

(中班)

幼儿体育游戏 教学设计

主编 邹 师



幼儿体育游戏 教学设计 (中班)

You'er Tiyu Youxi Jiaoxue Sheji

主 编 邹 师
副主编 潘书波 李晓杰 王 海
主 审 刘德佩



高等教育出版社·北京
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

内容提要

本书为幼儿园教师编写,是《幼儿体育游戏教学设计》(中班)中的一本。全书依据幼儿园学年教学计划设置为上、下两个学期,共分为十部分;为紧密联系教学实际,全书的游戏编排考虑到不同的区域和季节等因素,按照每周3课时,每课时约30分钟而设计的教学方案;本书通过以体育游戏为手段,增强幼儿的学习能力与自我控制能力,满足了幼儿的生理发育、心理成长等各方面的需要。

作为幼儿园中班阶段的游戏活动课教材,本书也适用于学前教育专业、幼师培训以及幼儿体育科研人员等学习和研究的参考书。

图书在版编目(CIP)数据

幼儿体育游戏教学设计. 中班 / 邹师主编. -- 北京 : 高等教育出版社, 2013. 10

ISBN 978-7-04-038436-9

I. ①幼… II. ①邹… III. ①体育游戏—教学设计—学前教育 IV. ①G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第212003号

策划编辑 胡高峰 责任编辑 胡高峰 封面设计 李小璐 版式设计 于 婕
责任校对 殷 然 责任印制 尤 静

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印 刷 化学工业出版社印刷厂
开 本 787 mm × 960 mm 1/16
印 张 16
字 数 280 千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版 次 2013年10月第1版
印 次 2013年10月第1次印刷
定 价 27.60元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物料号 38436-00

前 言

德国思想家席勒(F. Schiller)认为:游戏的本质在于自由;由此可见游戏与自由活动具有同等的含义。荷兰文化史学家赫伊津哈(Johan Huizinga)认为:人类社会的伟大原创性活动自始至终都渗透着游戏;他指出游戏与诗歌结构、音乐、生物本能以及教育活动之间存在必然的联系,特别是与人类生活文明有着密切的关联。我国著名学者于光远先生认为:玩是人生的根本需要之一。所以游戏绝不是简单的小事,游戏是人类成长和教育过程中的重要组成部分,以肢体活动为特征的体育游戏更是如此。游戏是儿童开启智慧之门的钥匙,游戏也是儿童认识世界、感悟世界的重要途径。随着我国学前教育的不断发展,幼儿的身体素质越来越受到社会的普遍关注,如今众多幼儿园都将聘有专职幼儿体育师资作为提升办园声誉、扩大社会影响力的重要指标,并以此作为衡量幼儿园教育质量的砝码之一,这种态势进一步推动了幼儿体育教学“专业化”的需求。

为探索社会人才需求的态势,调整办学和人才培养思路,2011年初我们对未来社会的幼儿体育师资需求态势进行了调研,在此基础上花了6个月为本套书的总体设计做了大量的准备,而且在此期间沈阳师范大学利用社会资金启动了实验幼儿园的建设工程,校长赵大宇教授在实验幼儿园的建设上秉持先进的教育理念,提出实验幼儿园在硬件上要有最好的体育设施、在软件上要有最好的体育游戏,好的幼儿体育游戏要融入合作、探索、挑战等教育元素。在赵校长的提议下,本套书的编写工作正式启动,在编写过程中赵校长又多次参与讨论,并给予了悉心指导。

本套书具有三大特点:首先,编写理念创新;以往幼儿体育游戏编写大多遵循走、跑、跳、投、攀爬、平衡等肢体动作进行分类,这种分类最大的弱点就是将幼儿体育的价值局限在狭义的体育锻炼范围。本套书的编写组打破原有模式,以快乐、合作、挑战、探索、模仿等价值取向为基调,力求体现体育游戏所具有的价值和功能。其次,在游戏内容的设计上注重游戏与教育的有机融合;主要体现在将体育游戏与培养幼儿的探索性、团队合作、积极争取等诸多精神相结合,不但体现了游戏的趣味性和认知功能,也赋予了游戏更多的内涵。最后,本书提供的游戏简便易行、图文并茂,借助数码和卡通设计使游戏更生动形象、诙谐有趣。

