

头脑碰碰车系列丛书



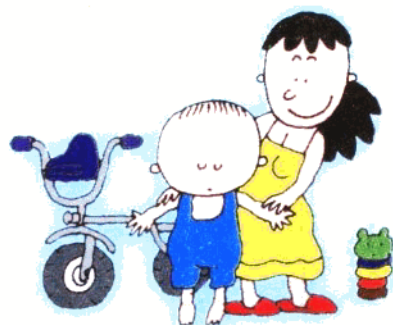
YOU ER YUN DONG NENG LI YOU XI

幼儿运动能力游戏

- 游戏增长知识
- 游戏培养能力
- 游戏增强自信



少年儿童出版社



头脑碰碰车系列丛书

幼儿运动能力

YOUER YUNDONG NENGLI

游戏 YOU XI

策划：肖 晓

编文：郑浩然等

绘画：徐开云等

少年儿童出版社

头脑碰碰车
幼儿运动能力游戏
中国科技图书公司 供稿

肖 晓 策划
郑浩然 等 编文
徐开云 等 绘画
吕 明 装帧

责任编辑 顾志强

少年儿童出版社出版发行	开本 787 × 1092 1/16
上海延安西路 1538 号	印张 3
邮政编码 200052	2001 年 8 月第 1 版
全国新华书店经销	2001 年 8 月第 1 次印刷
上海译文印刷厂印刷	印数 1-10,500

ISBN7-5324-4633-6/Z · 94(儿) 定价: 9.00 元

前 言

俗话说：“三岁看到老。”这句话听上去似乎有些武断，难道长长数十年的人生就在生命最初的短短几年中决定了吗？然而，无论是科学研究还是大量的实例都一再证明了，幼儿时期所接受的早期教育对人一生的成长有着至关重要的作用。又有一句古语说：“养不教，父之过。”父母是孩子成长道路上最早的启蒙老师，孩子的早期教育主要是由父母来实施的。如果说人的一生就像是用各种颜色的水彩笔在一张白纸上作一幅图画的话，那么最初这一笔的色调就决定了整幅画面的好坏。而这最为关键的一笔又该怎样去画呢？是爸爸妈妈完全放手，任由孩子去涂抹；还是爸爸妈妈越俎代庖，不管孩子才是这幅画的真正作者？其实，最好的方法应该是，让爸爸妈妈的大手握宝宝的宝宝的小手，共同画下这关键的第一笔。

哪一个爸爸妈妈不希望自己的宝宝聪明又能干呢？他们当然也知道早期教育的重要性。

有的爸爸妈妈不断地让宝宝学这学那，强迫他记住每一条知识，学会每一种技能，以为那样就是聪明能干了。这种填鸭似的教育方式往往得不偿失，它是以牺牲孩子的兴趣为代价的。实施早期教

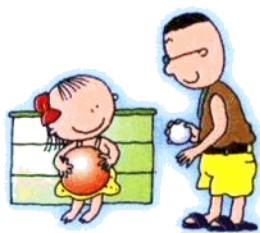
育切忌强迫和急躁，重要的是给孩子创造一个轻松悠闲的学习氛围。游戏是孩子的天性，让孩子在有趣的游戏中不知不觉地学会各种知识和技能，不是又好玩又有效吗？

所以，在第一辑的“头脑碰碰车”中，我们设计了许多简单易行、有趣又有益的亲子游戏，帮助年轻的爸爸妈妈发掘和培养宝宝的各种能力。第一辑共分《幼儿语言能力游戏》、《幼儿数字能力游戏》、《幼儿运动能力游戏》、《幼儿造型能力游戏》、《幼儿感性能力游戏》和《幼儿音乐能力游戏》六册，每一册请幼儿教育专家精心设计了二十个游戏，每一个游戏里都设置了针对幼儿各个年龄段所应该掌握、也能够掌握的知识点。这些游戏既能让宝宝增长知识，又能够给他们增添乐趣。

爸爸妈妈，就让你们的大手牵着宝宝的小手，一同来做游戏吧，让宝宝的各种能力在游戏的氛围中得到锻炼。

目 录

- (学翻滚) 小小石头滚下山 / 6
- (学爬行) 小熊小熊我来了 / 8
- (学会钻) 钻来钻去忙不停 / 10
- (学会走) 走到妈妈那儿去 / 12



