



高等教育“十三五”规划教材
学前教育专业系列教材

学前儿童游戏 活动设计与指导

——传统游戏再现与创新

赵兰会 ◎ 主 编



科学出版社

高等教育“十三五”规划教材
学前教育专业系列教材

学前儿童游戏活动设计与指导

——传统游戏再现与创新

赵兰会 主编

科学出版社

北京

内 容 简 介

本书共两册,包括《学前儿童游戏活动设计与指导——户外游戏探索与创新》分册和《学前儿童游戏活动设计与指导——传统游戏再现与创新》分册,本分册是《学前儿童游戏活动设计与指导——传统游戏再现与创新》。该分册根据学前儿童特点和现有水平进行选材,从符合科学性、思想性、教育性、灵活性、适度性、安全性等特性出发筛选出了适合幼儿年龄发展特点的传统游戏近百例。本书立足实际,以新的教育理念为指导,将这些传统游戏分成体育、智力、语言三大类,每例游戏分别从适宜的年龄段、设计意图及教育意义、游戏器械、游戏玩法、注意事项及建议等方面进行了详细说明,并配有与内容相对应的游戏活动光盘,方便读者能够更有目的地安排和组织幼儿开展户外游戏,具有很强的可操作性和借鉴价值。书中每例游戏都经过了长期的实践和训练,体现了游戏的创新玩法和现代意义挖掘,使传统的民间游戏能够促进现代学前儿童的发展。

本书可适用于高等院校学前教育专业本、专科学生,也适用于各级各类幼儿园教师培训,还可适用于各亲子机构教师和家长学习。

图书在版编目(CIP)数据

学前儿童游戏活动设计与指导:全2册/赵兰会主编. —北京:科学出版社, 2015

(高等教育“十三五”规划教材·学前教育专业系列教材)

ISBN 978-7-03-043906-2

I. ①学… II. ①赵… III. ①学前儿童—游戏课—高等学校—教学参考资料 IV. ①G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第055641号

责任编辑:王彦/责任校对:马英菊

责任印制:吕春珉/封面设计:一克米工作室

版式设计:金舵手世纪

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

三河市骏杰印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2015年3月第一版 开本:787×1092 1/16

2015年3月第一次印刷 印张:7 1/2

字数:163 000

定价:128.00元(共两册,含光盘)

(如有印装质量问题,我社负责调换〈骏杰〉)

销售部电话 010-62134988 编辑部电话 010-62130750

版权所有,侵权必究

举报电话:010-64030229; 010-64034315; 13501151303

前言

“你见过孩子像小猴子一样灵活地爬树吗？”“你见过童话般的树屋吗？”“你见过孩子玩杂技似地站在大滚筒上吗？”……这些场景在山东东营利津县第一实验幼儿园都能看到。

孩子喜爱游戏，孩子需要游戏，游戏是孩子的精神世界，游戏是孩子的快乐王国。游戏是一种广泛存在的社会生活现象。有了人类就有了游戏，游戏随着人类社会的持续进步而不断发展，因而游戏具有悠久的历史，也有其独特的发展前景。我国著名儿童教育家陈鹤琴先生认为：小孩子是好游戏的，是以游戏为生命的。游戏是儿童生活快乐的源泉，对儿童的发展有着不可替代的重要意义。

1998年世界教育大会的主题被定为保护儿童游戏的权利。《儿童权利宣言》、《儿童权利公约》都把游戏作为儿童的基本权利之一。我国先后颁布的《未成年人保护法》、《幼儿园工作规程》、《幼儿园教育指导纲要（试行）》等一系列文件法规也就游戏作为儿童的权利问题作出了明确的规定。

《幼儿园工作规程》中明确规定：幼儿园每日户外活动时间不得低于2小时。幼儿期是身体发育最快的时期，适宜的运动对幼儿体力的增强，智力的发展，优良品质的培养，对美的感受都有着积极的作用。幼儿在户外游戏中进行奔跑、跳跃、攀爬、平衡等活动，能促进幼儿骨骼肌肉系统的生长发育，各器官的生理机能也会得到锻炼和改善。户外游戏还能让幼儿充分接触新鲜空气和阳光，以提高幼儿对外界环境变化的适应能力，增强身体的抵抗力。

但是，在现实生活中，由于家长对幼儿安全的过分担忧，导致家长、幼教工作者在组织户外游戏过程中，不敢放手，不让幼儿尝试具有挑战性的游戏。因此，出现了一批“塑料儿童”、“小绵羊”，必须引起广大教育工作者的关注。

