一定的情节和角色，许多游戏中还配有节奏明快、朗朗上口的儿歌和口令，这非常符合幼儿爱模仿、好扮演的年龄特点，如“老鹰捉小鸡”等。

另一方面，竞赛是体育游戏中常见的一种游戏形式，它能充分满足幼儿争强好胜的心理，因此，虽然有些体育游戏只要求幼儿在竞赛中完成某种运动任务，不具有情节或角色，但也同样受到幼儿的喜爱。体育游戏正是以它自身的趣味性和娱乐性，让儿童在游戏中边玩边吟唱，对他们的身心产生多种有益的影响。

### （三）较大的灵活性和简便性

体育游戏虽然遵循一定的游戏规则，但从游戏的组织和开展来看又具有相对的随意性。

一方面，体育游戏的开展一般不受时间、空间、人数、年龄等条件的约束，不要求有整块的时间，也不苛求场地的大小，不论何时何地，只要儿童想游戏，愿意玩，就可以利用点滴时间自由地玩耍。

另一方面，体育游戏的活动方式、规则可根据参加者的实际情况而改变。体育游戏对于场地、活动器械的要求也是灵活的，可根据游戏的内容、参加人数来增减体育器材。游戏中的动作也可根据具体情况做出相应变化。游戏活动的内容可依据游戏者的目的设定，参加者可以自由选择玩什么，怎么玩，用什么器材，用多大场地。

同时，体育游戏使用的材料简单，一般都来自日常生活和自然的材料及半成品，有的利用身体就可以开展游戏，如“石头、剪子、布”、“捉迷藏”、“木头人”等；有的利用大自然中的一些简单材料（沙、石、废旧物品），如几颗干核桃就可以玩“抓棋子”。因此，体育游戏具有一定的简便性。

### （四）一定的竞争性和刺激性

体育游戏与竞技体育的竞争性有所差别。竞技体育是在统一而严格的竞赛规则制约下的一种职业化的运动，只有体能好、专项技战术水平高，比赛中不出现重大失误的人才可能在竞争中获胜。而体育游戏的活动方式有较大的变通性，虽然游戏结果一般也是以竞争获胜而结束，但体育游戏获胜的因素是多种多样的。幼儿体育游戏的内容可以是比体力、比技巧、比智力、比勇气、比应变能力等。体育游戏不仅使幼儿在相互比试的过程中检验自我的能力，使幼儿公平竞争，看到自己的不足，而且可以获得放松和愉悦，舒缓紧张情绪。

### 三、幼儿园体育游戏的分类

幼儿园体育游戏的种类多样,从不同的角度可以进行不同的划分。

#### (一) 按照游戏的组织形式

按照游戏的组织形式,幼儿园体育游戏可分为幼儿自由活动游戏和幼儿体育教学游戏。其中,幼儿自由活动游戏是以幼儿为主,幼儿自定活动形式、自选运动器械、自由组织玩伴的自主性游戏活动;幼儿体育教学游戏是以教师为主,为完成一定的教学目标而组织的幼儿教学性体育游戏活动。

#### (二) 按照游戏的基本动作形式

按照游戏的基本动作形式,幼儿园体育游戏可分为走步体育游戏、跑步体育游戏、跳跃体育游戏、投掷体育游戏、钻爬体育游戏、攀登体育游戏和平衡体育游戏等。

#### (三) 按照游戏是否具有情节

按照游戏是否具有情节,幼儿园体育游戏可分为主题游戏和无主题游戏。主题游戏是以假定的形式反映生活中的一个判断和童话故事中的情节;无主题游戏是没有什么一定的情节和角色,只是包含感兴趣的动作内容,或包含竞赛性因素,如接力游戏、捕捉游戏等。

#### (四) 按照游戏活动的合作形式

按照游戏活动的合作形式,幼儿园体育游戏可分为接力游戏、追拍游戏、争夺游戏、角力游戏和猜摸游戏等。

#### (五) 按照游戏对幼儿身体素质发展的作用

按照游戏对幼儿身体素质发展的作用,可将幼儿园体育游戏分为速度类游戏、耐力类游戏、灵敏类游戏、柔韧类游戏等。

#### (六) 按照游戏使用的器械

按照游戏使用器械的不同,可以将幼儿园体育游戏分为持轻器械游戏和不持器械的徒手游戏。

#### (七) 按照游戏中幼儿的结伴形式

按照游戏中幼儿的结伴形式,可将幼儿园体育游戏分为集体游戏和分散游戏。集体游戏是指数名幼儿结伴或全班幼儿共同进行一个徒手活动或运用器械进行的活动,教师在活动中主要扮演组织者和指导者的角色;分散游戏是指幼儿根据自己的意愿,三两人聚在一起进行的一种体育活动,教师主要扮演活动观察者、帮助者的角色。