- (学会跑) 我比妈妈跑得快 / 14
- (学会踢) 踢踢踏踏练脚劲 / 16
- (搭积木) 自己盖间小房子 / 18

- (学会拍) 一二三四拍皮球 / 20
- (学会拿) 心灵手巧好宝宝 / 22
- (学会敲) 我为妈妈来敲背 / 24



目录



● (学投掷) 一扔扔到太平洋 / 26

● (打弹珠) 玻璃弹珠滴溜转 / 28

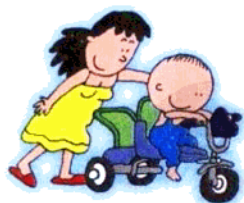
● (做手工) 宝宝最爱手工课 / 30

● (学跳跃) 高高兴兴跳起来 / 32

(学倒走) 摸摸索索往后走 / 34

(练平衡) 左转右转也不晕 / 36

(学跳舞) 宝宝跳舞真好看 / 38

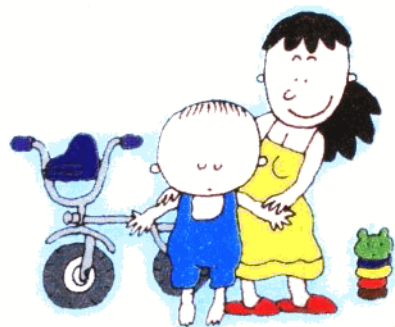


● (学骑车) 我是一个小骑士 / 40

● (学攀登) 上天入地小皮猴 / 42

● (户外运动) 海阔天空玩个够 / 44

● 答案 / 46~47



头脑碰车系列丛书

幼儿运动能力

YOUER YUNDONG NENGLI

游戏 YOU XI

策划：肖 晓

编文：郑浩然等

绘画：徐开云等

少年儿童出版社

前言

俗话说：“三岁看到老。”这句话听上去似乎有些武断，难道长长数十年的人生就在生命最初的短短几年中决定了吗？然而，无论是科学研究还是大量的实例都一再证明了，幼儿时期所接受的早期教育对人一生的成长有着至关重要的作用。又有一句古语说：“养不教，父之过。”父母是孩子成长道路上最早的启蒙老师，孩子的早期教育主要是由父母来实施的。如果说人的一生就像是用各种颜色的水彩笔在一张白纸上作一幅图画的话，那么最初这一笔的色调就决定了整幅画面的好坏。而这最为关键的一笔又该怎样去画呢？是爸爸妈妈完全放手，任由孩子去涂抹；还是爸爸妈妈越俎代庖，不管孩子才是这幅画的真正作者？其实，最好的方法应该是，让爸爸妈妈的大手握宝宝的宝宝的小手，共同画下这关键的第一笔。

哪一个爸爸妈妈不希望自己的宝宝聪明又能干呢？他们当然也知道早期教育的重要性。

有的爸爸妈妈不断地让宝宝学这学那，强迫他记住每一条知识，学会每一种技能，以为那样就是聪明能干了。这种填鸭似的教育方式往往得不偿失，它是以牺牲孩子的兴趣为代价的。实施早期教

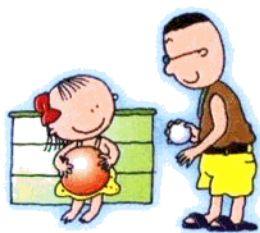
育切忌强迫和急躁，重要的是给孩子创造一个轻松悠闲的学习氛围。游戏是孩子的天性，让孩子在有趣的游戏中不知不觉地学会各种知识和技能，不是又好玩又有效吗？

所以，在第一辑的“头脑碰碰车”中，我们设计了许多简单易行、有趣又有益的亲子游戏，帮助年轻的爸爸妈妈发掘和培养宝宝的各種能力。第一辑共分《幼儿语言能力游戏》、《幼儿数字能力游戏》、《幼儿运动能力游戏》、《幼儿造型能力游戏》、《幼儿感性能力游戏》和《幼儿音乐能力游戏》六册，每一册请幼儿教育专家精心设计了二十个游戏，每一个游戏里都设置了针对幼儿各个年龄段所应该掌握、也能够掌握的知识点。这些游戏既能让宝宝增长知识，又能够给他们增添乐趣。