本书共两册，分别从户外游戏和传统游戏两个方面讲述了游戏活动设计与指导。《学前儿童游戏活动设计与指导——户外游戏探索与创新》分册收录了我国充满野趣、自主创新，集实用性、趣味性于一体的户外游戏实例53个。在内容上分为攀爬游戏、平衡游戏、跑跳游戏、水上游戏、情景游戏等，每个游戏分别从适宜的年龄段、设计意图及教育意义、游戏器械、游戏玩法、注意事项、建议等方面进行了详细说明。

儿童传统游戏能给儿童带来无穷的童年乐趣，我们没有理由不珍视这种宝贵的教育资源。然而，在我国，儿童传统游戏正在慢慢消逝。过去，经济不够发达，信息技术落后，没



有电视、电脑，孩子们的生活却并不乏味枯燥，而是充满了快乐。那个时候的孩子们似乎什么玩具也没有，又似乎什么都是孩子的玩具。他们只要食物能果腹，就有无穷的游戏劲头，抽陀螺、打纸板、捉迷藏、摔泥炮、老鹰捉小鸡……无论在大街还是在小巷，总能见到成群的孩子在游戏奔跑，他们个个都爱玩、个个都会玩，即使每天都玩同样的游戏，也能玩出不一样的花样。而如今，随着城市化进程的加快、独生子女政策的实施、网络游戏的流行、家长的过度保护以及“重教轻玩”的教育观念等原因，那些妙趣横生的传统游戏慢慢不见了踪影。儿童传统游戏正逐步退出现代儿童的生活，这需要引起广大教育工作者的关注。

为了让儿童传统游戏再次快乐孩子的童年，本书立足时代的发展和社会的需要，运用调查研究法、行动研究法、案例研究法、经验总结法，结合当代儿童的实际发展所需，从让儿童传统游戏融入儿童生活、游戏渗透进课程、传统游戏的创新等途径出发，充分挖掘流传于民间、经典的老游戏，努力实现传统游戏的教育价值，促进儿童的全面发展。同时也为坚守民族文化的自信，守护我们的精神家园，传承民族文化的血脉贡献一份力量。

在继承发扬儿童传统游戏的基础上，我们结合所处地域特点及现代儿童的身心发展等，大胆融入现代元素，拓展思路，主要从游戏的活动材料、玩法规则、场地布置、游戏项目的大胆引入等方面进行了改编创新，编写了《学前儿童游戏活动设计与指导——传统游戏再现与创新》分册。该分册共收录了符合学前儿童年龄发展特点的传统游戏近百例，分成体育、智力和语言三大类，根据小班、中班和大班三个年龄段编写，每例游戏都经过了相对应班级儿童的长期实践和训练，体现了游戏的创新玩法和现代意义挖掘，使传统的民间游戏能够促进现代学前儿童的发展。

民族传统文化教育作为我们着力打造的办园特色，儿童传统游戏的推广是其中一项长期而重要的内容。目前，利用儿童传统游戏对幼儿进行教育，开发智力、启迪才能、提高素质等，还有许多问题尚待研究。因此，书中难免有不足之处，敬请专家和同行批评指正。

本书在编写过程中，注意了理论与实践的结合，在游戏案例的确立、材料的选择、玩法的探索上，充分考虑了幼儿园教师和幼儿的需要，在语言上力求通俗易懂、严谨规范，在游戏的选择上力求新颖、刺激、好玩、易操作。