## 四、幼儿园体育游戏的功能

《幼儿园教育指导纲要》（试行）（以下简称“纲要”）中阐明：“开展丰富多彩的户外游戏和体育活动，培养幼儿参加体育活动的兴趣和习惯，增强体质，提高对环境的适应能力。”体育游戏作为一种激发幼儿积极性和创造性的手段，其内容和形式与幼儿生理特征紧密联系，在体育游戏中，幼儿能获得多方面能力的提升。根据体育游戏的特点，其在学前儿童的教育教学和日常管理中都具有一定的价值及功能。

### （一）主体功能

#### 1. 体育游戏有利于学前儿童的身体发展

幼儿期是身心生长发育的关键期，这个阶段需要通过各种运动来锻炼肌体，强健骨骼，以达到身体的平衡与协调。因此，幼儿园要“开展丰富多彩的户外游戏和体育活动，培养幼儿参加体育活动的兴趣和习惯，增强体质，提高对环境的适应能力”。体育游戏作为体育活动的主要内容之一，兼具运动性和趣味性，能引发学前儿童参加游戏的欲望，吸引他们积极主动地参加游戏。例如：“跳绳”可以训练幼儿的全身运动；“贴人”可以训练幼儿的奔跑能力和躲闪能力；“羊顶角”可以训练幼儿单腿跳跃的动作，培养幼儿的耐性；“踩高跷”可以训练幼儿的平衡能力和手脚的协调能力等。经常开展幼儿体育游戏，不仅可以使幼儿在游戏中完成体育锻炼的要求，同时可以促进幼儿骨骼肌肉的发育，增强幼儿体质，也可以发展学前儿童基本动作和锻炼他们的运动技巧。

#### 2. 体育游戏有利于促进儿童认知水平的提升

有人说：“使我们快乐的时光，亦使我们聪慧。”对于幼儿来说，正是游戏这种非正式却有效的教育方式，在轻松嬉戏中使幼儿获得了知识、开启了心智，使游戏与儿童认知发展构成了一种双向互动的协调关系。体育游戏为学前儿童增加了学习机会，促进其语言、创造力、智力等认知能力的发展。例如，在“石头、剪子、布”、“炒黄豆”、“编花篮”等游戏中，有丰富的“说”的材料，儿童没有压力，可以大胆地说话，可以使学前儿童有说的内容，有想说的愿望，变“要我说”为“我要说”，大大提高学前儿童口语发展的速度和效率。

此外，体育游戏可以丰富学前儿童自然、社会方面的知识，扩大知识面。因为大多数体育游戏都配有童谣和儿歌，游戏里蕴含丰富的社会知识和自然科学知识。幼儿可以通过自身积极主动地探索，不断扩大和丰富对周围事物的认识，如基础的物理知识、安全知识、颜色的辨别、空间方位的知觉、数学概念和词汇等；通过已有知识的储备，发展幼儿创造性

思维。

### 3. 体育游戏促进儿童社会性发展

儿童社会性发展是指儿童从自然人转化为社会所要求的人的过程，涉及儿童学习如何与别人友好相处，学会分享、助人和合作等社会性技能，学会自己解决人与人之间的关系问题。儿童的社会化过程即其获得保证其在社会中成功地生存所必需的知识、技能和价值观的过程。体育游戏为儿童融入社会、融入游戏群体，提供了大量的训练交往的机会，使幼儿逐步学会了认识自己和同伴，并能正确地处理自己和同伴之间的关系，提高社会交往能力。

首先，体育游戏有助于学前儿童良好个性意志品质的发展。体育游戏一般具有严格的规则，带有竞争性，幼儿要不断克服困难。当儿童在游戏中获胜时，能体验到成功的喜悦，使他们的心理得到极大的满足，从而增加了自信心和成就感。同时，在游戏中，儿童也会面临失败，这会使儿童产生挫折感，但有趣的体育游戏又吸引着儿童，使他们能忍受遇到的挫折，克服自身的弱点，继续参加游戏。在这个过程中，儿童承受挫折的能力及活泼开朗的性格得到培养。

其次，体育游戏可促进幼儿交往能力的发展与提高。幼儿能与他人保持正常关系，乐于与人嬉戏，友好相处，与多数幼儿建立良好关系，是幼儿社会性发展的需要。体育游戏一般都通过集体形式进行活动，为了使游戏顺利地进行下去，参加游戏的每一个学前儿童都必须遵守游戏规则。幼儿在游戏中通过游戏伙伴的相互模仿、协调，学会如何与他人友好相处，如何处理人际矛盾及控制自己的情绪，从而使自己的社会技能得到提高，交往能力得到发展。

