

北大幼教丛书

幼儿体育游戏设计

王燕华 杨雪扬 编 著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

北大幼教丛书

幼儿体育游戏设计

王燕华 杨雪扬 编著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

幼儿体育游戏设计/王燕华, 杨雪扬编著. —北京: 北京大学出版社, 2017.8
(北大幼教丛书)

ISBN 978-7-301-28335-6

I. ①幼… II. ①王… ②杨… III. ①体育游戏—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第115121号

- 书 名 幼儿体育游戏设计
YOU'ER TIYU YOUXI SHEJI
- 著作责任者 王燕华 杨雪扬 编著
- 责任编辑 周 伟 邬海澄
- 标准书号 ISBN 978-7-301-28335-6
- 出版发行 北京大学出版社
- 地 址 北京市海淀区成府路205号 100871
- 网 址 <http://www.pup.cn> 新浪微博: @北京大学出版社
- 电子信箱 zyjy@pup.cn
- 电 话 邮购部62752015 发行部62750672 编辑部62754934
- 印 刷 者 北京大学印刷厂
- 经 销 者 新华书店
- 787毫米×1092毫米 16开本 19印张 450千字
2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷
- 定 价 85.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有, 侵权必究

举报电话: 010-62752024 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

图书如有印装质量问题, 请与出版部联系, 电话: 010-62756370

本书编委会

(按拼音排序)

付传彩	韩巧巧	韩 燕	李 凡
李慧萍	李静萍	李 赟	刘学艳
刘 燕	罗 洪	孟 帆	王 浩
王燕华	谢珍金	杨雪扬	余 丽
张 平	张玉萍	赵 娜	赵红梅

总 序

随着国务院《关于当前发展学前教育的若干意见》（国发〔2014〕41号）（以下简称《意见》）和教育部《3—6岁儿童学习与发展指南》（以下简称《指南》）等纲领性文件的颁布实施，我国学前教育事业开启了蓬勃发展的新局面。越来越多的幼儿园在如何进一步提高办园质量方面展开了深入的思考并不断地探索实践，形成了多元化和多样化的发展态势。北京大学附属幼儿园园本课程的开发和建设，对于彰显办园特色，促进幼儿发展，提升教师教育教学水平具有重要的意义。作为一所享誉中外的百余年高等学府的幼教机构，北京大学附属幼儿园秉承“勤奋、严谨、求实、创新”的北大传统，借鉴蔡元培先生“尚自然，展个性”的学前教育思想主张，不断开展对儿童发展与教育的研究与探索。近年来，北京大学附属幼儿园在《意见》和《指南》的指引下，利用高校独有的丰富的人文和自然科技教育资源，积极建构适宜幼儿发展的课程体系，努力形成以融合教育为特色，关注每一名幼儿的发展和需要，力求为幼儿的发展提供更加个性化支持的综合素养课程。这些课程包括以生态式艺术教育为主的个性化艺术课程，以健康生活体验为核心的阳光户外体育课程，以关注幼儿发展为本的融合教育研究课程实践，以及着眼于幼儿国际视野的第二种语言获得课程等。

正值北京大学附属幼儿园建园65周年华诞之际，“北大幼教丛书”顺利出版。首批出版的4本图书中，既包括近期研究热点的融合教育著作，又包括幼儿园在不同教育教学领域实践探索的新品力作。可以说，在当前大力发展幼儿教育事业的大背景下，这套来自幼儿园一线实践探索的园本课程丛书，不仅展示了北大幼儿园在建构有特色的学前教育发展的过程中所积累的成果，而且还能为推动具有文化底蕴和内涵发展的学前教育事业开启新的历程。

本套丛书涵盖的内容:

《幼儿美术活动设计》是一本在生态式艺术教育思想指导下探索实践的美术教学教师指导用书。它是幼儿园教师、美术专职教师、学前教育专业的学生、实习生和幼儿园工作者等学习和使用的参考辅助教材。全书包括4种美术表现类型,呈现了幼儿园教师美术教学活动中所需要的教学设计思路及操作指导,该书的核心目的在于为幼儿教育工作者提供促进幼儿艺术感知欣赏、富有想象的表达和创造性表现的教学指导策略,具有很强的实践性和操作性。

《幼儿体育游戏设计》是一本全面介绍幼儿园体育游戏活动的图书,它以幼儿脑体发展理论为基础,为构建以儿童体智能发展为中心的课程实践提供了指南。这既是一本历经教师多次实践、与时俱进的教师资源手册,又是一个展示幼儿园践行“完善人格,首在体育”教育思想的最佳的实践“窗口”。

