



何秀华 编著



幼儿 全方位培养 游戏 100 例

(1~3岁)

中国宇航出版社



中国宇航出版社

· 北京 ·

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

幼儿全方位培养游戏100例,1~3岁/何秀华编著.

—北京:中国宇航出版社,2008.1

ISBN 978-7-80218-274-5

I.幼... II.何... III.婴幼儿—智力游戏 IV.G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第082644号

责任编辑 黄 辛 责任校对 徐春梅 装帧设计 03工舍

出 版 中国宇航出版社

社 址 北京市阜成路8号 邮 编 100830
(010)68768548

网 址 www.caphbook.com/www.caphbook.com.cn

经 销 新华书店

发行部 (010)68371900 (010)88530478(传真)
(010)68768541 (010)68767294(传真)

零售店 读者服务部 北京宇航文苑
(010)68371105 (010)62529336

承 印 北京百花彩印有限公司

版 次 2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

规 格 880 × 1230 开 本 1/24

印 张 5.5 字 数 143千字

书 号 ISBN 978-7-80218-274-5

定 价 60.00元(全4册)

本书如有印装质量问题,可与发行部联系调换

序

捧着两位研究生送上的《幼儿全方位培养游戏 100 例》丛书的初稿，欣慰之情不禁。

家庭是儿童发展最早也是最持久的环境，是社会中最常见的单元，而父母在任何儿童生活中都是最为重要的角色。

在人类历史中，家庭在成立之初，承担了更多的社会功能：再生产功能——为社会提供新的社会成员；经济功能——生产并交换产品和服务；社会秩序功能——控制并协调成员之间矛盾，使社会有序运作；社会化功能——使幼年成员经成年成员的训练后，能够具备参与社会活动的的能力；情感支持功能——把个体成员联系起来，使每位社会成员都意识到共同的社会责任和社会目标。

由于社会的不断发展，尤其是大工业社会的形成，社会对家庭的功能需求远远超过了家庭的单独承受能力，于是，其他的社会机构发展，协助家庭完成某些功能。学校、幼儿园以及其他教育机构的建立，就是为协助家庭完成对幼年社会成员的社会化功能而应运而生。

我们都知道，尽管其他社会环境也同样塑造着儿童的发展，但就其力度和广度来说，没有能与家庭相提并论的。无论家长有意还是无意，他们的行为都对儿童发展产生积极或消极的影响。因此，我们努力把家长请进幼儿园，把育儿知识、观念传导到家庭教育之中。而社会力量也在努力协助我们达到这一艰难的目标。这套《幼儿全方位培养游戏 100 例》丛书，就是使家长通过日常游戏，对儿童发展产生正向效果的一种尝试与努力。

纵观全套书，给我的感觉有两个。第一是，教育性与游戏性并存。第二是，传统性与时代感并存。教育性与游戏性并存，指的是游戏在使孩子切实地得到欢乐之余，自然而然地达到了教育的目的，而不是牵强地向孩子灌输知识，或放任孩子进行低水平的游戏；传统性与时代感并存，指的是游戏既沿袭了传统游戏的玩具及玩法，使取材方便，顺手拈来，又灌注了新的理念与内容。

“以往的哲学都只是解释世界，但问题在于改变世界。”我的研究生们把在大学生中关于教育的学习，转化为对教育事业的热爱以及献身教育的热情，而如今，更进一步通过文字，将知、情、意，转化为教育的行为。祝愿她们在教育的征途上越走越远。

北京师范大学教育学院

刘焱
2007.7.10.