本书的编写组成员由沈阳师范大学体育科学学院的骨干教师构成,具体分工如下:趣味性游戏由邹师编写,民俗体育游戏由潘书波编写,野外生存游戏

由丛冬梅编写，武术游戏由罗利编写，拓展游戏由赵世杰编写，轮滑、滑冰、游泳游戏由王海编写；瑜伽、感觉统合游戏由于海亮编写，乒乓球游戏由谷颖编写，跆拳道游戏由金铭鑫编写，游泳游戏由李飞飞编写，滑雪、律动操游戏由王瑾编写，小球游戏由郝策编写，武术套路游戏由王强编写，邹师、潘书波、李晓杰、王海参加全书的统稿和制图工作，最后由刘德佩教授担任本书的审阅工作。

本书作为沈阳师范大学实验幼儿园的软件建设内容之一，从而得到了积极的推进。在此对沈阳师范大学实验幼儿园表示衷心的感谢；另外在编写过程中也得到了沈阳军区联勤部第二幼儿园的俞红、田树萍老师，辽宁省人民政府机关幼儿园的陶茹老师，沈阳工业大学幼儿园的申晓媚老师以及为本书游戏实验提供条件的辽宁省育才幼儿园、沈阳军区政治部幼儿园、沈阳市儿童活动中心实验幼儿园、沈阳市铁西实验幼儿园的大力支持，在此一并致以谢意。