爸爸妈妈，就让你们的大手牵着宝宝的小手，一同来做游戏吧，让宝宝的各种能力在游戏的氛围中得到锻炼。

目 录

- (学翻滚) 小小石头滚下山 / 6
- (学爬行) 小熊小熊我来了 / 8
- (学会钻) 钻来钻去忙不停 / 10
- (学会走) 走到妈妈那儿去 / 12



- (学会跑) 我比妈妈跑得快 / 14
- (学会踢) 踢踢踏踏练脚劲 / 16
- (搭积木) 自己盖间小房子 / 18

- (学会拍) 一二三四拍皮球 / 20
- (学会拿) 心灵手巧好宝宝 / 22
- (学会敲) 我为妈妈来敲背 / 24



目录



● (学投掷) 一扔扔到太平洋 / 26

● (打弹珠) 玻璃弹珠滴溜转 / 28

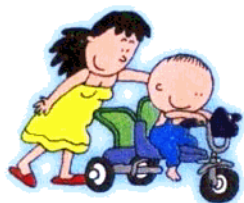
● (做手工) 宝宝最爱手工课 / 30

● (学跳跃) 高高兴兴跳起来 / 32

(学倒走) 摸摸索索往后走 / 34

(练平衡) 左转右转也不晕 / 36

(学跳舞) 宝宝跳舞真好看 / 38



● (学骑车) 我是一个小骑士 / 40

● (学攀登) 上天入地小皮猴 / 42

● (户外运动) 海阔天空玩个够 / 44

● 答案 / 46~47

(学翻滚)

小小石头滚下山

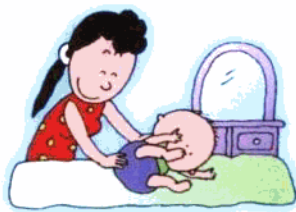
给年轻父母的提示

宝宝6个月左右时开始不甘寂寞了，喜欢在床上滚来滚去，翻滚让宝宝觉得非常新鲜，不亦乐乎。爸爸妈妈不要阻止爱翻爱滚的宝宝，其实“滚”和翻跟头都能有效地锻炼宝宝的全身肌肉，培养宝宝的平衡能力，同时也可弥补单一肢体运动的不足之处。



游戏要点

1. 学翻滚的运动中，爸爸妈妈可在一旁辅助宝宝，肌肤的接触会给宝宝带来更多安全感。



2. 给运动多一些变化，比如在干净的草地上、地板上翻滚等。



3. 滚的时候一定要注意宝宝周围的物体，保护他（她）不受伤害。



游戏外的问题

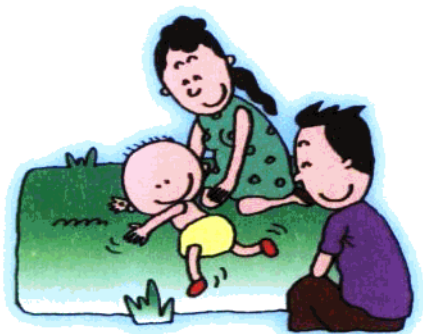
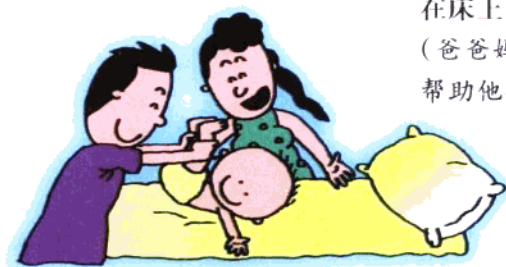
- 躺着和趴着，眼睛看出来的东西一样吗？
- ▲ 圆的东西和方的东西，哪个滚得更快？



游戏内容

学翻滚

在床上翻跟头。
(爸爸妈妈提着宝宝的双腿，
帮助他翻)



在草地上打滚。



孙悟空翻跟头。
(爸爸抱起宝宝，帮助他在空中翻)

奖牌榜

● 喜欢玩“滚”的游戏。

铜牌



● 动作不太灵活，
且速度较慢。

银牌



金牌

● 动作灵活且速度
很快。



(学爬行)

小熊小熊我来了

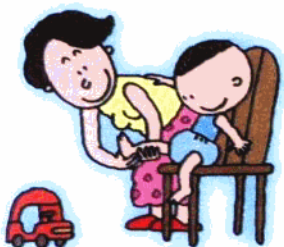
给年轻父母的提示

宝宝刚开始学走路时，容易东倒西歪站立不稳，这是由于腰部不够结实稳定，于是爬行成为宝宝锻炼手脚力量和腰部肌肉的最佳方式。等到宝宝学会走路后，不妨也经常让宝宝在床上、干净的地板上爬一爬，继续加强他（她）四肢配合的能力和腰部力量，使他（她）坐和站的时候腰板挺得更直。