健康篇

1~3岁宝宝的健康发展特点 / 2

我们的建议 / 2

游戏方案 / 4

游戏1 小兔跳跳跳 / 4

游戏2 小小脚印 / 6

游戏3 踩石头 / 7

游戏4 模仿动物睡觉 / 8

游戏5 学做史努比操 / 9

游戏6 穿珠子 / 10

游戏7 不怕怪物 / 11

游戏8 开火车 / 12

游戏9 贴星星 / 13

游戏10 送小羊回家 / 14

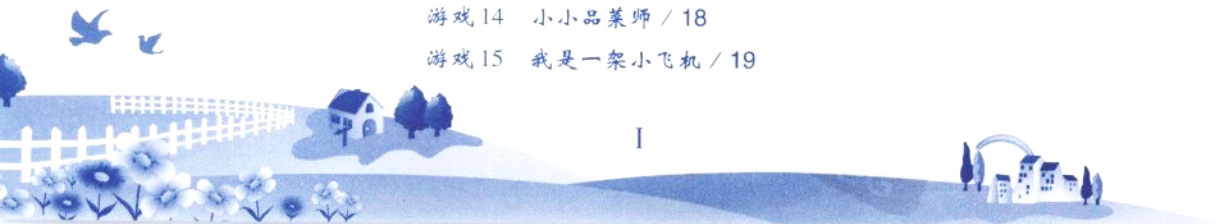
游戏11 抢座位 / 15

游戏12 神秘袋 / 16

游戏13 喂瓶宝宝吃豆豆 / 17

游戏14 小小品菜师 / 18

游戏15 我是一架小飞机 / 19



- 游戏 16 手指游戏 / 20
- 游戏 17 捉蝴蝶 / 21
- 游戏 18 会滚的瓶宝宝 / 22
- 游戏 19 鞋子生气了 / 23
- 游戏 20 好玩的绳宝宝 / 24

1~3岁宝宝健康领域能力发展参照表 / 25

科学篇

1~3岁宝宝的科学教育发展特点 / 28

我们的建议 / 28

游戏方案 / 30

- 游戏 1 纸宝宝 / 30
- 游戏 2 雪花变形 / 31
- 游戏 3 抛焰火 / 32
- 游戏 4 水和冰 / 33
- 游戏 5 小水滴搬家 / 34
- 游戏 6 小珠子赛跑 / 35
- 游戏 7 颜色变变变 / 36
- 游戏 8 谁躲到水里了 / 37
- 游戏 9 蜡烛灯塔 / 38
- 游戏 10 谁的船先沉 / 39
- 游戏 11 动脑筋想想看 / 40
- 游戏 12 菠萝中的秘密 / 41
- 游戏 13 种“植物” / 42
- 游戏 14 数字小鱼 / 43
- 游戏 15 小金鱼 / 44



- 游戏16 插花 / 45
游戏17 搭配与分类 / 46
游戏18 数字宝宝 / 47
游戏19 赛车 / 48
游戏20 圆形 / 49

1~3岁宝宝科学领域能力发展参照表 / 50

社会篇

1~3岁宝宝的社会性发展特点 / 52

我们的建议 / 52

游戏方案 / 54

- 游戏1 搓汤圆 / 54
游戏2 和大树做朋友 / 55
游戏3 我有一双小小手 / 56
游戏4 把玩具送回家 / 57
游戏5 红绿灯 / 58
游戏6 跟我做 / 59
游戏7 找朋友 / 60
游戏8 贴五官 / 61
游戏9 小旗手 / 62
游戏10 茶话会 / 63
游戏11 买蛋糕 / 64
游戏12 轻轻小屋 / 65
游戏13 过“六一” / 66
游戏14 小鸭找朋友 / 67
游戏15 小指挥 / 68

游戏 16 穿鞋运动会 / 69

游戏 17 扔垃圾 / 70

游戏 18 整齐的椅子 / 71

游戏 19 我会回家了 / 72

游戏 20 我是小帮手 / 73

1~3 岁宝宝社会领域能力发展参照表 / 74

语言篇

1~3 岁宝宝的语言发展特点 / 76

我们的建议 / 76

游戏方案 / 78

游戏 1 七只小老鼠 / 78

游戏 2 彩色的名字 / 79

游戏 3 帮字卡找朋友 / 80

游戏 4 香蕉“变变变” / 81

游戏 5 学发音 / 82

游戏 6 熊妈妈教发音 / 83

游戏 7 跳“房子”、练说话 / 84

游戏 8 击打大灰狼 / 85

游戏 9 我的故事 / 86

游戏 10 说出“是”和“不” / 87

游戏 11 勺子亲杯子 / 88

游戏 12 谁来了 / 89

游戏 13 甜甜的糖 / 90

游戏 14 小松鼠 / 91

游戏 15 想妈妈 / 92



- 游戏 16 小鸡吃米 / 93
- 游戏 17 到小羊家作客 / 94
- 游戏 18 回忆过去 / 95
- 游戏 19 一起玩 / 96
- 游戏 20 小金鱼找朋友 / 97

