



Globe
格魯伯教育圖書

适合2-3岁

格魯伯儿童大当幼儿游戏运动教程

玩过童年 2

编著 林待秋 王芳
付彬彬 刘晶晶
插图 白小铨



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

格鲁伯儿童大学幼儿游戏运动教程

玩过童年 2

编著 林待秋 王芳
付彬彬 刘晶晶
插图 白小斌



YZLI0890108120



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

玩过童年. 2/林待秋,王芳,付彬彬,刘晶晶编著;白小铤插图. —武汉:
武汉大学出版社, 2010.6

格鲁伯儿童大学幼儿游戏运动教程
ISBN 978-7-307-07770-6

I. 玩… II. ①林… ②王… ③付… ④刘… ⑤白… III. 儿童
体育—教材 IV. G811.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第084529号

所有权利保留。

未经许可, 不得以任何方式使用。

责任编辑: 方 晴

责任校对: 王 芳

版式设计: 卢文迪

出版: 武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件: cbs22@whu.edu.cn 网址: www.wdp.com.cn)

发行: 武汉格鲁伯语言文化有限责任公司 (430074 武昌光谷国际企业中心)

(电话: 027-87773552 电子邮件: books@globepress.cn)

印刷: 武汉市至和彩印包装广告有限公司

开本: 787×1092 1/16 印张: 4 字数: 49千字

版次: 2010年6月第1版

2010年6月第1次印刷

ISBN 978-7-307-07770-6/G · 1571

定价: 16.50元

策划: 格鲁伯儿童大学研究院

网址: www.globepress.cn

玩过童年



玩，是孩子们的天性，剥夺孩子们玩的权利，就是剥夺孩子们的天性。如同大人做事、工作、研究和社交，玩就是孩子们的做事、工作、研究和社交。玩，对于孩子们的成长，就像维生素一样必不可少。

现在，都市生活让孩子们渐渐失去了与大自然亲近的机会，失去了与社区邻居、校园伙伴之间亲密相处的时间和空间，取而代之的是电视、电子游戏、电动玩具和因特网。这样，无疑在孩子们与自然之间，在孩子们的探索欲望与自然世界之间，在孩子们与社会之间，建起一堵高墙。教育家们、老师们、爸爸妈妈们，要一起努力来拆除这堵阻碍孩子们快乐成长的高墙。

每一个孩子在玩的时候都很投入，都很快乐：孩子们在游戏中看起来似乎只是为了好玩，只是很开心地享受玩的过程，实际上他们在这个过程中根本意识不到自己其实是在游戏中学会如何组织、如何分配角色、如何使用策略、如何解决问题、如何说服别人、如何接纳伙伴、如何与人合作、如何遵守规则，以及发展主动性、礼节、耐心、关注力、自信心、想象力和创造力。而这些运动和游戏背后的价值，恰恰需要被老师们和家长们所注意、重视和提升。

现在的实际情况是我们成人的生活 and 见识把孩子们玩的权利很大程度上剥夺了：一方面在现代网络和平面媒体发达的环境里，孩子们的体育运动被大大压缩了。另一方面，爸爸妈妈们、爷爷奶奶们，幼儿园的老师，也偏重于照顾孩子和教给孩子知识，而普遍忽视了孩子们的体育运动。另外，很多幼儿机构在日常教学活动中，也往往缺乏规范系统的运动教育内容和教育方法，在运动的质和量两个方面都相对僵化和落后，更有机构将幼儿运动教育有意无意地导向了“管住孩子”这个可怕的目标。由此可见绝大多数孩子运动的质和量在学校和家庭里都得不到基本满足，导致很多孩子产生不同程度的厌食、孤僻、多动症（一种因过分抑制孩子运动量而导致儿童产生注意力不集中现象的典型症状）等现象。

这套游戏运动教程，就是希望把孩子们应有的玩的权利找回来。我们搜集整理了中国、欧洲、美洲、非洲、阿拉伯国家等民族儿童经典游戏、运动

项目230个，并精心编排，使之更适合学校和家庭的教育环境，拓展孩子们玩的空间和时间，让孩子快乐享受童年，在快乐游戏中成长！根据幼儿身体条件和智力发展水平，230个游戏分编为第1-6册，每册分为校园篇和家庭篇，既能完全满足在幼儿园期间的集体游戏运动教育活动，也能满足和丰富家庭游戏活动，让孩子们不受时空限制地享受最优秀的运动氛围。校园篇一共有120个运动游戏项目，主要是经典的儿童集体游戏项目，家庭篇一共有110个游戏项目，主要是亲子游戏和小型家庭聚会游戏。当然，在家庭玩的游戏也可以在学校组织，在学校玩的游戏自然也可以在家庭组织，两者并没有绝对的障碍。所有游戏和运动项目介绍简明扼要、步骤清晰，便于操作。而且，孩子们非常热衷于反复地玩同一个游戏，所以，数量是足够的。