鉴于我们的编写经验有限，可借鉴的东西不多，加之时间紧迫，疏漏与偏颇之处在所难免，敬请广大读者和幼儿体育教学工作者不吝赐教。

编写组
2011年9月

目 录

上 学 期

第一章

九月份体育游戏课 / 3

一、第一周 / 3

步调一致 / 3

喂小兔 / 5

小鸡快跑 / 7

二、第二周 / 9

齐心协力 / 9

小猴运桃 / 11

箱子游戏 / 13

三、第三周 / 15

打老鼠 / 15

小青蛙捉害虫 / 17

采蘑菇比赛 / 19

四、第四周 / 21

球拍转起来 / 21

趣味保龄球 / 23

一起打保龄球 / 25

第二章

十月份体育游戏课 / 27

一、第一周 / 27

看谁滑得远 / 27

勇闯鳄鱼湖 / 29

捡欢乐球 / 31

二、第二周 / 33

推小猪 / 33

齐心协力 / 35

看谁能入围 / 37

三、第三周 / 39

小猫钓鱼 / 39

火车、飞机与轮船 / 41

时空隧道 / 43

四、第四周 / 45

小火车 / 45

钻岩洞 / 47

勇闯独木桥 / 49

第三章

十一月份体育游戏课 / 51

一、第一周 / 51

树式站立 / 51

蝴蝶式振动 / 53

奶牛与猫式伸展 / 55

二、第二周 / 57

企鹅式拍打 / 57

狮子吼 / 59

青蛙式跳跃 / 61

三、第三周 / 63

老鼠式觅食 / 63

滴答式摆动 / 65

乌龟式爬行 / 67

四、第四周 / 69



眼镜蛇式进攻 / 69

幻椅式支撑 / 71

鳄鱼式起跃 / 73

第四章

十二月份体育游戏课 / 75

一、第一周 / 75

鸽子式伸展 / 75

活动烟囱 / 77

骆驼式起身 / 79

二、第二周 / 81

下犬式拉伸 / 81

袋鼠式跳跃 / 83

走数字 / 85

三、第三周 / 87

动物大游行 / 87

丛林大冒险 / 89

象形拳表演 / 91

四、第四周 / 93

猴哥棍术 / 93

武林大会 / 95

障碍运输 / 97

第五章

一月份体育游戏课 / 99

一、第一周 / 99

装扮雪人 / 99

雪地排雷 / 101

登雪山 / 103

二、第二周 / 105

滚雪球 / 105

城堡卫士 / 107

疯狂雪爬犁 / 109

三、第三周 / 111

圣诞寻宝 / 111

袋鼠搬家 / 113

中国功夫 / 115

四、第四周 / 117

探秘象形拳 / 117

勇走梅花桩 / 119

穿越沙袋阵 / 121

下 学 期

第六章

三月份体育游戏课 / 125

一、第一周 / 125

小熊拈球 / 125

猴子摘果 / 127

小燕齐飞 / 129

二、第二周 / 131

蚂蚁搬家 / 131

蛇形赛跑 / 133

松鼠拾果子 / 135

三、第三周 / 137

猫妈妈抛鱼 / 137

小兔投篮 / 139

小鸡啄米 / 141

四、第四周 / 143

小鸟捉小虫 / 143

小小搬运工 / 145

小武士穿战衣 / 147

第七章

四月份体育游戏课 / 149

一、第一周 / 149

警察抓小偷 / 149

看谁踢腿快 / 151

钻山洞 / 153

二、第二周 / 155

小螃蟹接力 / 155

小袋鼠跳障碍 / 157

炸堡垒 / 159

三、第三周 / 161

身体素质大比武 / 161

木头人 / 163

蔬菜、水果大比拼 / 165

四、第四周 / 167

辨别方向——踩影子 / 167

急救电话对号入座 / 169

结绳游戏——蝴蝶结 / 171

第八章

五月份体育游戏课 / 173

一、第一周 / 173

技能挑战——平衡木 / 173

穿越草地 / 175

智力闯关 / 177

二、第二周 / 179

乘风破浪 / 179

小兔搬家 / 181

鸭子运水 / 183

三、第三周 / 185

户外寻宝 / 185

顶太阳球 / 187

通过沼泽地 / 189

四、第四周 / 191

卫星球杆 / 191

拍球国王 / 193

翻大饼 / 195

第九章

六月份体育游戏课 / 197

一、第一周 / 197

双龙戏珠 / 197

篮球争夺赛 / 199

传球快跑 / 201

二、第二周 / 203

抢火种 / 203

蚂蚁运粮 / 205

小鸡过河 / 207

三、第三周 / 209

丢手绢 / 209

老鹰捉小鸡 / 211

小青蛙回家 / 213

四、第四周 / 215

找朋友 / 215

丢沙包 / 217

火炬接力 / 219

第十章

七月份体育游戏课 / 221

一、第一周 / 221

贴人 / 221

穿石洞 / 223

好邻居 / 225

二、第二周 / 227

解锁链 / 227

绕人追击 / 229



打靶球 / 231

三、第三周 / 233

千脚虫赛跑 / 233

乌龟捡蛋 / 235

搬运沙子 / 237

四、第四周 / 239

走长龙 / 239

小小运水员 / 241

拼七巧板 / 243



上 学 期



一、第一周

(一) 第一次游戏课教案(年 月 日)

1.【游戏名称】步调一致

2.【游戏目标】

(1) 体能目标

训练幼儿手臂的控制能力。

(2) 认知、情感、态度目标

① 理解教师口令，能定点站立；② 愿意参与游戏并能够遵守游戏规则。

(3) 游戏的重点和难点

① 重点：掌握用球杆驱球的动作；② 难点：让球在规定范围内滚动。

3.【游戏准备】

(1) 物质准备(场地、器材、天气、人数、音乐等；下同)

① 高尔夫球具若干套；② 在游戏场地中画 2~4 条跑道，设定起点和终点，分别在起点处放置小筐(筐里放若干高尔夫球)；③ 在终点处画直径为 1 米的圆圈。

(2) 精神准备(情绪、情感、健康状态等；下同)

① 参与游戏的幼儿开着“小火车”(全体幼儿排成纵队，相互牵扯后衣襟)进入活动场地，提前让幼儿进入游戏状态；② 老师带领幼儿做模仿操，激发大家参与游戏的兴趣。

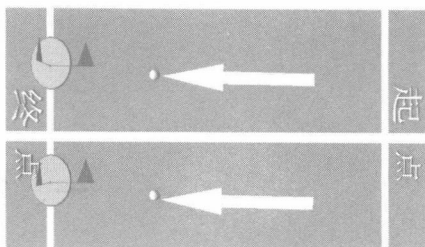
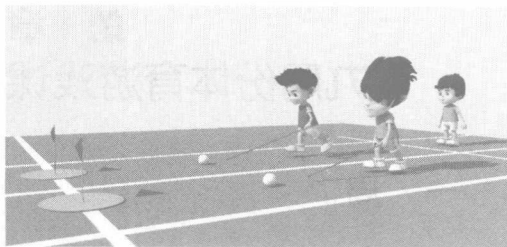
4.【游戏实施步骤】

(1) 游戏导入环节(背景音乐和老师的语言表述同时进行；下同)

大家认识米奇的好朋友黛茜吗？她帮助唐老鸭看着小球，可是一阵大风吹来，球都被吹跑了，黛茜找不到小球，真着急啊。我们一起去帮助她找回丢失的小球好吗？黛茜说了，找到小球后就带我们一起去快乐的米奇屋里做客。让我们赶快出发吧！