1~3 岁宝宝语言领域能力发展参照表 / 98

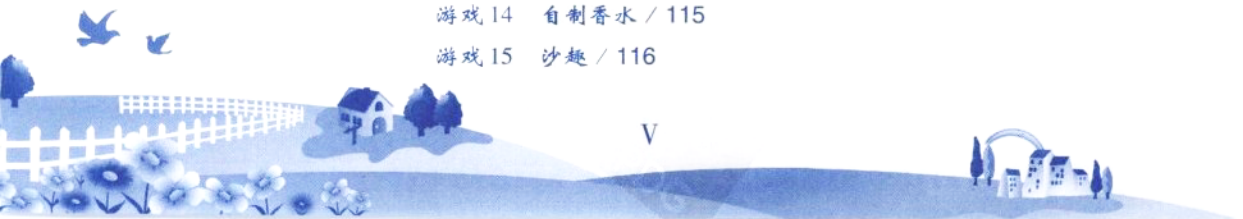
艺术篇

1~3 岁宝宝的艺术发展特点 / 100

我们的建议 / 100

游戏方案 / 102

- 游戏 1 水杯叮咚 / 102
- 游戏 2 涂鸦小画家 / 103
- 游戏 3 小青蛙 / 104
- 游戏 4 有趣的表情 / 105
- 游戏 5 画葡萄 / 106
- 游戏 6 拼图游戏 / 107
- 游戏 7 动物运动会 / 108
- 游戏 8 小小伴奏师 / 109
- 游戏 9 彩带飘飘 / 110
- 游戏 10 树叶印画 / 111
- 游戏 11 牙刷作画 / 112
- 游戏 12 自制挂饰 / 113
- 游戏 13 大手包小手 / 114
- 游戏 14 自制香水 / 115
- 游戏 15 沙趣 / 116



游戏 16 绕毛线 / 117

游戏 17 小手“爬” / 118

游戏 18 小蝌蚪 / 119

游戏 19 小老鼠上灯台 / 120

游戏 20 乐器宝宝 / 121

1~3岁宝宝艺术领域能力发展参照表 / 122



健康篇

幼儿健康教育包括幼儿身体健康和心理
健康两部分。其中，幼儿身体健康又由幼儿
身体保健和幼儿身体锻炼两方面组成，包括
生活习惯、饮食与营养、人体认识与保护、
保护自身安全以及幼儿基本活动技能、身体
素质、基本体操等方面；心理健康则指幼儿
活泼开朗、积极参与活动、愿意与同伴交往、
富有同情心、做事自信、勇敢而有坚持性、
诚实、有错肯改等特征。



1~3岁宝宝的健康发展特点

1~3岁宝宝生长发育迅速，身高、体重增长较快，经常、适宜的体育活动能促使其身体正常生长发育，有效提高机体各项器官的系统功能，促进基本动作和身体机能的协调发展。

这一阶段，宝宝的运动技巧较之前会有一些新的发展，不但能学会自由地行走、跑、跳、上下台阶等动作，运动的技巧和难度也有进一步的提高。手的精细动作有很大的发展，能比较灵活地运用物体，如，握笔、搭积木、拿勺吃饭，甚至学会使用筷子。

此年龄段宝宝不仅喜欢户外活动，而且随着大动作的发展，已能逐步自行参与许多户外活动，这些活动不仅能使宝宝心情愉快、自由活泼、积极主动，还能培养其开朗的性格和良好的个性品质。

1~3岁宝宝的自主意识开始产生，能意识到外界事物与自己的存在，能惟妙惟肖地模仿周围人的动作，会用语言表达自己的感情，会随音乐而动，经常保持心情愉悦。另外，这一阶段的宝宝对成人的要求会做出“不”的反应，甚至对成人的要求置之不理。

我们的建议

1. 和宝宝一起散步

带宝宝外出散步时，可以游戏的方式让他学习向前跑，尝试双脚一起跳，在大人的支持下单足站稳。可一手扶着宝宝，帮助他保持身体平衡，待他熟练之后，再渐渐让他独立单足站立。还可以鼓励宝宝用脚尖走路，给他一个小球，教他学踢球，等等。

2. 创造和提供活动的材料和机会

父母应尽可能地提供给宝宝多种多样的活动材料，如，绳子、蹦蹦球、玩沙的工具等；还可为他创造活动的情境，如，在地板上放置一根绳子，让他练习走平衡，带他到户外玩沙子和水。活动材料加情境创设，一定会受到宝宝的喜爱。