为了使这套教材更具实际教育效果，2008-2009年，格鲁伯儿童大学在武汉的幼儿园进行了教育实践，取得了非常好的效果。格鲁伯的老师们的做法是：将运动教学纳入核心教育活动，教育活动量占日常教学量的30%，配备了专门的老师来承担运动课程的教育，并且每天都有运动课程。依据本教材所开展的运动教育，在很短的时间内就取得了非常好的教育效果，从孩子们、家长和老师三方面，都获得了极高的欢迎度。幼儿园就像一块磁铁，天天吸引着孩子们的心！

现在，我们把这些内容和经验编写成书，期望有更多的儿童教育家、幼儿教师、爸爸妈妈、爷爷奶奶来重视孩子们的运动教育，让孩子们快乐地玩过童年，享受童年！

格鲁伯儿童大学研究院



目录

学校篇/1

- 01 阿里巴巴与四十大盗/2
- 02 龟兔赛跑/4
- 03 顽皮的小动物/6
- 04 信号灯/8
- 05 遛宠物/10
- 06 脚丫对脚丫/12
- 07 找豆子/14
- 08 越野活动/16
- 09 彩带舞/18
- 10 老鹰抓小鸡/20
- 11 催眠的巫师/22
- 12 模仿家人秀/24
- 13 捕鱼/26
- 14 我在看/28
- 15 冷和热/30
- 16 奥运会/32
- 17 钻山洞/34
- 18 找牌/36
- 19 结冰/38
- 20 障碍赛跑/40

家庭篇/43

- 21 做个小乌龟/44
- 22 种豆芽菜/45
- 23 种柳树/46
- 24 蛋壳画/47
- 25 看油菜花/48
- 26 参观飞机场/49
- 27 家庭游戏/50
- 28 跳蚤市场/51
- 29 参观一所大学/52
- 30 水果冰/53
- 31 做一个好伙伴的肖像/54
- 32 洗袜子/55
- 33 布贴画/56
- 34 摔不碎的鸡蛋/57
- 35 会跳的葡萄干/58





01 阿里巴巴与四十大盗



适合对象：2~4岁幼儿

参加人数：10~25名

场地要求：小树林或草地等

活动用具：一些写上财宝名称和编号的小纸卡（用来粘贴到财宝上），数量为幼儿人数3倍的财宝（玩具），阿里巴巴的头饰1个，强盗头饰3~4个

活动简介

无论对于扮演强盗或是扮演阿里巴巴的孩子们来说，这个游戏都极具趣味性和挑战性，强盗们千方百计将财宝藏好，阿里巴巴们则千方百计要找到这些财宝。活动前，要找到一个很好的地方，最好是一处安全的公园里，有小树林和假山的公园再理想不过了。游戏可以开始了：一部分孩子扮演强盗，把准备好的财宝（小玩具、积木等）藏在规定的场地里，每个孩子可以藏一个或两个财宝。全部藏好以后，撤出场地。另一组孩子逐个扮演阿里巴巴，每个阿里巴巴每次到场地里找一件或几件财宝出来，限时2分钟。这样轮流找财宝，直至所有财宝被找到。最后被找到的财宝的主人和找到财宝数量最多的阿里巴巴为冠军。

活动过程

老师讲阿里巴巴与四十大盗的故事→准备财宝→分角色→活动开始。

活动组织

1. 讲阿里巴巴与四十大盗的故事。
2. 分角色。
3. 准备好财宝：将财宝贴上标签，每个强盗分发3个。教孩子们藏财宝的各种方法。
4. 游戏开始，老师负责计时间。
5. 换角色游戏：阿里巴巴们和强盗们互相换角色游戏。

教学提示

1. 藏宝的场地要精心选择。
2. 计时要准确，让大家都遵守规则。

02 龟兔赛跑



适合对象：3~4岁幼儿

参加人数：10~25名

场地要求：草地，或者有大型户外运动器械的场地，或者有软垫的室内

活动用具：相当于幼儿数量一半的兔子头饰，同样数量的乌龟头饰，同样数量的奖牌

活动简介

发展四肢力量和协调性，培养竞争意识。选择草地里或有大型户外运动器械的场地，如果是雨天，在室内也可以组织。

先要划定一个场地，爬行的距离要保证6—10米。确定起点和终点。让孩子排成两队，单数的当兔子，双数的当乌龟，游戏就可以开始了。相对于在室内进行而言，在有大型户外运动器械的场地或有小山头的草地里组织，挑战性就更强了，可以设置小河或吊桥之类的障碍路段。