《融合幼儿园中个别化教育计划的制订及实施》是一本高质量的普通幼儿园实施早期融合教育实践指导用书。融合教育是近几年教育界研究的热点,个别化教育计划被认为是指导特殊需要儿童融合教育最适宜的方法。该书详细地介绍了个别化教育计划制订的方法策略及在班级中的应用,为接纳特殊需要儿童的普通幼儿园以及从事融合教育工作的教师提供指导和帮助。

《幼儿园英语主题活动设计》是一本依据“幼儿主题情景学习”指导思想编写设计的幼儿园教师英语教育实用指导教材。随着幼儿教育日益国际化,幼儿的双语发展受到越来越多的家长和教师的重视。该书是在幼儿园多年实践经验的基础上,以幼儿最感兴趣的生活主题和游戏为切入点,通过深入挖掘幼儿的生活经验来为幼儿园开展英语教学活动提供指导,并以主题案例的方式阐明了对英语语言技能获得的支持性策略和方法,为从事幼儿英语教学工作的教师提供实践上的指导和帮助。

本套丛书的主要特点:

1. 内容丰富全面,经典性和前沿性相结合。

本套丛书符合幼儿发展的年龄特点,同时关注特殊需要儿童的发展需要,内容更为全面。从选题的角度来看,丛书反映了当前幼儿教育研究的热点和方向。从幼儿发展的角度来看,丛书集中在幼儿个性发展和健康发展,更加重视幼儿身心的全面发展,塑造“完整幼儿”。从教师发展的角度来看,丛书提出了美术、体育、英语和个别化教育的适宜设计方案,有助于教师教育教学的有效性。

2. 通适面广,读者对象更加多样化。

本套丛书除了主要面对在职幼儿园教师,探讨在职幼儿园教师教学设计技能的提升,为广大一线幼儿教育工作者提供切实的实践指导以外,也可成为专职教师实施教学的参考书和辅助教材。此外,在促进教师专业发展上,除了传统的职前培训,现今许多专业机构对教师开展的培训、评估和认证受到越来越多的欢迎和认可。因此,本套丛书也可用于教

师培训，这为教师的专业发展提供了一条新的路径。

3. 实用性强，提供大量的教育指导建议。

理论和实践紧密结合，一直以来都是一线幼儿教育工作者努力践行的理念。本套丛书的一大亮点是以大量的教学案例为支撑，用极富操作性的案例说话，将一线幼儿教育工作者真实的教学设计思路、流程和建议作为宝贵的教学财富提供给读者，使读者在参考使用时有章可循，并引起情感上和方法上的共鸣。

本套丛书的编写工作由北京大学附属幼儿园组织专业骨干教师共同完成，是全体教育工作者集体智慧的结晶。为了保证编写的质量，整个编写过程经过多次反复推敲、交叉修正，编写团队的每一名教师都付出了巨大的努力和心血。在此，一并表示诚挚的感谢。

最后，感谢主要编写负责人为我们呈现如此令人鼓舞的作品，感谢北京大学出版社出版这套丛书，感谢几位编辑为这套丛书成稿所付出的辛勤劳动和提出的宝贵建议。如今，这套丛书即将与读者见面，恳请每一位读者真诚地批评与指正，并衷心希望这套丛书能对一线幼儿教育工作者的教学探索给予帮助，收获启发。让我们共同打造一片探索幼儿世界的新天地吧！

北京大学附属幼儿园

2017年3月

序

2016年3月22日召开的中央全面深化改革领导小组第二十二次会议指出，儿童健康事关家庭幸福和民族未来。

在我国，绝大多数3—6岁的幼儿都会进入幼儿园生活和学习。3—6岁是幼儿从家庭走向社会的过渡期，是他们的大脑和身体发育的关键期，也是他们的思维方式、价值观、人际关系形成的初始期。如何培养和教育这个年龄段的幼儿是幼儿园园长和教师们不得不面对的一个问题。

众所周知，游戏是幼儿的主要活动方式，是幼儿身心发展的源泉。游戏具有社会性，是想象与现实生活的独特结合。游戏既可以让幼儿充分展开想象的翅膀，又能真实再现并让幼儿体验成人生活及人际关系，认识周围事物。荷兰语言学家约翰·赫伊津哈（Johan Huizinga, 1872—1945）在他的《游戏的人》一书中把游戏和人类文明与文化联系在一起，并指出：欧洲人在游戏中或者通过休闲与游戏的启发，创造出灿烂的思想、艺术，乃至更健全的社会关系。