(2) 游戏过程

将全体幼儿分成人数相等的若干组，每组 6~8 名。游戏前，各组的排头队员取一个球放在起跑线处，并手持球杆站好。听到口令后，用球杆击球前进(与此同时，本组的下一名幼儿以同样的方式在起点处等候)，将球驱进终点处



的圆圈后，快速跑回起点，把球杆交给在起点处等候的队友。以此连续进行，直至游戏结束。

5.【注意事项与建议】

(1) 小球只能在跑道内滚动，滚出跑道则从起点重新开始，两次出界即被罚下。

(2) 球必须被赶进圆圈内，否则无效。

(3) 两分钟时间内，赶进圆圈内的球数多的组获胜。

6.【延伸活动】(为下节课或下个阶段学习增加的辅助活动;下同)

(1) 当熟练掌握球杆击球的动作后，可以规定挥杆 3~5 次将球击入圆圈内。

(2) 可以将小球的运动轨迹由直线改为曲线。

7.【活动结果】

预期结果	实际结果
幼儿基本掌握挥杆击球的动作要领 幼儿能够比较熟练地控制手臂力量 幼儿能够手眼协调配合，击球前进	

注：实际结果以优、中、良为标准进行评定。下同。

8.【游戏点评】

体能目标									认知、态度、情感目标				
爆发力	弹跳力	柔软度	体耐力	敏捷性	灵巧性	距离感	平衡感	协调性	果断判决	独立自主	团结互助	勇敢自信	耐心专注
3		2	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5

注：表格中的数字表示游戏活动中针对某项目标的功能性指数，数值越高，意味着针对该项目标的功能性就越强，空白处即为零；另外，即使同一个游戏，随着游戏规则或难易程度的调整，该指数也会有所不同。下同。

(潘书波)

(二) 第二次游戏课教案 (年 月 日)

1.【游戏名称】 喂小兔

2.【游戏目标】

(1) 体能目标

提高幼儿的上肢协调性。

(2) 认知、情感、态度目标

① 愿意参与体育锻炼，感受游戏的快乐；② 懂得遵守游戏规则，提高规则意识。

(3) 游戏的重点和难点

① 重点:练习挥臂(向上或向前)的动作；② 难点:能够准确地将球推进“兔子”的“嘴”里。

3.【游戏准备】

(1) 物质准备

① 大皮球若干；② 用废旧的纸箱做成的兔子脑袋（在箱子上挖出方形的口作为兔子的嘴巴）；③ 在场地内划两条跑道，并设定起点，将“兔子头”放置到离起点 1.5 米处。

(2) 精神准备

① 做好游戏前的热身活动；② 将小球装饰成胡萝卜状，来激发幼儿的参与兴趣。

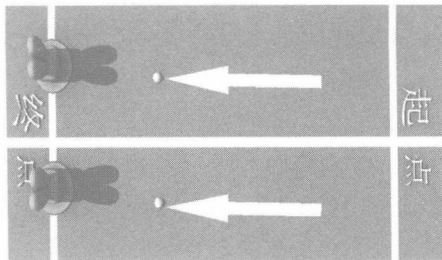
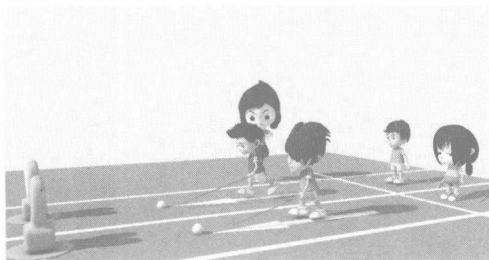
4.【游戏实施步骤】

(1) 游戏导入环节

教师指导语：“今天天气真好，我们到草地上做游戏吧！”教师带领大家做热身运动：小鸟飞、飞、飞（上肢活动），大象走、走、走（弯腰活动），小兔跳、跳、跳（跳跃运动）等。“小朋友们知道谁最爱吃胡萝卜吗？你们看老师这儿有这么多的胡萝卜，我们一起到草地上去喂小白兔吧！”

(2) 游戏过程

将全体幼儿分成两组，每组 5~8 名成纵队站在起始线处。听到口令后，各



组排头队员用双手推动小球,每名幼儿连续“喂小兔”两个球后换本组下一名队员做游戏。教师根据幼儿完成的情况提高游戏难度,例如将距离增加到2米。

5.【注意事项与建议】

- (1) 将小球推入小兔的嘴巴为有效球。
- (2) 站在起始线后推球,越过起始线的推球无效。
- (3) 刚开始游戏的时候,教师可以降低游戏难度,小兔与起点的距离缩短至1米,待多次练习之后再提高要求和难度。

