



Globe
格魯伯教育圖書

適合3-4岁

格魯伯儿童大学幼儿游戏运动教程

玩过童年 3

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

编著 林待秋 王芳

付彬彬 刘晶晶

插图 白小钺



YZLI0890108119



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

玩过童年. 3/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 978-7-307-07771-3

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084525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: 54千字

版次: 2010年6月第1版 2010年6月第1次印刷

ISBN 978-7-307-07771-3/G · 1572 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 传礼物/2
- 02 海绵运水/4
- 03 拍气球射门/6
- 04 传铃铛/8
- 05 飞行员训练/10
- 06 传豆豆/12
- 07 给驴子安尾巴/14
- 08 西蒙说/16
- 09 过魔鬼城门/18
- 10 美食家/20
- 11 猫找窝/22
- 12 沙包游戏/24
- 13 扔纸飞机/26
- 14 挖螃蟹/28
- 15 老虎下山/30
- 16 冬眠/32
- 17 逃跑的野马/34
- 18 吹足球/36
- 19 苹果虫/38
- 20 中国武术操/40

家庭篇/45

- 21 隐形墨水画/46
- 22 吹泡泡比赛/47
- 23 调皮的球/48
- 24 拍J/49
- 25 石头画/50
- 26 有个性的瓶娃娃/51
- 27 制作爱心卡/52
- 28 唐僧玩偶/53
- 29 孙悟空玩偶/54
- 30 猪八戒玩偶/55
- 31 沙和尚玩偶/56
- 32 太阳花/57
- 33 挤大鬼/58
- 34 蛋壳贴画/59
- 35 你能涂几种样子? /60
- 36 涂色游戏/61
- 37 睡袍派对/62
- 38 轻松开锁/63
- 39 吃遍百家/64
- 40 自制拼图/65





01 传礼物



适合对象：3~6岁幼儿

参加人数：不限

场地要求：户外或大房间

活动用具：与儿童数量大致相等的小礼物，可以要求每个孩子带一个到幼儿园来，适合聚会的动听的音乐

活动简介

这项运动适合在开学初，有孩子过生日时，一项激烈的运动或紧张的学习活动结束后来玩。大家围坐一圈，随着欢快的音乐声起，开始传接一个被层层包裹好的秘密礼物（一只小玩具动物、一只气球、一块巧克力等等），每个接到礼物的人只能打开一层包装纸，打开最后一层包装纸的孩子就成为这次传送的一名幸运儿，可以将礼物据为己有。这个游戏可以玩好几遍，只要礼物数量足够，游戏可以一直玩下去，因为只有一两个幸运儿，显然会让大多数孩子感觉有点沮丧。

活动过程

讲规则→传第一个秘密礼物→传第二个秘密礼物→游戏结束。

活动组织

1. 每次打开礼物时只能打开一层，并且动作要慢，不要弄破里面的包装纸。

2. 可以鼓励得到两个礼物的小朋友分一个给没有得到礼物的小朋友。

02 海绵运水



适合对象：3~6岁幼儿

参加人数：不限

场地要求：有洁净水源的户外

活动用具：一些海绵，水桶或水盆

活动简介

没有一个孩子是不喜欢玩水的。一切生命，包括人类自己都是从水里进化而来的，孩子们出生前生活在水里长达10个月之久，明白了这一点就足以解释孩子们为什么喜欢水了。因为怕弄湿衣服而简单限制孩子玩水，可能在大人看来并不是了不起的大事，可在孩子看来，这简直是一种成人的霸道。所以，问题的关键是满足他们玩水的天性的同时，让情况在可控制的范围内。用海绵运水这项运动在春季学期末或秋季学期初都可以开展。

活动过程

玩水→讲解海绵吸水的原理→运水示范→活动结束。

活动组织

1. 确定好运水的路线。
2. 孩子们自己玩海绵吸水的游戏，观察盆子里水位的变化。
3. 海绵运水比赛：将孩子们分成人数相等的两队，比赛各自用海绵将一桶水从起点运送到终点，先运完一桶水的一队取胜。

教学提示

准备好换的衣服，让孩子们在被水打湿后能及时换掉湿衣服。

03 拍气球射门



适合对象：3~6岁幼儿

参加人数：人数不限

场地要求：室内大房间

活动用具：一个充空气的气球，气打到七八成满。

活动简介

这项运动是一项非常热闹的室内运动。孩子们分成两排，面对面坐在地上，两排之间的距离1米左右，这条留出来的过道称为“球道”。两边报好数，一排中的奇数和对面一排中的偶数为甲队，其他小朋友为乙队。“球道”的两头是甲、乙队的“球门”。当大家确定好自己的队友以及要射的球门以后，大家就可以一起数：“一！二！三！”裁判就在两队过道的中间开球，一方将球往对方的球门拍去，另一方由阻挡并将球往对方的球门拍。如果一方将球拍进了对方的球门就得一分，再重新从中间开球。整个过程中队员只能坐着不能移动位置，如果球被拍出较远，裁判负责将球给倒数第二个接触到球的人。

活动过程

老师讲解规则→教会6个小朋友玩→全体小朋友参加→其中进球的一队得1分→开始下一局→游戏结束。

教学提示

1. 球的大小和弹性要适合，气不能太满，也不能太瘪。
2. 要有一个专人负责捡球。

04 传铃铛



适合对象：3~6岁幼儿

参加人数：人数不限

场地要求：室内或户外

活动用具：2~3根1米长的绳子，同样数量的铃铛

活动简介

每组一根绳子和一个铃铛。将绳子套上铃铛，确保铃铛可以在绳子上自由滑动，再把绳子的两端打个结，使套上铃铛的绳子形成一个绳圈，注意打结时剩下的结头不能太长，最多只留2~3厘米，以免影响铃铛在绳圈上滑动。做好后检查一遍，就可以比赛了：每8~10个孩子形成一个圈，用一只手握住绳圈，站着坐着都可以，身体尽可能向后以绷紧绳圈，其中一名孩子左手握住绳子的同时，右手握住铃铛。当老师喊：“预备，开始”后，每个队中握铃铛的孩子迅速将铃铛推向右边的孩子，然后一个接一个往下传，最先将铃铛在绳圈上传完三圈的那一队就是冠军队。

活动过程

老师准备活动用具→讲解规则→让其中5名小朋友示范→开始比赛。

05 飞行员训练



适合对象：3~6岁幼儿

参加人数：人数不限

场地要求：有软垫的室内或空旷安全的草地

活动用具：无

活动简介

向左转动身体，张开双臂保持平衡。再向右转动身体，张开双臂保持平衡。边旋转身体边行进……这个游戏足够让孩子们开心地玩上整整20分钟！孩子们会一遍一遍地从地上爬起来，东倒西歪，动作滑稽可笑。他们似乎得不到满足，一遍又一遍地重复向左转，向右转，体验天旋地转的眩晕感觉，这简直太好玩了！

试试看，你能够转几个圈而不倒地呢？

安全提示

确保活动区域无硬物，以免碰伤孩子。