游戏有多种类型，如运动游戏、语言游戏、数字游戏、角色游戏等。运动游戏是众多游戏中的一种，且是符合幼儿身心发展和多种技能学习的、非常独特的一种游戏。幼儿在运动游戏的过程中，不仅可以锻炼身体，发展基本的动作技能，而且还可以满足其好奇心，发挥想象力和创造力，学会建立和处理人际关系，进而获得解决各种难题的技巧。为此，西方多数国家都非常重视幼儿的运动游戏。德国幼儿园的章程中明确规定：“要为儿童提供各种体育活动的机会，安排儿童从事内容丰富的游戏和活动，保证儿童在每天早晨和其他时间都有体育活动。”位居世界幼儿教育水平前列的芬兰，其幼儿园没有规则分明的“上课”环节，主要是通过游戏和运动来学习，从让幼儿不断地尝试和实践中，帮助幼儿培养自信心、社交能力和合作意识。

近年来，运动游戏在我国的幼儿园日益受到重视，并被广泛地采纳。但是，作为新生事物，加之各幼儿园在师资、理念、场地、幼儿人数等方面都存在巨大的差异，运动游戏的实施或多或少地面临一些问题，如不同年龄的孩子应该做什么样的游戏，幼儿园教师如何科学有效地组织运动游戏，如何结合园所现有的场地设施来安排游戏，每次游戏的时间多长、运动强度多大合适，等等。

在我国，有针对性的、翔实具体的、适合3—6岁幼儿的运动游戏教学参考资料还十分稀少。在这样的背景下，北京大学附属幼儿园根据六十余年办园经验，在了解国内外发展趋势和幼儿生理、心理特点及其发展规律的基础上，对多年实施的运动游戏进行系统的总结和归纳，集结成册，这是非常有益的尝试。本书不仅提供运动游戏的教学理念、策略和方法，而且还提供多个运动游戏的操作方式和组织诀窍，可以说是理论和实践兼具、十分实用的教材，是北京大学附属幼儿园自己的园本课程教材，也可以作为全国其他幼儿园进行运动游戏教学的参考书。我相信，这样的教材出版和应用将有助于儿童“学会做人、学会做事、学会学习和学会共生”。

北京大学妇女儿童体育研究中心主任

董进霞教授

2017年3月19日于北京大学

前 言

我国著名儿童教育家陈鹤琴先生曾经说过：“小孩子生来是好动的，是以游戏为生命的。”的确，如果对于成人来讲，游戏是休闲的，那么对于幼儿来讲，游戏就是生活、是学习、是工作。

在众多种类的游戏里，体育游戏因具有趣味性、运动性、多样性、变化性、团体性、挑战性而深受幼儿的喜爱。

说起游戏，很多人，特别是家长，往往更加重视让自己的孩子参与智力游戏，而非体育游戏。但随着对婴幼儿大脑发展的研究和对幼儿心理发展的研究，越来越多的科学家证明了运动不仅促进幼儿身体的健康发育，而且能有效促进幼儿社会性的发展和智力的发展。刘焱教授在《儿童游戏通论》一书中指出，体育游戏包含着两种密不可分的、相互联系的学习过程，即“学习运动”和“通过运动来学习”。“学习运动”是指幼儿在游戏活动中，学习走、跑、跳、投掷、钻爬、攀登等基本技能，从而提高运动的质量，促进身体运动能力的发展。“通过运动来学习”是指幼儿在体育游戏的同时也可以促进其他方面的学习。

北京大学附属幼儿园在多年来开展体育游戏经验的基础上，将教师们创编、改编的体育游戏整理汇集成书。本书共汇集了针对幼儿基本动作发展的体育游戏、结合幼儿园特点因地制宜开展的体育游戏以及一物多玩三大类、近280个体育游戏，其中绝大部分是我园教师的原创游戏，此外也有类似“切西瓜”“吃毛桃”“小孩，小孩，真爱玩”“老猫睡觉醒不了”这样的传统体育游戏。

