



How The Chinese Children Play

Endorsement By Wang Zhaohua

关槐秀 主编

Guan Huaixiu Editor-in-Chief

中国的娃怎么玩

王振华题



星球地图出版社
STAR MAP PRESS



How The Chinese Children Play

Endorsement By Wang Zhaohua

关槐秀 主编

Guan Huaixiu Editor-in-Chief

中国的娃怎么玩
王昭华题



星球地图出版社
STAR MAP PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

中国的娃娃怎么玩 / 关槐秀编著. -- 北京 : 星球
地图出版社, 2011.1

ISBN 978-7-5471-0468-2

I. ①中… II. ①关… III. ①少年儿童—素质教育—
中国 IV. ①G40-012

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第179191号

中国的娃娃怎么玩

主 编 关槐秀
名誉主编 毛振明 陈雁飞
责任编辑 闫 璐
英文翻译 乔 虹
插画摄影 荣景胜 杨金华
装帧设计 关 欣
策 划 人 于国忠
出 版 人 王建民
出版发行 星球地图出版社
地址邮编 北京北三环中路69号 100088
网 址 <http://www.starmap.com.cn>
印 刷 天利华印刷装订有限公司
经 销 新华书店
开 本 700 × 1000毫米 1/16
印 张 6.5
版次印次 2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷
定 价 22.80元

如有残损 随时调换 (发行部电话: 010-62035038)

版权所有 侵权必究



寓教于乐
促进儿童健康成长

何嘉莉

游戏是儿童的天性
游戏是儿童的工作
希望中外儿童在游戏中玩出快乐、玩出聪明、健康

何嘉莉



当孩子们快乐地运动游戏时，受益的是整个人类。

袁贵仁

教育部体育卫生与艺术教育司



愿中国孩子快乐健康成长。

于国忠

北京七棵树高尔夫训练有限责任公司董事长



中国的娃娃， 愉快玩耍的娃娃，健康幸福的娃娃

《中国娃娃怎么玩》是关槐秀老师把自己多年对中国体育游戏文化的理解，把多年对儿童体育教学的体会和经验，把对中国文化对世界贡献的责任感以及把对中国娃娃的一片爱心再次凝聚、融合、加温、迸发后所做的凝练之作，其中恩爱、智慧和信念是既可深深意会，也可滔滔言传的。一个七旬老教育者和一个鹤发童颜老体育特级教师的这片心血撒在书中字里行间，篇篇节节。

我非常荣幸的能为这一本好书担任名誉主编并写序，也愿意把这本书推荐给热爱锻炼的娃娃们，成为世界娃娃游戏生活的半壁天下。我更感谢关老师的辛勤工作。

祝《中国娃娃怎么玩》成为中国奥运会的一份精彩的遗产，成为理解中国游戏文化的一把钥匙，祝《中国娃娃怎么玩》成为中国“阳光体育”运动中那灿烂的一缕阳光和一朵祥云！

毛振明 教授

北京师范大学体育与运动学院院长、博士生导师
教育部中小体育教学指导委员会副主任
中国学校体育研究会常务副理事长

快乐的游戏，聪明的成长

关槐秀是我国著名的特级教师，她积数十年丰富的教学经验和科研成果，并借鉴古今中外游戏活动的范例，用“玩”的多种内容与艺术形式，极大地丰富了儿童教育内容，获得令人瞩目的成就。