本书配有与内容相对应的游戏活动光盘，以期让广大同行更有目的地安排和组织幼儿开展户外游戏，具有很强的可操作性和借鉴价值。

这是一本放飞天性的书，一本亲近自然的书，一本体验快乐的书。愿儿童在游戏中启迪心智、锻炼身体，愿教师在游戏中感悟成长、获得发展。

游戏伴着儿童发展，儿童在游戏中成长。让我们出发，一起游戏吧！

山东省东营市利津县第一实验幼儿园

目 录

前言

第一篇 体育类..... 1

- | | | | |
|-----------------|----|---------------------|----|
| 1.1 拾花轿 | 2 | 1.19 跳房子..... | 22 |
| 1.2 拾棉花 | 3 | 1.20 爆米花..... | 24 |
| 1.3 扎手绢 | 4 | 1.21 乒嘴乓啷起..... | 26 |
| 1.4 跑城 | 5 | 1.22 占四角..... | 27 |
| 1.5 背缸倒缸 | 6 | 1.23 剁白菜..... | 28 |
| 1.6 抵拐 | 7 | 1.24 攻城堡..... | 29 |
| 1.7 手推车 | 8 | 1.25 脚尖、脚跟、脚尖踢..... | 30 |
| 1.8 攻城门 | 9 | 1.26 跳皮筋..... | 31 |
| 1.9 贴“烧饼” | 10 | 1.27 花样玩绳..... | 32 |
| 1.10 编花篮儿..... | 11 | 1.28 “野兔”找“洞” | 33 |
| 1.11 地雷爆炸..... | 12 | 1.29 找朋友..... | 34 |
| 1.12 撒大撒..... | 13 | 1.30 抢椅子..... | 35 |
| 1.13 掀大锅..... | 14 | 1.31 踩高跷..... | 36 |
| 1.14 踩竹高跷..... | 15 | 1.32 吹羽毛..... | 37 |
| 1.15 掷沙包..... | 16 | 1.33 放鞭炮..... | 38 |
| 1.16 挤油渣..... | 18 | 1.34 蝴蝶和小猫..... | 39 |
| 1.17 花样玩沙包..... | 19 | 1.35 鸡毛飞镖..... | 40 |
| 1.18 跳竹竿..... | 20 | 1.36 老鹰捉小鸡..... | 41 |
| | | 1.37 猫捉老鼠..... | 42 |
| | | 1.38 切西瓜..... | 44 |
| | | 1.39 舞龙灯..... | 45 |



1.40	丢手绢	46
1.41	捉龙尾	47
1.42	小老鼠偷油吃	48
1.43	捉小马	49
1.44	花样玩轮胎	51
1.45	做皮球	52
1.46	蹬脚比赛	53
1.47	好玩的毽子	54
1.48	老狼老狼，几点了？	56
1.49	老鼠笼	58
1.50	捉尾巴	60
1.51	降落伞	61
1.52	扔沙包	62

第二篇 智力类…………… 63

2.1	“瞎子”捉“跛子”	64
2.2	蹦步	65
2.3	打个子	67
2.4	打纸板儿	68
2.5	弹球	69
2.6	花样弹球	70
2.7	顶锅盖	71
2.8	翻绳	72
2.9	划蚕豆	74
2.10	击鼓传花	75
2.11	接龙	76
2.12	接龙珠	77
2.13	红灯、绿灯，马上开灯	78
2.14	盲人击鼓	79
2.15	民间棋	80

2.16	拍手背	81
2.17	摔泥炮	82
2.18	挑棍棍儿	83
2.19	跳门槛儿	84
2.20	捉猴	85
2.21	城门城门几丈高	86
2.22	响纸	87
2.23	小鼯鼠钻洞	88
2.24	点豆豆	90
2.25	点脚梆梆	91
2.26	盘脚莲	92

第三篇 语言类…………… 93

3.1	炒黄豆	94
3.2	过皇上	95
3.3	盲人捕鱼	97
3.4	捉蜻蜓	98
3.5	吹泡泡	99
3.6	拉大锯	100
3.7	孵小鸡	101
3.8	手指谣1	103
3.9	五个好娃娃	104
3.10	捕鱼	105
3.11	木头人	106
3.12	五门开	107
3.13	手指谣2	108
3.14	炸果果	109

主要参考文献…………… 110

第一篇

体 育 类





1.1 抬花轿 (适用于大班)

一、传统玩法

三人一组，其中两人面对面双手两两相握，形成“∞”形，蹲下。另一名儿童将双脚伸进两人手臂形成的“∞”形环中，将手搭在两人肩上。两边的儿童起立，将中间的儿童抬至指定地点，交换角色（见图 1.1.1）。



