



適合3-4岁

格魯伯儿童大学幼儿游戏运动教程

玩过童年 4

编著 林待秋 王芳
付彬彬 刘晶晶
插图 白小筑



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 4

编著 林待秋 王芳
付彬彬 刘晶晶
插图 白小锐



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

玩过童年. 4/林待秋, 王芳, 付彬彬, 刘晶晶编著; 白小铎插图. —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 978-7-307-07772-0

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084523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: 4.5 字数: 53千字

版次: 2010年6月第1版

2010年6月第1次印刷

ISBN 978-7-307-07772-0/G · 1573

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。

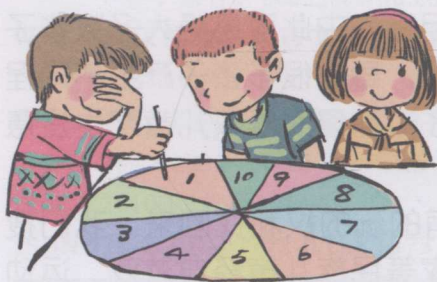
这套游戏运动教程，就是希望把孩子们应有的玩的权利找回来。我们搜集整理了中国、欧洲、美洲、非洲、阿拉伯国家等民族儿童经典游戏、运动

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 章鱼抓小鱼/2
- 02 捉虫子/4
- 03 兔子接力赛/6
- 04 双手传物/8
- 05 拍球唱歌/10
- 06 热气球/12
- 07 找老师的错/14
- 08 举起手来/16
- 09 鸭子! 鸭子! 鹅! /18
- 10 找公牛眼/20
- 11 麻袋赛跑/22
- 12 鼻子顶花生/24
- 13 拔河/26
- 14 找钥匙/28
- 15 勺子传鸡蛋/30
- 16 抓贼/32
- 17 模仿秀/34
- 18 冰冻救人/36
- 19 猫和老鼠/38
- 20 丢手绢/40

家庭篇/43

- 21 一字棋/44
- 22 双色花/45
- 23 分类回收废纸/46
- 24 自制泡泡玩具/47
- 25 变软的鸡蛋/48
- 26 鱼缸里的泡泡/49
- 27 花纹的作用/50
- 28 钓鱼游戏/51
- 29 有几个三角形? /52
- 30 拉锁保养/53
- 31 五子棋/54
- 32 消失的硬币/55
- 33 动物纸牌/56
- 34 绕口令/57
- 35 摔泥泡/58
- 36 画一张中国地图/59
- 37 欣赏古典音乐/60
- 38 交一个社区里的陌生朋友/61
- 39 收藏家/62
- 40 车牌宾果/63





01 章鱼抓小鱼



适合对象：4~6岁幼儿

参加人数：20~30名

场地要求：宽敞的户外草地或大房间

活动用具：无

活动简介

在这个游戏里，非常刺激的是，有些“小鱼”会甘心被“章鱼”吃掉，因为这样的话，他也变成了猎手，可以去抓“小鱼”了。游戏开始前，要划定一个区域做“海洋”，然后有小鱼的家和家对面的海岸，小鱼为了寻找食物，必须不停地从家出发，游到对岸，然后再回来睡觉。在这样来来回回的过程中，要经过一只大章鱼居住的海洋。选一名孩子做“章鱼”，其他孩子全部做“小鱼”，“章鱼”在海洋里等待，“小鱼”全部集中在家这一边，当狡猾的“章鱼”喊道：“小鱼，你们游吧！我不会吃你们的！”“小鱼”们就飞快地跑到对岸去，任何一条“小鱼”只要游到对岸了，就安全了，而穿过海洋时，不幸被“章鱼”抓住的“小鱼”就成了“章鱼”的触手，在别的“小鱼”游到对岸或回游的过程中帮助“章鱼”抓“小鱼”。“章鱼”和它的“触手”可以分开行动，也可以牵着手一起行动。最后只剩下一条“小鱼”还“逍遥法外”，这条“小鱼”就是胜利者，它就能当下一轮游戏的“章鱼”了。

活动过程

布置游戏场地→老师讲解规则→游戏示范一次→游戏正式开始→结束、整理。

教学提示

“抓住”就是紧紧抓住“小鱼”的手，不让“小鱼”逃掉，只是触碰不能算“抓住”。

02 捉虫子



适合对象：4~6岁幼儿

参加人数：不限

场地要求：野外、植物园或公园

活动用具：透明的小瓶子，小沙网

活动简介

去过山区或公园的孩子们都对那里奇异的小昆虫着迷。它们有的会飞，长着彩色翅膀，有的长着好多只脚，爬得很快，有的会蹦，有的会嗡嗡叫，有的还能发光！在一个秋高气爽的日子里，坐上幼儿园的校车，到野外去抓小虫子，大家一定是很兴奋的。当然，这个活动事先一定要得到家长的同意才行。如果实在没有机会到野外秋游，在公园里，只要耐心等待，也会抓到小虫子。几乎所有的小昆虫都喜欢甜味的东西，找一些红糖，把红糖和香蕉捣成糊状，往树皮上一抹，耐心等待一会，就会有昆虫来了。小心地把这些虫子装进小瓶子里，再盖上盖子。记得一定要在盖子上面请老师钻好孔，否则虫子会闷死在里面。最好还能在瓶子里放上几根草，一根小树枝。我们可以把小虫子带回家，可是在第二天就一定要放掉这些小生命，否则它们可能会死亡。看一看，你抓住的虫子有没有翅膀？有触须吗？数一数有几条腿？眼睛是什么样的？叫什么名字？把你的发现告诉小伙伴吧。或者让大人帮助你查找一下这种小虫子的习性。