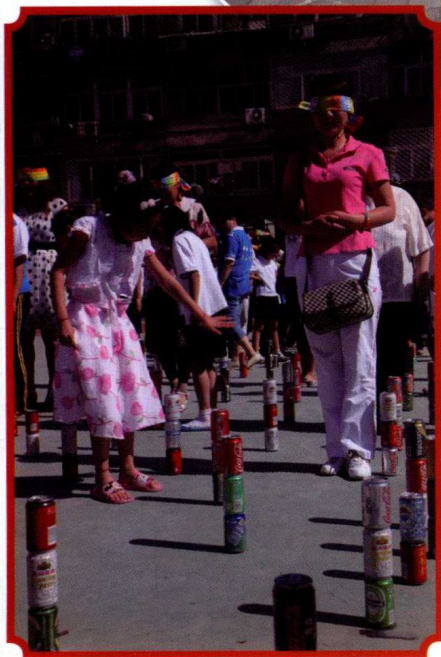
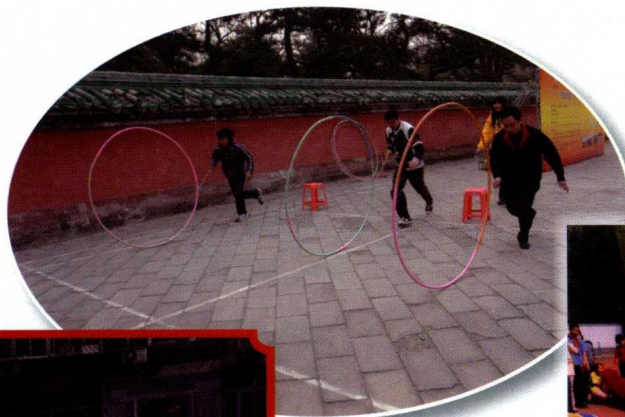
《娃娃游戏》一书是她专门为世界娃娃们编写的，在中国北京第29届奥林匹克运动会召开的机会问世，在此，祝贺并对关老师勤奋的工作表示感谢。同时祝愿世界各地的娃娃们在畅快的玩耍中，品尝喜悦、幸福健康，玩出团结，友谊。将玩兴发挥得淋漓尽致。



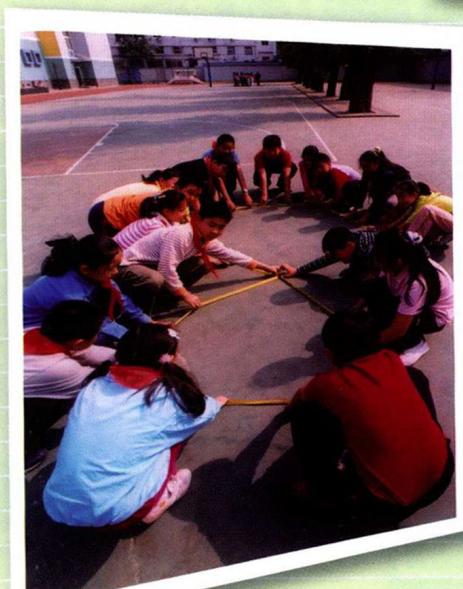
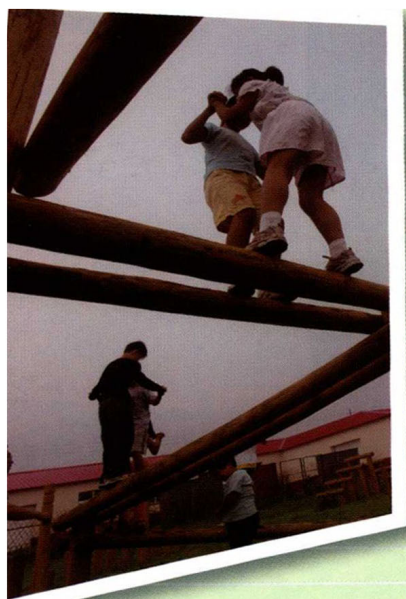
陈雁飞 教授

中国北京教育学院体育艺术学院院长
中国学校体育研究会理事
教育部中小学体育教学指导委员会委员

我们的骄傲...