图 1.1.1

二、创新玩法

为进一步激发儿童的兴趣，增添了吹喇叭、敲锣鼓、打钹、抬花轿等传统娶亲

的场景，让儿童在喜气洋洋的气氛中进行游戏（见图 1.1.2）。

三、现代教育意义

抬花轿不仅能锻炼儿童的臂力，而且在抬轿过程中，还可培养儿童的相互合作意识。增加的娶亲玩法还能使儿童对传统的婚俗文化有粗浅的了解（见图 1.1.3）。



图 1.1.2



图 1.1.3

1.2 拾棉花（适用于大班）

一、传统玩法

1. 材料准备：丝巾包裹的棉花包2个（见图1.2.1）。

2. 游戏玩法：全体儿童围成一圆圈，一名儿童斜挎棉花包在圈外绕圈行走，全体儿童说儿歌“拾拾拾棉花，拾到天黑害了怕，找个座位坐下吧。”说完圈外儿童就近坐在一圈上儿童的背上。然后圈上儿童问“你是做什么的？”圈外儿童答“我是赶路的。”圈上儿童接着问“我怎么听着你的肚子里咕噜咕噜叫啊？”圈外儿童答“吃了个包子打了个碗。”然后拍圈上儿童的屁股快跑，圈上儿童追。圈外儿童要快跑绕圈一周后到原圈内儿童处，若被捉到则要到圈内表演节目。表演完节目后由其再做圈外儿童。游戏反复进行（见图1.2.2）。



图 1.2.1

二、创新玩法

两名或多名儿童同时“拾棉花”，多组儿童同时进行（见图1.2.3）。

三、现代教育意义

“拾棉花”是流传于民间极具代表性的游戏活动，锻炼了儿童的快速反应能力和奔跑能力，培养了规则意识。在游戏的过程中，每个儿童自然地更换角色，学会了相互间的协调与组织，形成了有益的责任感和集体意识。



图 1.2.2



图 1.2.3



1.3 扎手绢 (适用于大班)

一、传统玩法

1. 材料准备：不同颜色的手绢若干条（见图 1.3.1）。

2. 游戏玩法：儿童手拉手，成一个圆圈。推选两名儿童在圈外相对的地方分别将手绢扎在圈上两名儿童的手腕上，然后以最快的速度沿顺时针方向跑，将对方扎的手绢解下，扎在前一位幼儿的手腕上；扎好再往前跑去解前面的手绢……若另一位儿童还未扎好被追上则为输者，与被扎幼儿换位，输者要到圈内表演节目，节目完成后游戏继续开始（见图 1.3.2）。



图 1.3.1

二、创新玩法

用长丝巾将“扎手绢”扩展为“扎围巾”、“系腰带”或“戴帽子”（见图 1.3.3）。

三、现代教育意义

“扎手绢”是流传于民间极具代表性的游戏活动，在游戏中，不仅能发展儿童扎、系、结等手部精细动作，而且发展了儿童的快速反应能力和奔跑能力，提高了儿童的竞争意识。



图 1.3.2



图 1.3.3

1.4 跑城（适用于大班）

一、传统玩法

1. 材料准备：沙包一个。
2. 场地布置：事先画好的场地。
3. 游戏玩法：在早已画好的方城两侧站两名儿童，做丢沙包者。选出跑城者在城口准备好，听口令开始跑城。跑城者跑到城中心位置时要拍手或高呼示意“我已进城”。只有此时儿童才是最安全的，其余时间都要不断躲闪或接住打来的沙包。最先安全跑出城者为胜。中途没接住沙包或被沙包打到被罚出场者，游戏结束时出节目（见图 1.4.1）。

二、创新玩法

儿童可在画好的城内丢沙包（见图 1.4.2）。

三、现代教育意义

此游戏重点锻炼儿童快速跑及躲闪的能力，发展身体的灵敏性。由于是很多儿童一齐在城内跑和躲闪，因此还能锻炼儿童相互合作和互相配合的能力。而丢沙包击打城中儿童则很好的练习了臂力和投掷的准确性。



图 1.4.1



图 1.4.2



1.5 背缸倒缸（适用于大班）

一、传统玩法

两名儿童背对着背，四臂互相攀绕，一名儿童弯腰用力迅速把另一名儿童背起，然后另一名儿童再迅速背起这一名儿童，两人反复互背。同时一边背一边唱儿歌：背缸，倒缸，腌菜好香。两人互背互唱，感受游戏的快乐（见图 1.5.1）。



图 1.5.1

二、创新玩法

在 50m 游戏跑道上，将儿童分成 4~6 组，每组儿童由两名“背缸”儿童组成，创新儿歌：腌呀腌呀腌咸菜，背缸，倒缸，腌菜好香。比赛开始后，两背对儿童先协调横向向前叠步移动同时唱儿歌，唱至“背缸，倒缸，腌菜好香”时儿童再互背两下，这样边唱儿歌边反复，先到达终点一组为胜（见图 1.5.2 和图 1.5.3）。