本书包含的体育游戏有以下四个方面的特点：

第一，关注幼儿的情感体验和态度养成。游戏之所以深受幼儿的喜爱，就是因为幼儿在游戏过程中是愉快的。因此，我们设计体育游戏的首要目标都指向幼儿的情感态度，满

是幼儿对运动的需要，培养幼儿积极、健康、乐观的态度。书中大部分游戏是让幼儿扮演某一角色，引导幼儿在角色扮演中完成动作，特别是中小班的游戏内容，更是为幼儿创设了相关的游戏情境，或用生动的故事导入贯穿。而中大班的游戏内容则借助竞赛等形式，满足幼儿喜欢挑战、喜欢竞争的心理。同时，在“指导建议”中也提示教师关注幼儿的心理发展特点，避免因角色和情节的设计让幼儿出现害怕甚至恐惧的心理感受。例如，游戏“小白兔采蘑菇”的“指导建议”中就提示教师：这个游戏不建议在新生刚入园的阶段组织，避免幼儿因为“大灰狼”的出现而感到害怕，对幼儿园这个还未熟悉的环境产生不安全感。

第二，关注幼儿主动游戏和自主发展。游戏虽然有所设计，但同时我们也关注幼儿的主动参与和自主发展。在很多游戏的组织中，我们都采用幼儿自愿分组的方式，让幼儿自己选择队友，幼儿在自愿结合成的团队中表现得更加积极主动，并有更强的团队意识。游戏设计中我们也注意给幼儿自主创新留下空间。在很多游戏的“游戏玩法”和“指导建议”中，我们都提示教师尊重幼儿自发的、与众不同的完成方式。例如，游戏“奇妙的旅行”，为两组幼儿提供的器材是同样的，但幼儿可以自由组合器材，用不同的方式使用器材。游戏“青蛙跳跳赛”中也写道：让幼儿自己组合纸砖，根据自己的跳跃能力变化障碍物的长、宽、高，让幼儿自己选择跳哪一组障碍物。这既是对幼儿的尊重，又是对幼儿的鼓励和肯定。幼儿会在这样的游戏中逐渐学会客观地认识自己，正确地判断事物，不断地在修正自我认识和付出努力参与活动的过程中，获得主动的发展。

第三，关注幼儿个体差异和实际发展状况。《3—6岁儿童学习与发展指南》和《幼儿园教育指导纲要》中都指出，要关注幼儿的个体差异，促进每名幼儿在其原有基础上富有个性的发展。我园是一所融合幼儿园，更加关注幼儿个性化的需要，尊重幼儿的个体差异，因此在很多游戏的“指导建议”中我们都提示教师，要根据幼儿的实际发展情况和能力水平适当调整游戏材料、游戏规则和游戏玩法。同时引导教师关注游戏过程，而非只重结果。游戏“勇敢的小龙虾”中就鼓励教师将呼啦圈摆成不同的形状，让幼儿根据自己的能力选择采用单脚或双脚的跳跃方式。又如，在中小班的投掷类游戏中建议教师，目标的设置只是为了营造游戏氛围，激发幼儿游戏的兴趣，是否可以投准并不是目的。

第四，关注材料的方便易备和游戏组织的简单易行。幼儿园教师每天工作繁忙，琐事繁多，如果运动需要准备的器材太多，或者组织方法烦琐，往往会给教师造成负担和压力。因此，我们设计的游戏大多是材料方便易备，组织方式简单易行，在确保符合幼儿发展需要的前提下，为教师组织活动提供便利。同时，我们特别提倡和鼓励教师充分利用幼儿园现有的环境和条件，随时随地开展体育游戏。

王燕华 杨雪扬

2017年3月

目 录

第一章 基本动作发展游戏	1
第一节 走	1
1. 大风和树叶	1
2. 小小运输员	3
3. 走走走	5
4. 找朋友	6
5. 我是小司机	8
6. 跟着小旗走	9
7. 快乐的小司机	10
8. 你走，我走，大家走	12
9. 逃跑的机器人	13
10. 卷白菜	15
第二节 跑	17
1. 球球旅行记	17
2. 看谁躲得快	19
3. 小孩，小孩，真爱玩	21
4. 小鸟找家	22
5. 老猫睡觉醒不了	25
6. 会跑的稻草人	26
7. 揪住狐狸的长尾巴	28
8. 狼和小羊	30