6.【延伸活动】

- (1) 除用手推球外也可改为投掷。
- (2) 可以借助一些辅助材料来完成,如用废报纸卷成的小棍等。

7.【活动结果】

预期结果	实际结果
能在1~1.5米的距离将球推进目标 能自觉遵守游戏规则 愿意参加游戏活动	

8.【游戏点评】

体能目标								认知、态度、情感目标					
爆发力	弹跳力	柔软度	耐力	敏捷性	灵巧性	距离感	平衡感	协调性	果断判决	独立自主	团结互助	勇敢自信	耐心专注
2		2	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5

(郝策)

(三) 第三次游戏课教案(年 月 日)

1.【游戏名称】 小鸡快跑

2.【游戏目标】

(1) 体能目标

发展幼儿曲线跑的能力。

(2) 认知、情感、态度目标

① 学会蛇形跑，并能控制身体的平衡；② 懂得遵守游戏规则。

(3) 游戏的重点和难点

① 重点：学会“S”形路线快速跑；② 难点：控制身体平衡。

3.【游戏准备】

(1) 物质准备

① 橄榄球若干个；② 大灰狼头饰两只、4种不同颜色（黄、白、黑、黑白花）的小鸡头饰若干；③ 小桶或小筐两个；④ 长度为20米的跑道，跑道中每隔2米处放置一个障碍物（椅子）将准备好的小筐放在终点处。

(2) 精神准备

① 做好活动前的热身运动；② 在空场地上练习曲线跑（先慢跑集体练习，待幼儿熟悉后再加快速度）；③ 分发小鸡头饰激发幼儿的参与兴趣。

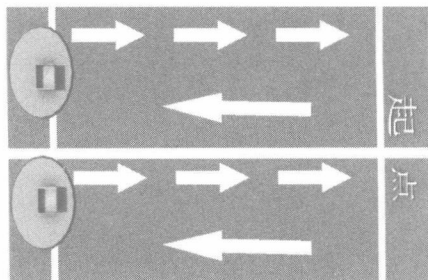
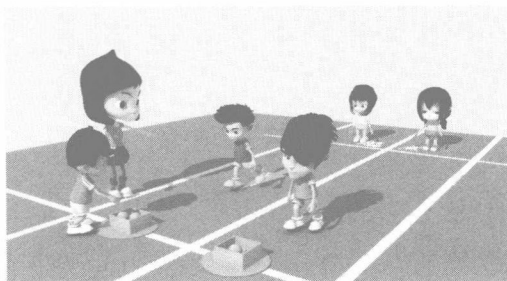
4.【游戏实施步骤】

(1) 游戏导入环节

教师导语：母鸡妈妈生了很多蛋宝宝，被贪吃的大灰狼知道了，要偷走蛋宝宝，母鸡妈妈想请小鸡们帮忙把蛋宝宝送到一个安全的地方，小鸡们愿不愿意帮助鸡妈妈完成这个任务？接下来请小朋友们根据自己小鸡头饰的颜色分别排队，我们来比一比哪组运得最快。

(2) 游戏过程

游戏前根据幼儿选择小鸡头饰的颜色将幼儿分成4组，由各组的排头队员手拿橄榄球准备。听到口令后，以“S”形路线跑动穿过障碍物，到达终点后



将球放入小筐内,然后按照原来的路线跑回起点,轻拍本组下一名幼儿的手后站到排尾,其他队员以此连续进行,直至游戏结束。

5.【注意事项与建议】

- (1) 跑动时不能碰倒障碍物,要沿“S”形路线跑到终点。
- (2) 如果手中的橄榄球落地则要回到起点处重新起跑。
- (3) 最先跑完并把球顺利送到筐里的组优胜。

6.【延伸活动】

可将障碍物的体积加大、距离缩小来增加游戏难度。

7.【活动结果】

预期结果	实际结果
跑动时不能碰倒障碍物 提高身体的灵活性 注意自己和同伴的安全	

8.【游戏点评】

体能目标									认知、态度、情感目标				
爆发力	弹跳力	柔软度	耐力	敏捷性	灵巧性	距离感	平衡感	协调性	果断判决	独立自主	团结互助	勇敢自信	耐心专注
3		2	5	4	4	2	5	5	5	5	5	5	5

(郝策)