前言

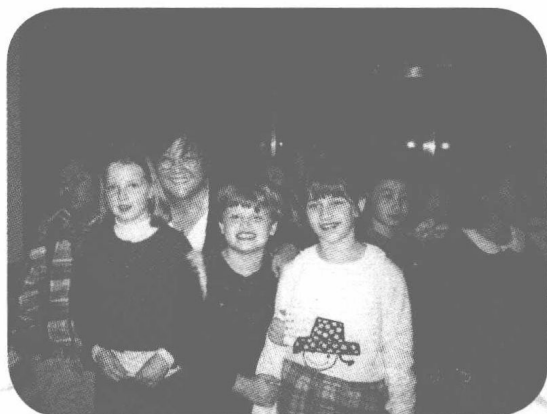
游戏在任何国家、任何民族中都有着悠久的历史，各民族的文化交流使得游戏的传播越加增多，尽管世界各国人民在各不相同的地理环境、气候环境中繁衍生息，形成各不相同的习俗习惯、文化心理及各具特色的游戏。民众赋予游戏以顽强生命，因此游戏是人类共同的财富。为加强与世界各国娃娃游戏的交流，在创编中，首先从科学育人的角度，全面理解游戏的内涵，开发游戏的多种教育功能，重视游戏内容的生物价值、教育价值，同时还重视内含于游戏的文化、知识价值、心理价值与社会价值，并利用游戏内容的多种价值因素去促进儿童的道德形成以及个性发展，吸收部分国外儿童玩的游戏，从游戏的内容整体上强调其科学性、健身性、教育性、娱乐性、创造性的融合，去吸引国内外儿童自由、自愿、快乐的、积极主动的参与，活动在室内、庭院及公共娱乐场所随处可见，成为中外娃娃的半壁天下。



中国首都体育学院教育系客座教授
美国海外艺术家协会理事
国际杰出专家委员会客座教授
中国北京教育学院朝阳分院特级教师

吴槐秀

Games have been long in history in any country for any nations. The culture exchange among all nations has made games spread more and more widely. Despite different geographic and climate conditions, nations of the world living in different environment have formed and developed their own habitude and cultural concept as well as their characteristic games. As people have given an everlasting life for games, the games have become a common treasure for human beings. To strengthen the world children game exchange, we edited this book first from a stand of scientific education, based on a fully understanding of game's meaning, explored the multi educational functions of the games, emphasized the game's physical and educational value as well as its value in culture, knowledge psychology and sociology and made good use of those valuable factors in the games to promote the children's ethic formation and personality development.



We have also added some foreign children games by emphasizing the integration of their scientific, fitness promotional, educational and entertaining as well as creative characteristics to attract both Chinese and foreign children by their free will, freely, happily and actively get involved in playing games in any place, either indoor or outdoor in the yard or public place and take this book as half of their world.

Visiting Professor Of China Capital Physical Education College
Education Dept
Board Director Of U.S. Abroad Artist Association
Visiting Professor Of International Outstanding Expert Committee
Top Grade Teacher Of Beijing Education College ChaoYang Branch
Guan Huaixiu

后记

记得小时候，我最爱做的事，就是在床上打滚，折跟头和坐在家门坎上和奶奶玩“拍巴掌、拉大锯、翻线绳。”每年节日，爸爸领着我们兄弟姐妹玩“老鹰捉小鸡”蒙起双眼找爷爷奶奶和妈妈，模拟好多游戏和邻居小孩一起“骑竹马、捉迷藏、丢手绢”等等。孩提时代，旧时儿戏，使我成了心中的愿望，正是这愿望像一根无形的线，牵引我走进心中向往已久的教育乐园。

其实每个人小时候，大人的言行举止，大人的每件启引，都常常会使我们幼小心灵深处开启一扇小窗，铺垫一条小路，我的教育生涯50年之路就是为孩子们能从游戏中学会做人、学习劳动、学会知识技能、学会成长，所以我以深情的爱，倾心投入这一快乐育人的园地。用爱心编织爱的世界，用真诚构筑着共享的健康生活，播洒阳光、播撒欢乐、播撒未来。

