



幼儿 全方位培养 游戏100例



(5~6岁)

何秀华 翟艳 编著



中国宇航出版社



幼儿 全方位培养 游戏100例

(5~6岁)

何秀华 翟艳 编著

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.5~6岁 / 何秀华, 翟艳编著.
—北京: 中国宇航出版社, 2008.1
ISBN 978-7-80218-274-5

I. 幼... II. ①何...②翟... 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 苹 责任校对 徐春梅 装帧设计 03工舍

出 版 中国宇航出版社
发 行
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 5.75 字 数 152 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

5~6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 我要学刘翔哥哥 / 4

游戏2 安全指示大搜查 / 6

游戏3 护球使者 / 7

游戏4 顶气球 / 8

游戏5 会跑的口袋 / 9

游戏6 放风筝 / 10

游戏7 身体字母表 / 11

游戏8 小侦探破案 / 12

游戏9 小猫钓鱼 / 13

游戏10 攻城之战 / 15

游戏11 跳跳球 / 16

游戏12 斗脚力 / 17

游戏13 丢沙包 / 18

游戏14 旋转舞翩翩 / 19

游戏15 巧玩洗衣板 / 20



- 游戏16 飞镖手 / 21
- 游戏17 健康郊游餐 / 22
- 游戏18 蚕宝宝长大了 / 23
- 游戏19 小小树叶飘起来 / 24
- 游戏20 盲人走路 / 25

5~6岁宝宝健康领域能力发展参照表 / 26

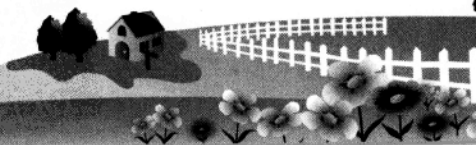
科学篇

5~6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 神奇的力 / 30
- 游戏2 转动的小花伞 / 31
- 游戏3 小小摄影师 / 32
- 游戏4 小鱼的乐园 / 33
- 游戏5 小小植物家 / 34
- 游戏6 隐形的风和变化的水 / 35
- 游戏7 水做的放大镜 / 36
- 游戏8 蜡烛抽水机 / 37
- 游戏9 动物的保护色 / 38
- 游戏10 有趣的小昆虫 / 39
- 游戏11 谁的泡泡多 / 40
- 游戏12 娃娃生病了 / 42
- 游戏13 分清左和右 / 43
- 游戏14 大脚丫 / 44
- 游戏15 迷画 / 45



游戏16 找座位 / 46

游戏17 数字一家 / 47

游戏18 认识人民币 / 48

游戏19 认识时钟 / 49

游戏20 拍手计算 / 50

5~6岁宝宝科学领域能力发展参照表 / 51

社会篇

5~6岁宝宝的社会性发展特点 / 54

我们的建议 / 54

游戏方案 / 56

游戏1 我该怎么办 / 56

游戏2 玩具维修日 / 57

游戏3 玩具总动员 / 58

游戏4 玩风筝 / 59

游戏5 分享美食 / 61

游戏6 国王与花种子 / 62

游戏7 大赢家 / 64

游戏8 表心情 / 65

游戏9 消气锦囊 / 66

游戏10 小主播 / 67

游戏11 十二生肖 / 68

游戏12 水娃娃病了 / 69

游戏13 元宵花灯会 / 70

游戏14 家庭民主生活会 / 71

游戏15 小猪开车 / 72

游戏 16 感恩的心 / 73

游戏 17 自尊的皇冠 / 74

游戏 18 鸟儿的住处 / 75

游戏 19 火灾演习 / 76

游戏 20 我是小学生 / 77

5~6岁宝宝社会领域能力发展参照表 / 78

语言篇

5~6岁宝宝的语言发展特点 / 80

我们的建议 / 80

游戏方案 / 82

游戏 1 萤火虫找朋友 / 82

游戏 2 柿子、李子、栗子、梨 / 83

游戏 3 鸡妈妈买鞋 / 84

游戏 4 爷爷的一封信 / 85

游戏 5 老虎和黑熊 / 86

游戏 6 自己做书 / 88

游戏 7 吉祥三宝 / 89

游戏 8 美丽的秋天 / 90

游戏 9 找错 / 91

游戏 10 动物园 / 92

游戏 11 豌豆宝宝 / 93

游戏 12 找相反 / 95

游戏 13 念念看 / 96

游戏 14 组词接龙 / 97

游戏 15 小问号 / 98



- 游戏16 心情天气播报 / 99
游戏17 偷梦的妖精 / 100
游戏18 假如我是…… / 101
游戏19 我所喜欢的季节 / 102
游戏20 动物酒店 / 103