9. 切西瓜	32
10. 猫捉老鼠	33
11. 圆圈接力跑	35
12. 狼与山羊	37
13. 我们都是好朋友	39
14. 狐狸与小鸡	40
15. 仔细听, 快快跑	41
16. 蜻蜓点水	44
17. 水果运输队	45
18. 人、枪、虎	47
19. 吃毛桃	48
20. 捕小鱼	50
第三节 跳跃	51
1. 跳跳糖	51
2. 小青蛙找朋友	53
3. 小白兔采蘑菇	55
4. 勇敢的小龙虾	57
5. 聪明的小白兔	59
6. 青蛙和鳄鱼	60
7. 青蛙跳荷叶	62
8. 跨跳过小河	64
9. 勇夺小红旗	65
10. 小袋鼠运玩具	67
11. 投沙包	69
12. 跳伞	71
13. 数高楼	72
14. 采摘苹果	74
15. 闯关游戏	76
16. 打竹舞	78
17. 快乐纸球	81
18. 青蛙跳跳赛	83
19. 跳跳棋	85
20. 跳跃明星	87
21. 小鲤鱼跳龙门	89

22. 种树	90
23. 跳圈圈	92
24. 跳绳接力	93
25. 跨栏小健将	94
第四节 投掷	96
1. 喂小鱼	96
2. 快乐的动物园	97
3. 小松鼠捡松果	99
4. 黑猫警长练本领	101
5. 飞机上天	103
6. 飞镖运动员	104
7. 机警的小猴子	106
8. 炸炮楼	108
9. 打响铃	110
10. 降落伞	111
11. 投篮高手	113
12. 勇敢的士兵	115
13. 躲软球	117
14. 炸掉敌机	118
15. 看谁投得准	120
第五节 钻爬	122
1. 彩虹伞	122
2. 毛毛虫变蝴蝶	124
3. 小火车钻山洞	126
4. 小蜗牛去旅游	128
5. 蚂蚁搬豆	130
6. 小动物学本领	132
7. 小老鼠上灯台	134
8. 小乌龟接力赛	135
9. 小猪敲鼓	137
10. 钻过竹竿	139
11. 猫和老鼠	141
12. 小刺猬运土豆	143
13. 小马运粮	145

14. 穿越防线	146
15. 爬过“电网”	148
16. 小小邮递员	149
17. 勇敢的消防队员	151
18. 抓地鼠	153
19. 夺旗大赛	155
20. 地道战	156
第六节 平衡	157
1. 小转椅	157
2. 小兔拔萝卜	159
3. 过小河	161
4. 小熊过桥	163
5. 蚂蚁搬豆	165
6. 我是小陀螺	166
7. 走过独木桥	167
8. 金鸡独立	169
9. 小鸭捉鱼	170
10. 小羊过桥	172
11. 走过“雷区”	174
12. 过悬桥	176
13. 轮胎跳跳跳	178
14. 平衡大考验	180
15. 小小飞机运输忙	182
16. 小小杂技演员	184
17. 种树忙	186
18. 走大鞋	188
第七节 综合协调性游戏	190
1. 送娃娃上幼儿园	190
2. 把球滚过门	192
3. 松鼠捡果子	193
4. 玩具城堡	196
5. 小小牧羊人	198
6. 小狗玩球	200
7. 小猫学套圈	202

8. 小猪乖乖	203
9. 大丰收	204
10. 回头看	206
11. 我是汽车小司机	208
12. 熊和石头人	210
13. 占圈	212
14. 自抛自接球比赛	214
15. 翻纸牌	215
16. 抢夺弹药	216
17. 小懒猪	218
18. 大滚筒	219
19. 地震了	221
20. 跑中抛接球	223
21. 奇妙的旅行	224
22. 小小快递员	226
23. 一米二米三	228
24. 蜈蚣走	229
25. 小小骑车手	231
26. 坦克开来了	233
27. 运送粮食	235
28. 丢球	236
第二章 因地制宜游戏	238
1. 落叶飞起来	238
2. 落叶彩带	240
3. 滚来滚去	241
4. 跳房子	242
5. 跳格子	244
6. 推出地砖	246
7. 踩线踩角	248
8. 单脚—双脚—单脚—跳	250
9. 投沙包	251
10. 走钢丝	253
11. 走马路牙	254
12. 走树墩	256

13. 跳跳小树墩	257
14. 跳跃比赛	259
15. 跑上跑下	261
16. 爬山	262
17. 骑上骑下	263
18. 翻越障碍	264
19. 山沟里的狼	266
20. 倒上滑梯	267
第三章 一物多玩	269
1. 竹竿游戏	269
2. 纸张游戏	272
3. 绳子游戏	274
4. 沙包游戏	276
5. 圈的游戏	278
6. 轮胎游戏	279
7. 球类游戏	281