感谢中国青少年研究中心，感谢为书题词的首长和写序、英文翻译、绘图、美术设计的专家、朋友们，更要感谢与我合作多年的杨金华老师，是在他的帮助下完成了这本赠书的心愿。

谢谢！

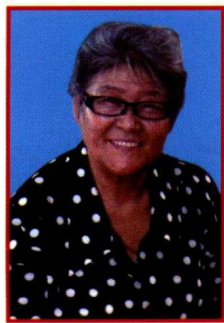
中国首都体育学院教育系客座教授

美国海外艺术家协会理事

国际杰出专家委员会客座教授

中国北京教育学院朝阳分院特级教师

关槐秀



关槐秀，女，1934年出生，特级教师。现任北京教育学院朝阳分院特级教师，中国教育家协会理事、北京市中小学体协“专家委员会”理事、首都体育学院客座教授。从1952年起参加北京市中小学体育教材、全国十年制体育教材、中等师范教材等编写工作，出版书籍80余本，发表文章132篇，33篇论文入选各种学术研讨会。





娱乐游戏——玩出心境

报纸游戏 2



1. 小熊出洞.....2
2. 雪鞋.....2
3. 艰难前进.....2
4. 跳来跳去.....3
5. 飞毯运行.....3
6. 武林高手.....3
7. 沼泽行军.....3
8. 蚂蚁搬家.....4
9. 抬担架.....4
10. 拔老根儿.....4

沙包游戏 5



1. 抛沙包.....5
2. 扔沙包.....5
3. 沙包入筐.....5
4. 你丢我接.....6
5. 双抛双接.....6
6. 自抛自接.....6
7. 小贝利.....6
8. 吊车.....7
9. 接力运输.....7
10. 互送礼物.....7

球的游戏 8



1. 自转自传.....8
2. 坐球车玩.....8
3. 抓反弹的球.....9
4. 掷球.....9
5. 空中相会.....9
6. 夹球跳跃.....9
7. 大脚解围.....10
8. 小球找家门.....10
9. 善吹者胜.....10
10. 击鼓传花.....10

绳和带 11



1. 魔绳.....11
2. 风车.....11
3. 跳绳.....11
4. 跳波浪.....12
5. 掷绳结.....12
6. 踢绳结.....12
7. 套圈圈.....12
8. 三人跳绳.....13
9. 拼图大师.....13
10. 钻进钻出1.....13
- 钻进钻出2.....13

棍棒游戏 14



1. 魔棒.....14
2. 耍棒.....14
3. 翻锅.....15
4. 跳棒.....15
5. 载重车.....15
6. 车轮转转.....16
7. 平衡棒子.....16
8. 交换棒子.....16
9. 撑棒过河.....17
10. 危险的桥.....17

纸盒游戏 18



1. 踢.....18
2. 阿妈尼.....18
3. 鼯鼠.....19
4. 在哪呢.....19
5. 起重机.....19
6. 机器手臂.....20
7. 砸落盒子.....20
8. 箱子接物.....20
9. 四足溜冰.....21
10. 冲破阻力.....21

罐子游戏 22

1. 踩罐子.....22
2. 罐子高跷.....22
3. 叮当响.....23
4. 踢罐子.....23
5. 滚罐子.....23
6. 转移罐子.....23
7. 击打吊罐.....24
8. 罐子回家.....24
9. 用棒子击罐.....24
10. 清洁运动.....24

圈的游戏 25

1. 开汽车.....25
2. 转陀螺.....25
3. 钻圈1.....26
- 钻圈2.....26
- 连续钻圈3.....26
4. 太空车.....26
5. 连续跳跃.....27
6. 滚圈.....27
7. 掷圈.....27
8. 翻锅.....27
9. 树獭.....28
10. 抛圈.....28

布的游戏 29

1. 抖蛇.....29
2. 彩带飞舞.....29
3. 起床.....30
4. 沙丽.....30
5. 装幽灵.....30
6. 卷春饼.....31
7. 自由搏击.....31
8. 波涛汹涌.....31
9. 勤劳的蚯蚓.....32
10. 会变的大山.....32