三、现代教育意义

此项民间游戏发展了儿童手臂、腰部及腿部的肌肉力量。游戏过程中，需要儿童相互协调配合，培养了儿童的合作意识。



图 1.5.2



图 1.5.3

1.6 抵拐（适用于大班）

一、传统玩法

两人为一组，游戏时用手搬住一条腿放至另一条腿的膝盖处，用另一条腿跳动行走，用那条拐着的腿相互碰撞，谁被撞得失去平衡、拐着的腿放下来了，谁就输了（见图 1.6.1）。

二、创新玩法

为抵拐游戏配上儿歌：“你一下，我一下，抵拐抵拐顶呱呱，你抵我，我抵你，乐得娃娃笑哈哈。”在两人抵拐的基础上增至三人、五人抵，最后大家一起抵，谁最后放下腿来，谁就赢了（见图 1.6.2）。

三、现代教育意义

此游戏简单易行，游戏中一条腿拐着，另一条腿单跳行走，这样就练习了儿童单腿站立和跳跃，锻炼了儿童的平衡力和耐力，增强了体质，提高了儿童动作的敏捷性。



图 1.6.1



图 1.6.2



1.7 手推车 (适用于大班)

一、传统玩法

一名儿童趴下做“车”，另一名儿童抓住当“车”儿童的脚腕将其腿抬起，夹在身体两侧做推车人，当车的儿童要双手撑地走，推车人不能过分用力，推到终点后，二人互换角色。为增加游戏的趣味性，可将儿童分成两队进行比赛(见图 1.7.1)。



图 1.7.1

名儿童当车，其他两名儿童当推车人，两人分别把当车人的小腿抬起，夹在身体一侧，两人协调推一“小车”(见图 1.7.2)。

三、现代教育意义

手推车游戏不仅锻炼了儿童的臂力及协调能力，加强了团结合作能力，增强了体质，而且在其乐融融的游戏过程中，更让儿童感受到了民间游戏的趣味性。

二、创新玩法

在两人一组玩熟的基础上变为三人一组进行游戏，三人出“手心手背”选出一



图 1.7.2

1.8 攻城门（适用于大班）

一、传统玩法

1. 材料准备：红、黄小旗各一面。
2. 场地布置：在场地上画两条平行线，间隔 8m 左右（见图 1.8.1）。
3. 游戏玩法：将儿童分为人数相等的红、黄两队，队长各拿小旗站在队伍两边，两队在划好的线后手拉手相对而立。如指定红队先说：“鸡鸡翎”，黄队答：“跑马城”，红队说：“马城高”，黄队答：“我们的兵儿随你挑”，红队说出一儿童的名字。被挑中的儿童马上跑向对面去撞红队，红队的手用力相握，如果被撞开，撒开手的儿童归黄队，如撞不开被挑中的儿童归红队。游戏反复进行，直至一队没人，另一队为胜（见图 1.8.2 和图 1.8.3）。



图 1.8.1

二、现代教育意义

此游戏由于参与的人数多，念儿歌或撞城门时，都比较有气势，能很快地调动起儿童积极的情绪，为儿童所喜爱。游戏主要练习短距离快速跑，锻炼儿童腿部肌肉和反应能力，增强动作的敏捷性，同时能够培养儿童团结协作的集体观念和勇于克服困难的精神。



图 1.8.2



图 1.8.3



1.9 贴“烧饼”（适用于大班）

一、传统玩法

将儿童分成人数相等的两队，面向圆心站成内外双层圈，内外圈两名儿童对齐，圈内站有甲乙两名儿童。游戏开始，两名儿童先击掌后甲追乙逃，被追儿童可灵活的找机会保护自己，如在圈内外穿来穿去，增加追逐儿童的难度，快被追上时可立即站在内圈小朋友的前面，同时相对应的外圈儿童成为被追者，如被追到，则互换角色，游戏继续进行（见图 1.9.1）。



图 1.9.1

二、创新玩法

甲乙两儿童追逐时把“跑”换为“双脚跳”或“单脚跳”，增加游戏难度和花样（见图 1.9.2）。

三、现代教育意义

本游戏活动不仅提高了儿童的追逐跑及快速躲闪的能力，通过创新还发展训练了儿童腿部的肌肉力量和跳跃能力，培养了儿童的规则意识和竞争意识。



图 1.9.2