活动过程

老师教大家认一些昆虫，叫出名字→组织野外的秋游活动→教怎样抓住小虫子→第二天把你抓的小虫子带到幼儿园来，让小朋友看一看，然后一起将小虫子放生。

活动组织

1. 落实目的地。
2. 让孩子们认一认常见的几种虫子。
3. 组织秋游和准备相关的抓虫子的工具。
4. 出发到野外、植物园或公园里抓虫子。

教学提示

1. 事先要征得家长的同意。
2. 不要到危险的野外去。
3. 外出的时间不要超过半天。
4. 往返路线事先要经过仔细考察和确定。

03 兔子接力赛



适合对象：4~6岁幼儿

参加人数：不限

场地要求：户外

活动用具：小兔子头饰

活动简介

这项运动是一项分组接力赛，尤其适合低龄孩子玩。孩子们在草地上跳来跳去，就像是一只只可爱的小兔子。在场地上画出一组起点线，在离起点线5米左右的地方画几个小圆圈作为中转点（有几组就画几个中转点）。小兔子分好组以后，老师喊：“预备，跳！”每一组第一只小兔子同时从平行线出发，像小兔子一样蹦跳着（蹲下来，双手抱紧膝盖，双脚并拢或略分开）前进，当到达中转点，然后绕过中转点再跳回到起跑线后，第二只小兔子出发……最先完成活动的小组获得胜利。

活动过程

布置场地→讲解规则→示范如何像小兔子那样跳→开始比赛→比赛结束。

活动组织

1. 练习小兔跳，掌握跳的技能。
2. 分组。
3. 比赛。

活动难点

1. 每只小兔子一定要绕过中转点。
2. 每组中只有前一只小兔子跳回到起跑线后以后，后一只兔子才能出发。

04 双手传物



适合对象：4~6岁幼儿

参加人数：不限人数，双数参加

场地要求：室内或室外

活动用具：52张扑克牌，其他物品约50个

活动简介

这项运动就是把一组东西传给本组的孩子以后再传回来。看起来简单，但如果要实现快速和准确传递，就不那么简单了。孩子们分成两组，两组人要面对面，相距1米左右，每组选出一名组长，其他孩子分别在组长的左边一个挨着一个排列坐好。每个队长身边放好数目完全相同的小物品，等大家都坐好以后，老师喊：“预备，开始！”每组的队长拿起小物品从左边一个接一个往下传。规则是：物品只能从面前传给本组的下一个人，而且只能用右手传。当传到最后一个孩子手里时，他就把东西换到左手，这时，他得把手伸到背后，反方向往回传，在背后传则只能用左手传，最终传到组长手里时，队长就把传来的东西整齐地码好，但不要和还没传的东西混在一起。最先传完全部东西的那一组获胜。

活动过程

分组→讲解规则→分好物品→示范一次→比赛开始→游戏结束。

活动组织

1. 分组。
2. 教会用右手从前面传物。
3. 教会用左手从后面传物。
4. 比赛开始。

活动难点

1. 用右手从前面传物。
2. 用左手从后面传物。
3. 传送时东西不能掉。

05 拍球唱歌



适合对象：4~6岁幼儿

参加人数：不限

场地要求：室内大房间或户外

活动用具：与幼儿人数相等的皮球

活动简介

简单的拍球也趣味无穷。这项运动其实就是拍皮球，但比起边拍边数数，一首首动听好玩的歌谣更能够让大家开心。大家一起边拍边唱，用手、用脑又用嘴，场面既热闹又专注。在不知不觉中，孩子们就掌握了熟练的拍球技巧。孩子们在掌握拍球经验以后，还可以边唱边变换花样来拍球：如抬腿让球从腿下过去，从背后转球再从前面过来等。

活动过程

老师边拍边唱儿歌→教会一种拍球动作→教另一首儿歌→变换花样。

活动组织

1. 练习拍球。

2. 拍球唱儿歌

①点点虫飞，山上捉一对，捉对花花虫，咬了我手背。

②大黑虫，坐毯上，我弹一，它弹二，我弹三，它弹四，我弹五，它弹六，我弹七，吃了它。

③月亮粑粑，肚里坐个爹爹。爹爹出来买菜，肚里坐个奶奶。奶奶出来绣花，绣只糍粑。糍粑跌到井里，变只蛤蟆。蛤蟆伸脚，变只阿鹊。阿鹊上树，变只斑鸠。斑鸠咕咕咕，告诉和尚打屁股！

活动难点

1. 掌握拍、唱的节奏。

2. 熟练一首再唱另一首。