最后，体育游戏可促进学前儿童自我意识的发展。美国心理学家埃里克·埃里克森对游戏与儿童自我意识发展进行了系统研究。在他看来，主动内疚是幼儿期的主要心理社会危机，而体育游戏是幼儿化解心理社会危机的基本途径和主要手段。2岁以后，儿童开始偏爱集体性的运动游戏，从学习中，儿童在检验动作和社会技能的同时，提高自我意识，学会控制冲动和调节记忆，从而形成自我力量。通过体育游戏，儿童在游戏中不断获得并且检验自我力量，形成积极的自我形象。同时，儿童在游戏中逐步掌握应对挫折和宣泄压力的正确方法，不断形成自信心和自尊心。在同伴协作过程中学会理解他人的思想、情感，站在他人的角度看问题，帮助儿童从以自我为中心的状态中解脱出来，形成良好的同伴关系。

### 4. 体育游戏有利于儿童情绪情感发展

体育游戏对幼儿来说，不仅有增强体能、开发智力的作用，而且还有陶冶情操的功能。在游戏过程中，幼儿学会了自我控制，锻炼了抗挫能力，形成了乐观积极的情绪情感。

一方面，体育游戏有助于培养积极的情绪情感。积极的情绪情感是心理健康的核心指

标,个体具有积极的情绪情感能产生积极的自我评价与主观良好感,获得成功感,提高自我效能。在体育游戏中,由于幼儿享有充分的自由,并以游戏为生命,没有任何来自外界的压力和强迫,也由于所接触的是幼儿感兴趣的、印象最深刻的事物,因此幼儿情感真挚、情绪愉快、稳定积极。

另一方面,体育游戏还有助于幼儿消极情感的疏导。幼儿由于可以在轻松、愉快的气氛中自由地抒发情感,因此他们的一些不愉快的、消极的情绪(如愤怒、厌烦、紧张、恐惧等)可以得到及时的疏导,消除活动中产生的疲劳和紧张,恢复体力,激发探索性行为,有利于幼儿身心的健康发展。同时,游戏也有利于教师与儿童、儿童之间建立轻松愉快的氛围,缓解紧张情绪。

## (二) 辅助功能

运用体育游戏来进行教育教学活动,不仅有助于学前儿童的发展,还有利于学前儿童的教育管理。

### 1. 有助于合理安排儿童的一天活动

幼儿园一天的活动包括许多环节,如体育锻炼、游戏、进餐等。在安排一天的活动中,有两个问题需要很好地解决,一是活动内容上需要动静交替,二是环节的过渡要自然,减少不必要的等待时间。幼儿体育游戏种类丰富,教师可以根据儿童的需要和要求选择合适的体育游戏,将零散的时间很好地利用起来。譬如,在下午幼儿离园前一段时间里,幼儿的情绪特别高涨,教师可以选择一些比较安静的体育游戏,如“我们都是木头人”、“不露白牙”等来稳定幼儿情绪。当幼儿陆续离园后,有的家长因有事未能及时接孩子离园,可以让幼儿自发地一起玩体育游戏。当家长看到孩子们快乐地游戏时,心里感到很欣慰,教师的工作也容易得到肯定。

### 2. 有利于促进“家”、“园”沟通

体育游戏源于生活,许多家长都会玩,在开展体育游戏的过程中,家长之间可以相互请教。家长也可以通过和自己的孩子一起玩体育游戏,了解儿童的发展情况,让体育游戏成为家长教育孩子的桥梁。

同时,教师也可以与家长进行沟通交流,由家长来帮助教师收集体育游戏活动内容或者废旧材料,动手制作体育游戏器械,例如:让家长利用竹竿、彩纸、花布等材料制作“花船”;用稻草、竹条、木条、花布等废旧材料制作“轿子”;等等。同时还可以在幼儿园的楼梯、走廊等处布置爷爷奶奶、爸爸妈妈、小朋友爱玩的体育游戏图片等,利用接送幼儿的时间教小朋友们玩游戏,从而架起“家”、“园”沟通的桥梁。

## 第二节 小班幼儿体育游戏的指导策略

### 一、小班幼儿生理发展的基本目标

体育游戏是幼儿园体育活动中最主要的内容,由各种走、跑、跳跃、投掷、越过障碍物和各种对抗练习等基本动作组成,是幼儿身体全面发展的重要手段。根据小班幼儿身体发展特点,小班体育游戏的动作内容和情节都比较简单,游戏内容以跑、跳为主,游戏情节简单,以模仿性、故事性游戏为主,一般只有1~2种角色,且角色常常集体做同一动作。小班体育游戏的规则简单,限制性规则是游戏情节的组成部分。如在“老猫睡觉醒不了”游戏中,规定“老猫”睡觉了,“小猫”才能出去玩,“老猫”叫唤后,“小猫”才能回家。但在小班体育游戏中一般不会出现“退出游戏”或“停止一次游戏”这样惩罚性的规则。通过体育游戏活动,小班幼儿在走、跑、跳跃、投掷、平衡与攀爬等方面应达到如下发展目标。<sup>①</sup>