5~6岁宝宝语言领域能力发展参照表 / 104

艺术篇

5~6岁宝宝的艺术发展特点 / 106

我们的建议 / 106

游戏方案 / 108

- 游戏1 狮王进行曲 / 108
游戏2 洋娃娃和小熊跳舞 / 109
游戏3 缠线 / 110
游戏4 玻璃压画 / 111
游戏5 找不同 / 112
游戏6 右手教左手 / 113
游戏7 想象作画 / 114
游戏8 小小配音师 / 115
游戏9 四季如画 / 116
游戏10 颠倒歌 / 117
游戏11 书法王国 / 118
游戏12 有趣的西瓜皮 / 119
游戏13 教奶奶唱歌 / 120
游戏14 风姐姐来了 / 121
游戏15 隐藏的围巾 / 122

游戏16 我想飞 / 123

游戏17 皮影戏 / 124

游戏18 画笑脸和哭脸 / 125

游戏19 滑稽的小爸爸 / 126

游戏20 庆春节 / 127

5~6岁宝宝艺术领域能力发展参照表 / 128



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。

5~6岁宝宝的健康发展特点

5~6岁宝宝的大脑皮层兴奋过程占优势，兴奋易扩散，抑制过程较弱，神经细胞较脆弱、易疲劳，大脑对氧的需要量相对较大。

此年龄段宝宝的发育速度虽然有所减慢，但总体还是非常迅速的，新陈代谢旺盛，但机体各部分的机能发育还不够成熟，所以，对外界的适应能力和对疾病的抵抗能力还比较差，如骨骼硬度小、弹性大，可塑性强，如果长时间坐姿或站姿不正确，很容易造成骨骼变形；易感染各种疾病等。

此年龄段宝宝的肌肉力量还比较弱，肌肉群的发育也不平衡，大肌肉群先发育，小肌肉群还未发育完善，手脚动作比较笨拙，特别是手，还难以完成较为精细的动作，存在较明显的个体差异。

我们的建议

1. 创造支持宝宝活动的环境

一方面，父母应为宝宝提供宽松、支持的环境，使宝宝有安全感、愉悦感和被信任感，积极主动地参加各种活动，同时，在物质条件方面，还应为其提供一个安全、卫生的家庭环境，为宝宝准备各种活动材料，鼓励宝宝多活动，保持家居环境的安静、整洁和优美，光线好，空气清新。

2. 在生活中培养宝宝的良好习惯，增强其自理和自我保护能力

父母应细心照料宝宝的生活，充分利用日常生活中的点滴细节，培养宝宝良好的生活习惯、卫生习惯、生活自理能力和自我保护意识的的能力，使宝宝在主动参与的过程中，逐渐获得良好的发展。

3. 发展宝宝的空间方位感

在各种感觉动作中，空间方位感和宝宝的学习具有密切的关系。如果宝宝对自身的外部空间缺少认识，就会出现左右不分，进入小学后会出现左右偏旁部首颠倒等问题。所以，父母应重视培养宝宝的空间方位感。如，让宝宝随口令练习左右、前后动作，指认上下、前后及左右方位等，教宝宝辨认东西的位置和形状，还可以让他根据自己的爱好，布置自己的房间。

4. 和宝宝做做“心理体操”

心理发展和身体发展一样，都需要通过一定的锻炼来促进其健康。为了培养宝宝的心理承受能力，父母可有目的、有计划地开展“心理体操”。进行体育活动时，应有意识地培养宝宝的意志品质，如，坚持性、耐性等。在家里还可组织各种小比赛，树立宝宝的自信心，培养宝宝正确的竞争意识。