活动过程

老师讲龟兔赛跑的故事→分角色→活动开始。

活动组织

1. 讲龟兔赛跑的故事。
2. 教孩子们爬行的姿势，确保每个小朋友正确地爬行。
3. 第一组龟兔开始爬行赛跑，其余龟兔当啦啦队，喊“乌龟加油！”或“兔子加油！”。
4. 游戏开始，老师负责记录每一个乌龟和兔子爬完全程用的时间。
5. 游戏结束，给每一组的冠军颁发奖牌（一块像金牌的巧克力或其他奖品），并评选活动的总冠军：即爬完全程用时最少的那只乌龟或兔子。

活动难点

1. 教会爬行的线路。
2. 计时要准确，让大家都遵守规则。

03 顽皮的小动物



适合对象：3~4岁幼儿

参加人数：10~25名

场地要求：草地或者有软垫的室内

活动用具：小狗、小鸡、小鸭、小兔头饰各1个，小鼓一个，小摇铃一个，纸（木）棒两根，大枕头一个，用来爬行的纸箱子（两头空，做山洞）

活动简介

发展四肢力量和灵活性，培养规则意识。选择一片空旷的草地或有地毯或软垫的大房间，在四周按东、南、西、北的顺序布置好四把小椅子，上面贴上小狗、小鸡、小鸭、小兔的图片，就是四个小动物的家。练习完各种爬行动作以后，将孩子们分成四组。

先玩“问候邻居”的游戏，从第一组开始，四只小动物就座，小狗一大早就从家里出发，按照顺时针方向分别爬到小鸡、小鸭和小兔的家，向它们问好，然后爬回自己的家。

活动组织

1. 爬行练习：练习手膝着地爬行，膝盖离地爬行，倒退爬行，转圈爬行。教孩子们爬行的正确姿势，确保每个小朋友正确地爬行。

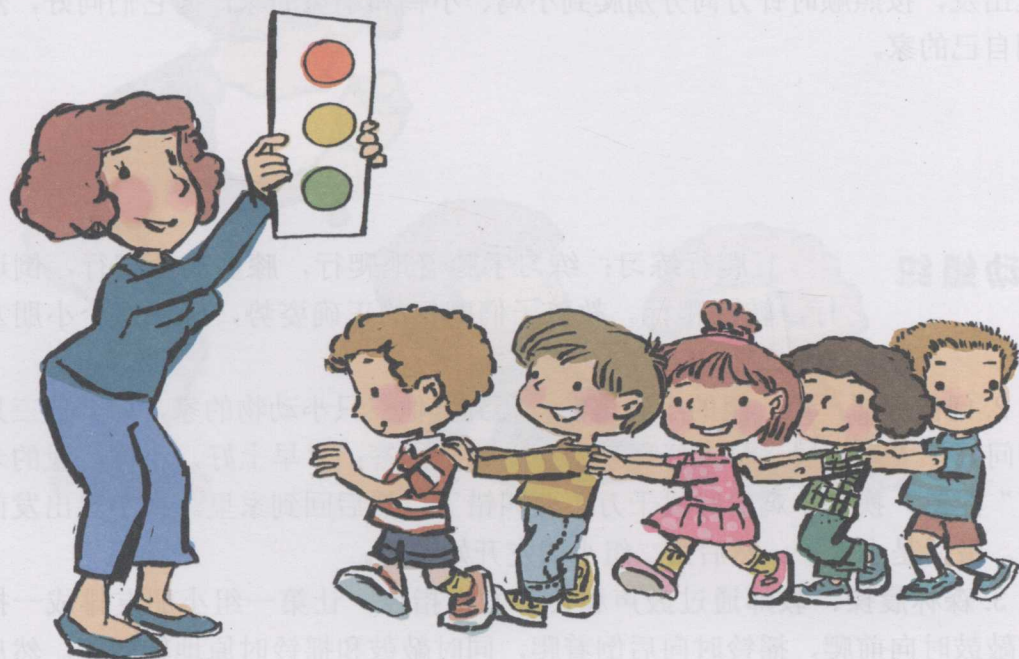
2. 问候邻居：第一组的小狗出发，爬到其他三只小动物的家，向其他三只小动物问好：“老邻居，早上好啊！”小动物则回答：“早上好，小狗，我的老朋友！”注意，换了小鸡的时候千万不要叫错了。然后回到家里。换小鸡出发问候大家。最后是小兔子。然后第二组小朋友开始游戏。