(1) 能姿势正确、自然协调地走和跑,能向指定范围内四散跑、追逐跑,能走跑交替100米左右,能步行1000米,或连续跑约30秒,能较轻松地双脚交替跳着走,能一个跟着一个走,走成一个圆。

(2) 能够双脚同时轻松自然地向前跳、向上跳,能从25~30厘米高处自然地跳下。

(3) 能单手自然地将沙包等轻物投向前方,能双手用力将球向前、上、后方抛。

(4) 能在窄道或宽25厘米、高(斜高)20厘米的平衡木(斜坡)上走。

(5) 能在65~70厘米高的障碍物(如皮筋、绳子等)下钻来钻去,能手、膝着地自然协调地向前爬,能在攀登架(网)上爬上爬下或从架(网)的一侧爬越到另外一侧。

(6) 听懂基本的口令和信号并做相应的动作,能边念儿歌或听音乐较合拍地做模仿操或徒手操。

(7) 积极参与滑梯、攀登梯、转椅或其他大型体育活动器械的活动,会骑小三轮车,会推、拉独轮车,会滚球、近距离传接球和原地拍皮球,会用球、绳、棒、圈等多样小型的体育器械进行身体锻炼活动。

(8) 学会收拾某些小型体育器械。

---

<sup>①</sup> 杜素珍:《幼儿园一日体育活动整合手册》,11页,南京,南京师范大学出版社,2010。



(9) 愿意并能愉快地参加各种身体锻炼活动, 体验身体活动的愉悦。

(10) 初步掌握有关体育活动的粗浅知识, 遵守体育活动的规则和要求, 团结合作, 爱护公物, 培养幼儿良好的生活卫生习惯, 增强幼儿的自我保护意识。

具体到各种不同种类的游戏, 小班幼儿应该达到的发展目标如表 1-1 所示。<sup>①</sup>

表 1-1 小班幼儿体育游戏发展目标

| 游戏名称 | 游戏发展目标                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 走步游戏 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 改进自然走步动作, 掌握多种走步方法, 培养平衡、协调等素质, 提高走步能力, 做到自然走步时, 步幅能放开, 落地较轻, 躯干正直, 摆臂自然协调; 能独立地进行几种模仿性走步动作, 习惯排队走步并能注意保持队形, 不掉队。</li> <li>2. 学会 4~5 个走步游戏, 喜欢和伙伴一起做走步游戏, 并能注意遵守游戏规则。</li> <li>3. 发展方位知觉、速度、幅度和节奏知觉; 发展注意力, 排队走步时不东张西望, 培养观察力、想象力、模仿能力和创新能力</li> </ol> |
| 跑步游戏 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 训练跑的动作, 能迈开步子跑, 跑得平稳; 双臂能前后自然摆动, 能按目标控制跑步方向, 四散跑能主动躲闪他人。20 米直线快跑不慢于 7 秒。</li> <li>2. 培养跑的兴趣, 能体验跑步活动中的多种乐趣, 喜欢和伙伴做跑步游戏, 有提高自己跑速的愿望。能初步识别他人和自己跑步速度的快慢, 能在成人引导下调节跑速。能在别人鼓励下, 克服疲劳, 实现跑步目标</li> </ol>                                                     |
| 跳跃游戏 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 初步掌握双脚向上跳, 向前跳, 从高处向下跳动作, 能双脚同时用力蹬地跳起, 双臂自然摆动, 双脚同时落地, 注意屈膝缓冲, 落地较轻, 基本稳定, 双脚连续动作, 有节奏。能初步掌握跨跳。立定跳远, 其远度不少于 55 厘米。</li> <li>2. 满足参加跳跃活动的需要, 体验跳跃乐趣, 发展跳跃能力, 喜欢和伙伴一起做跳跃游戏, 能用所学知识初步评价他人和自己的跳跃动作, 学习测量跳的远度</li> </ol>                                    |
| 投掷游戏 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 初步掌握双手腹前、双手头上、单手肩上和肩侧投掷动作, 提高投掷能力。投时能快速挥臂, 双手腹前投时能用上腿力, 单手肩上投时能用上腰力。双手胸前投球 (重 300 克) 在 3.5 米以上, 肩投沙包 (重 150 克) 男女均在 3 米以上。</li> <li>2. 能体验到投掷活动的乐趣, 喜欢和同伴玩投掷游戏。初步形成躯干用力意识, 能根据目标远近调节用力</li> </ol>                                                      |

<sup>①</sup> 梁周全、尚玉芳:《幼儿游戏与指导》, 133~136 页, 北京, 北京师范大学出版社, 2011。