5. 丰富宝宝的生活

宝宝的丰富生活内容应该是丰富的。在宝宝的一日生活中，要有适合的学习、劳动，还要有适当的娱乐。有的父母忙于工作，除了对宝宝在吃穿上给予满足外，对其他方面很少关心；有的父母望子成才心切，过多地安排宝宝学习，致使宝宝精神紧张，兴趣偏狭，生活能力差，影响了其人格的健全发展。所以，父母既要关心宝宝读书，更要关心宝宝的个性发展，使他的生活丰富而又多彩。

游戏方案

游戏 1 我要学刘翔哥哥

训练要点

1. 通过积极的榜样学习，培养宝宝的运动兴趣，加深其对营养、竞技、体育精神等方面的认识，并付诸于日常行动中。
2. 培养对信息的收集和选择能力，提高认知水平。

活动准备

报纸几份。

活动过程

1. 与宝宝一起关注有关刘翔哥哥的新闻报道，讲讲有关刘翔哥哥的有趣故事。
2. 鼓励宝宝通过多种渠道，收集刘翔哥哥的资料，和宝宝一起阅读，一起看新闻，浏览相关网页。
3. 和宝宝进行“我要学习刘翔哥哥”为主题的活动，提出问题：“刘翔哥哥为什么能成为世界飞人？”答案可以从饮食与营养、日常体育锻炼及积极的心理素质、运动安全入手，还可以和宝宝一起做一个小剪报集，内容日日更新，不断完善。
4. 制定“世界飞人”培养计划，测量宝宝的跑步速度，通过各种具体措施和策略，包括营养结构的改进、日常体育锻炼、自信心及坚持性等良好心理素质的激发（这些措施需要及时让宝宝理解），在半个月或一个月后再行测量，看看他是否有或多或少的进步并予以鼓励，促进宝宝将体育锻炼坚持下去。



贴心提示

刘翔哥哥除了自信与勤奋外，对国家、民族的热爱之情也值得宝宝学习。父母应因势利导，用一个立体的刘翔哥哥的形象来感染宝宝，同时要敏感于宝宝的每一个微小进步，多加给予其鼓励与支持。

【附刘翔小档案】

2004年雅典奥运会男子110米栏金牌，以12秒91平了由英国名将科林·杰克逊保持的世界纪录，这枚金牌是中国男选手在奥运会上夺得的第一枚田径金牌。

2005年5月当选第六届世界劳伦斯体育奖最佳新人。

2005年5月7日，国际田联大奖赛日本大阪站，13秒12夺冠。

2005年6月5日，美国普雷方丹田径精英赛，13秒06夺冠。

2005年7月1日，国际田联黄金联赛巴黎站，13秒06获第三。

2005年7月8日，国际田联黄金联赛罗马站，13秒24获亚军。

2005年8月12日，世界田径锦标赛13秒08夺得亚军，创造了中国男选手在世锦赛历史上的最好成绩。

2006年7月11日，洛桑田径大奖赛，12秒88打破110米栏世界纪录。

2007年2月11日，德国卡尔斯鲁厄室内赛，7秒42破亚洲60米栏室内纪录夺冠。

2007年5月5日，大阪大奖赛，13秒14实现四连冠。

2007年8月31日，田径世锦赛，12秒95夺冠。



游戏 2 安全指示大搜查

训练要点

1. 加深宝宝对安全指示牌的认识，了解各种安全标志的含义和作用。
2. 提高宝宝的安全意识，学习设计安全指示标志。

活动准备

常见的安全标志图片若干，数码相机 1 台或其他记录工具。

活动过程

1. 和宝宝一起在家识认常见的安全标志图片，熟练后带宝宝到各处寻觅安全指示，如，“紧急出口”、“禁止吸烟”等标识。
2. 和宝宝比赛，看谁发现新的安全指示标识多，认一认并说一说。
3. 发现新的安全指示，用数码相机拍下来，或做一个简单的描画，回到家后再重新认一认这些标识。
4. 和宝宝一起设计几个安全指示牌，如，“不要用湿手摸电源”、“下楼梯应扶着护栏”。



贴心提示

小小的安全指示牌，有很多可以挖掘的教育资源。它可以培养宝宝对图片的理解和对简洁之美的鉴赏力，更重要的是可以让宝宝从对安全指示牌的创造性设计中，更加深刻地认识安全知识，提高安全意识。