3. 森林晨操：教师通过鼓声和铃声发出指令，让第一组小朋友排成一排示范：敲鼓时向前爬，摇铃时向后倒着爬，同时敲鼓和摇铃时原地转圈爬。然后让小朋友全部排成三排，开始做森林晨操。做完集体操以后，让小动物们休息一会儿：“小宝宝们，我们爬累了，现在打个滚，休息一下，让肚子晒晒太阳，妈妈来帮你们理理毛。”

4. 森林历险：休息完以后，森林运动会就开始了。老师先确定路线，用大枕头当作山、用纸箱子当山洞，用两根纸棒平行放置当作桥摆好，全体幼儿按先后次序按规定线路爬行，到森林里历险。

5. 游戏结束：在地上打滚，放松身体。

04 信号灯



适合对象：3~4岁幼儿

参加人数：10~25名

场地要求：草地或者有软垫的室内

活动用具：红、绿、黄信号灯模型各1个，交通警察头饰一个

活动简介

教幼儿听信号变速走，培养幼儿反应的灵敏性，引导幼儿在游戏中遵守游戏规则，在日常生活中要遵守交通规则。选择一片空旷的草地或大房间，布置好马路、斑马线，游戏就可以开始了。老师当交通警察，面对孩子们站立，分别玩行人、自行车、小汽车、公共汽车和火车的游戏。掌握玩法以后，可以让孩子们轮流当警察指挥交通。

活动过程

行人→自行车→小汽车→公共汽车→火车→游戏结束。

活动组织

1. 老师讲解信号灯的作用和游戏的规则。教会小朋友骑自行车、开小汽车、开公共汽车、开火车的动作。
2. 老师做交通警察，指挥行人：孩子们可以排成队，也可以两个一组拉着手或挽着手，老师说“绿灯”，举起绿色信号牌，大家前进；老师说“黄灯”，举起黄色信号牌，大家放慢脚步；老师说“红灯”，举起红色信号牌，大家停住。老师可以灵活变换信号牌，直至小朋友都能灵活反应为止。
3. 老师继续做交通警察，指挥自行车：孩子们扮演自行车，活动的步骤一样，但老师说“绿灯”并举起绿色信号牌的时候，大家一边行进一边双手模仿自行车行进的动作。
4. 由孩子扮演交通警察，指挥小汽车，大家要遇到绿灯时模仿开小汽车的动作。
5. 由孩子扮演交通警察，指挥公共汽车，大家四个一队纵向排好，后一个人拉住前一个人的衣服，遇到绿灯时最前面的小朋友模仿开公共汽车的动作。
6. 由孩子扮演交通警察，指挥火车，全部小朋友排成一队，后一个人拉住前一个人的衣服，遇到绿灯时最前面的小朋友模仿开火车的动作。

05 溜宠物



适合对象：3~4岁幼儿

参加人数：10~25名

场地要求：空旷的草地

活动用具：有轮子的能够牵引的各种动物玩具

活动简介

这个活动就是牵着自己的宠物到户外散步，练习按一定路线行走，既可以教幼儿爱护动物，爱护环境，也能培养儿童良好的社区礼仪。游戏开始前，要画好一个社区：自己的家、3个邻居的家、小区的便道、汽车道、非遛狗区、可遛狗区。然后告诉孩子们哪里可以遛宠物，哪里是不行的。遛狗时不能松开绳子，遇到邻居时要分别打招呼说：“阿姨，你好！”或：“叔叔，早上好！”等，邻居则要回答：“你好！你的小×好漂亮呀！”用作宠物的动物玩具，品种越多越好。为了增加活动的趣味性，游戏前一天，可允许某一两个孩子将自己的小宠物狗带到幼儿园来，为确保安全，老师需要了解清楚宠物狗的情况，一定要确保是体形小、体质健康的小狗。

活动过程

讲解社区遛狗的规则→开始遛玩具宠物→开始遛真的小宠物狗→活动结束。

活动组织

1. 老师讲解社区里遛狗的规则。
2. 分角色，一个小朋友做宠物的主人，2—3个小朋友扮演邻居。教会一个小朋友在画好的场地里遛一次狗。
3. 分别让小朋友轮流遛自己的玩具宠物或扮演邻居。
4. 让小狗的主人遛自己的狗给大家示范如何遛真的宠物狗，之后再让其他小朋友轮流来遛狗。
5. 最后，老师让小朋友每个人讲一讲自己最喜欢的动物是什么，怎样对待自己的宠物，在遛狗时要注意什么等。