3. 与宝宝一起跳舞

父母可学习一些幼儿舞蹈，播放适合的音乐，与宝宝一起跳舞。刚开始时，可让宝宝模仿父母的动作，待他进入状态后，则可鼓励他创造性地自主“舞蹈”，促进骨骼、肌肉以及呼吸、神经系统和循环系统的发育，加快新陈代谢，促进生长发育，并让宝宝获得愉悦。

4. 做好前期准备，让宝宝尽快适应幼儿园生活

很多宝宝开始都不愿意去幼儿园，为帮助他尽快适应幼儿园的生活，父母应为他做好前期准备，如，带宝宝到幼儿园转转，熟悉周围的环境；跟宝宝讲一讲幼儿园里的生活，有很多好玩的游戏、好听的故事，有很多小朋友，还有很好的老师……让宝宝对幼儿园产生美好的印象，逐渐减少对幼儿园的陌生感和恐惧感。

5. 关注宝宝的心理健康

宝宝也是一个社会人，他有自己的心理活动，而且会随年龄的增长而逐渐丰富、复杂，所以，宝宝除了有物质方面的需求外，还会有心理上的需求和愿望。他需要父母提供各种各样的信息，给予情感上的支持和行为上的帮助。细心的父母不仅要为宝宝的身体健康提供足够的保证，还要关注他的心理健康，采取适合他的态度和方式，多和他进行情感上的交流。

游戏方案

游戏 1 小兔跳跳跳

训练要点

1. 训练宝宝跳高、跳远的动作。
2. 促进亲子之间的密切配合，增进亲子感情。

活动准备

兔子头饰 3 个（可以自制），挂有彩球的假果树 1 棵，绳 2 根（摆成一条小水沟），山洞 3 个（可以用泡沫材料制作），奖品若干。

活动过程

1. 爸爸和宝宝分别戴上兔子头饰，做“小兔跳跳跳”的游戏。爸爸带宝宝做各种跳的动作，跳前、跳后、跳左、跳右，边跳边念儿歌：“小白兔，跳跳跳，跳到东，跳到西，跳到草地吃青草，吃完青草睡大觉。”（宝宝做吃青草的动作，吃饱后睡在妈妈的怀里，嘴里发出呼噜声。）
2. 妈妈说：“天亮了，小兔子快起来，今天要去郊游啦。”宝宝起来跳啊跳，前面有一条小水沟，还有山洞，怎么办？请兔爸爸和兔宝宝一起想办法。
3. 兔爸爸给兔宝宝讲解、示范跳的要领：跳的时候要两脚并拢，用力向前跳，落地时要轻，用前脚掌先落地（可以让宝宝原地先练习几下再跳水沟）。
4. 跳过水沟，兔爸爸带着兔宝宝一起钻过山洞。

5. 跳过小水沟，钻过山洞，兔爸爸和兔宝宝来到果园里，可是果树长得很高，怎样才能摘到果子呢？兔爸爸和兔宝宝练习原地向上跳。

6. 兔爸爸辅导兔宝宝原地向上跳起摘果子（彩球）。可以让兔爸爸摘较高处的果子，让兔宝宝摘较低处的果子，俩人比赛，看谁摘得多。

7. 如果兔宝宝摘到了较高的果子，可以奖励给他一个小礼物。

**贴心提示**

父母可以利用节假日，带宝宝到野外郊游，同时练习平衡能力和跳的本领。这种形式可以促进宝宝和父母之间的情感交流，有趣的游戏还能激发宝宝的学习兴趣，让他轻松愉快地进行锻炼。



游戏 2 小·小·脚印

训练要点

1. 发展宝宝的平衡和协调能力。
2. 发展宝宝运动的企划能力。

活动准备

大白纸 1 张，清水 1 盆（可以在水里加些颜料）。

活动过程

让宝宝把脚打湿，在大白纸上走过去，留下一串脚印。宝宝可能会想把自己的小脚印，连成一条直线或一个圆圈，或者拼成各种各样的图案。



贴心提示

这个游戏比较适合夏天在阳台或院子里进行。可以让宝宝用湿漉漉的小脚丫踩在水泥地面上作图，他一定会从这个简单的游戏中获得乐趣。游戏时，父母应在一旁协助，避免宝宝不小心滑倒。