袋子游戏 33

1. 穿袋子鞋.....33
2. 走袋子.....33
3. 抓袋子跑.....34
4. 挑扁担.....34
5. 袋子接力.....34
6. 用脚夹袋子.....35
7. 塑袋球.....35
8. 手脚袋子爬行.....35
9. 流星锤.....36
10. 动物赛跑.....36

轮胎游戏 37

1. 运轮胎.....37
2. 推轮胎.....37
3. 绕轮胎跑.....38
4. 跨轮胎跑.....38
5. 钻轮胎.....38
6. 走轮胎.....38
7. 二人搬轮胎.....39
8. 拖拉轮胎.....39
9. 轮胎相撞(角力).....39
10. 二人角力.....39

徒手游戏 40

1. 不倒翁.....40
2. 多足竞走.....40
3. 爬行.....41
4. 龙舟.....41
5. 钻隧道.....41
6. 老鹰和小鸡1.....42
- 老鹰和小鸡2.....42
- 老鹰和小鸡3.....42
- 老鹰和小鸡4.....43
7. “翻烙饼”(炒黄豆).....43
8. 角力.....43
- 单手角力.....44
- 独脚武士.....44
- 看谁先出圈.....44
9. 几只脚.....45
10. 精确报时.....45



协作游戏——玩出团结

播种与收获.....	48
大鸡和小鸡.....	48
吊架桥过河.....	48
快乐小矿工.....	49
捕捉野兔子.....	49
抛球合作者.....	49

火车跑挂钩.....	50
棍棒齐拔河.....	50
结伴小朋友(二人传球跑).....	50
万众齐一心.....	51
小腿勾着棒.....	51
仿蜈蚣走路.....	51



技能游戏——玩出成长

踏石过河.....	54
卫星着陆.....	54
四足轿车.....	54
背负相拉.....	55
拉绳斗智.....	55
爬坦克.....	55

持盾挡镖.....	56
撑杆过河.....	56
夹球跑.....	56
此起彼伏.....	57
左右腾跃.....	57
投移动篮.....	57



竞赛游戏——玩出进取

击空中球.....	60
机动投球.....	60
双踢前进.....	60
4人拔河.....	61
抬机器人.....	61
猴抬轿子.....	61

碍手碍脚.....	62
沙包足球.....	62
整齐前进.....	62
抛球过网.....	63
圣火接力.....	63
多人竞赛.....	63



乡土游戏——玩出情感

摇煤球.....	66
拉大锯.....	66
推风车.....	66
葱笛儿.....	67
跳房子.....	67
跳皮筋.....	67

编花篮.....	68
夹包跳.....	68
拨浪鼓(搬不倒).....	68
放风筝.....	69
推铁环.....	69
抖空竹.....	69

踢毽子.....	70
捞小鱼.....	70
弹冰棍.....	70
抽冰猴.....	71
顶牛儿——（斗牛儿）.....	71
拉磨转.....	71

拍花掌.....	72
翻线绳.....	72
抓子儿.....	72
学摔跤.....	73
撞拐.....	73



娃娃玩外国游戏——玩出聪明

玩中——学会服务 76

跟随领导者.....	76
猴子与艺人.....	76
给盲人引路.....	77
渔翁和鱼鹰.....	77
月球上旅行.....	77

玩中——锻炼意志 78

困难挡不住.....	78
残疾人竞赛.....	78
两人三只脚.....	79
一长一短走.....	79
巧过小溪.....	79

玩中——学会生活 80

愉快的劳动.....	80
谁扫的干净.....	80
共同滚铁桶.....	81
同整理环境.....	81
合担一竹筐.....	82

玩中——增长本领 83

走哪条路快.....	83
看谁最稳当.....	83
看谁算的快.....	84
两人为一体.....	84
过线足球赛.....	85

玩中——学会创造 86

难对付的球.....	86
可笑的踢球.....	86
合力齐抬球.....	86
拨球进球门.....	87
捕捉萤火虫.....	87

玩中——激发进取 88

全能运动员.....	88
小骆驼投篮.....	88
夜间击剑赛.....	89
爱吹牛皮人.....	89
挂环跑比赛.....	90