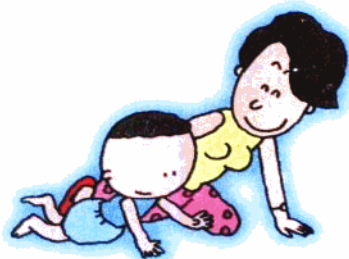


游戏要点

1. 腰部肌肉容易疲劳，运动量不宜过大，运动后要替宝宝按摩放松。



2. 父母可与宝宝一起竞争爬行速度，激发他（她）的运动热情。



3. 将爬行与走、跑、跳等动作结合起来，形成一整套肢体操，让宝宝经常练习。



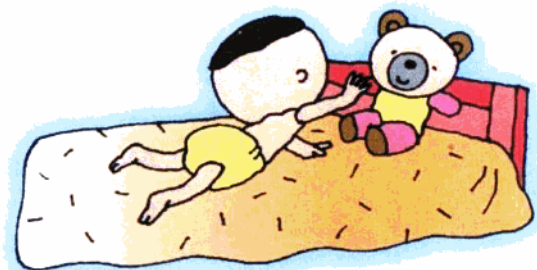
游戏外的问题

- 龟兔赛跑时，乌龟是爬的还是跳的？
- ▲ 蛇、青蛙、小鱼，哪一种动物是爬行的？

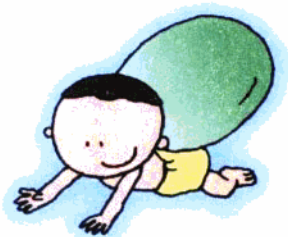


游戏内容

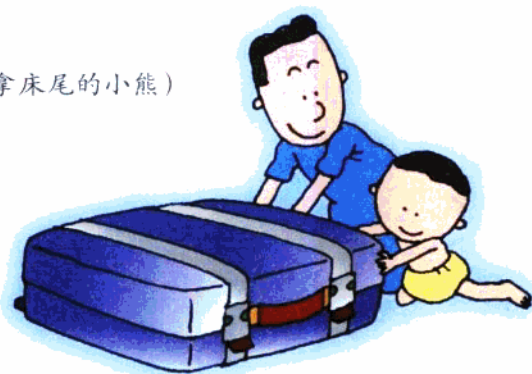
学爬行



小熊小熊我来了——
(宝宝趴在床上，爬着去拿床尾的小熊)



小乌龟爬得快。
(在宝宝身上系一个气球当乌龟壳)



看谁力气大!
(和爸爸一起趴在地板上推箱子)

奖牌榜

● 爬得较慢、且动作不够协调。

铜牌



● 速度较慢，但动作很协调。

银牌



金牌



● 爬得又快又协调。

(学云钻)

钻来钻去忙不停

给年轻父母的提示

宝宝从1岁开始就喜欢到处钻进钻出，刚开始他（她）在被窝里从这头钻到那头，在地上玩的时候，稍不留神就钻到床底下去了。到了儿童乐园更是开心，地道、假山、固定扶梯，钻个不停。“钻”，有利于锻炼宝宝身体的灵活性，对宝宝智力的发育也有很大的好处，爸爸妈妈只要在一边照顾就可以了。

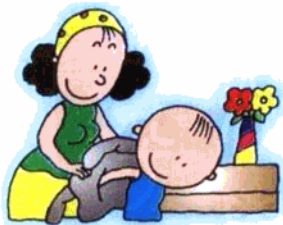


游戏要点

1. “钻”的动作幅度较大，容易出汗，爸爸妈妈要给宝宝多补充水分。
2. 宝宝累了，自己却不知道停下来休息，爸爸妈妈要适时停止宝宝的游戏。



3. 宝宝玩钻的游戏时对热的反应比较明显，对冷则不然，因此要注意他的冷热，相应地增减衣服。



游戏外的问题

- 小猫钻洞洞之前，她会做什么？
- ▲ 冬天下雪了，禾苗盖在厚厚的雪下面，是不是很暖和？

