

幼儿 足球游戏

设计与指导

Youer
Zuqiu Youxi
Sheji Yu Zhidao

顾	问	易贤文	徐 明	朱 鹏					
编	著	朱 斌	詹本乐	郝 苗					
编	委	赵 祥	张艳群	邓 青	李 欣	刘 雨			
		王劲峰	张 象	吕寻金	李慧军	李 佳			
		许 杰	余 翔	廖 华	张 艳	杨 静			
		王维耀	严 凤	杨 莲	乔 丹	郑 星			
		蒋中英	刘 霞	黄 鑫	刘孟娟	谢 欧			
		杨春燕	刘小梦	唐 丹	杨 霞	李 瑞			



四川大学出版社

前 言

2015年习近平总书记主持召开中央第十次深化改革会议，会上审议通过《中国足球改革发展总体方案》，并强调“发展振兴足球事业要注重夯实人才根基，从娃娃抓起”。这对教育工作者提出了值得思考并有待落实的“国家期待”。尤其是国务院“足球进校园（幼儿园）”活动开展以来，纵观幼儿园实际，发现很多幼儿园为幼儿配备有足球，但由于缺乏足球运动的专业知识，缺乏对幼儿阶段可掌握的足球运动基本动作的分析，缺乏系统的幼儿足球游戏课程，大部分幼儿园的幼儿足球运动长期处于停滞状态。其表现如下：有计划、有目的开展的足球运动严重缺失；师生对足球特性的感知认识不足，经常将其当作普通皮球在使用；足球成为球操或表演的道具，丧失了原有的功能价值；足球活动枯燥单一，缺乏趣味性和吸引力。

那么，在幼儿园教师对足球活动的了解与前期经验不足的情况下，足球运动作为一项技术性高、对抗性强的体育项目，能否在幼儿园开展呢？经过深入学习和反复论证，我们认为幼儿阶段是可以开展足球运动的。第一，幼儿正处于运动敏感期，此时接触足球运动，有利于激发幼儿对足球运动的兴趣，培养球感，进而增强身体素质，促进意志品质的发展，让其受益终身。第二，通过对足球运动基本动作和战术策略的分析，



我们发现许多基本动作和战术策略与《3—6岁儿童学习与发展指南》（以下简称《指南》）中健康领域动作发展的目标是一致的。根据《指南》整理出大、中、小班幼儿足球运动的目标，能为幼儿园有计划地开展足球运动提供依据。第三，幼儿的身心发展规律与学习特点决定了幼儿园教育应“以游戏为基本活动”“注重幼儿的直接感知、实际操作和亲身体验”。幼儿足球运动的开展应以游戏方式进行，其核心价值不是强求掌握动作技术，进行激烈对抗，而是培养兴趣、获得经验、增强体质和促进意志品质的发展。

在国家教育政策与精神的引领下，我们全面分析幼儿身心发展规律与学习特点，根据幼儿园的师资、物质环境等实际情况，撰写了《幼儿足球游戏设计与指导》一书。

本书包括幼儿足球游戏概述、园所足球特色教育探索之路和幼儿足球游戏案例三大板块，一共82个游戏活动。第一章“幼儿足球游戏及其探索”，介绍关于幼儿足球游戏的教学和探索之路。第二章“认识足球宝宝”，通过活动让幼儿感知足球特性，了解足球的运用方式。第三章“足球初体验”，通过简单的脚部踢球、停球、运球的足球游戏让幼儿初步体验足球活动。第四章“玩转足球”，运用多种形式的脚部足球游戏，让幼儿获得简单的足球技能，对足球活动产生浓厚的兴趣。第五章“快乐足球赛”，通过多种形式的足球比赛游戏，了解简单的足球规则，增强幼儿的竞争意识和团队意识。

本书供广大幼教工作者阅读和借鉴，虽不完美，但我们会继续改进和创新。

目 录

第一章 幼儿足球游戏及其探索 ·····	(1)
1. 关于幼儿足球游戏教学·····	(1)
2. 玩转足球游戏，创建特色园所 ——成都市第二十三幼儿园开展幼儿足球游戏的 探索之路·····	(4)
第二章 认识足球宝宝 ·····	(17)
1. 足球宝宝·····	(19)
2. 搬呀搬，搬西瓜·····	(21)
3. 最佳射手·····	(23)
4. 有趣的足球·····	(25)
5. 足球碰碰操·····	(26)
6. 赶小猪·····	(28)
7. 对墙碰碰球·····	(30)
8. 攻城拔寨·····	(32)
9. 足球小知识·····	(34)
10. 小足球，传传传·····	(35)
11. 和小足球交朋友·····	(37)
12. 帮小猪“嘟嘟”减肥·····	(39)
13. 谁先带我回家·····	(41)



第三章 足球情景游戏	(43)
1. 跟着伙伴跳起来	(45)
2. 比比谁更快	(47)
3. 小足球上山	(49)
4. 谁是木头人	(50)
5. 小兔停球	(52)
6. 赶小绵羊	(54)
7. 抓蜻蜓	(56)
8. 采蘑菇	(58)
9. 喜羊羊搬家	(60)
10. 打气球	(62)
11. 搓汤圆	(64)
12. 小小洗车工	(66)
13. 老鼠运粮	(68)
14. 我是小城门	(70)
15. 铁三角	(72)
16. 快乐停球	(74)
17. 小青蛙捉害虫	(76)
18. 小兔运蘑菇	(77)
19. 足球小子	(78)
20. 解救小蜻蜓	(79)
21. 爆米花	(81)
22. 快乐踢踏舞	(83)
23. 快乐小足球	(85)
24. 你丢我踢	(87)
25. 小螃蟹赛跑	(89)

26. 足球碰碰车	(91)
第四章 玩转足球	(93)
1. 小青蛙捉害虫	(95)
2. 穿越森林	(97)
3. 二龙戏珠	(99)
4. 请注意，倒车	(101)
5. 打地鼠	(103)
6. 小企鹅摘西瓜	(105)
7. 小兔搬萝卜	(107)
8. 我是模仿王	(109)
9. 给小熊喂食	(111)
10. 铃儿响叮当	(113)
11. 冲锋夺阵	(115)
12. 小兔玩球	(117)
13. 头顶脚踢	(119)
14. 小猪运西瓜	(121)
15. 咚咚锵	(123)
16. 夺宝奇兵	(125)
17. 背足球宝宝过河	(127)
18. 脚式排球	(129)
19. 时钟转不停	(131)
20. 把球藏起来	(133)
21. 小兔子，跳跳跳	(135)
22. 木头人	(137)
23. 传递火炬	(139)
24. 危险的灰太狼	(141)

第五章 快乐足球赛·····	(143)
1. 穿越防线·····	(145)
2. “倒车”接力赛·····	(147)
3. 抢圈圈·····	(149)
4. 脚式保龄球·····	(151)
5. 梅花几月开·····	(153)
6. 捕鱼·····	(155)
7. 丛林寻宝·····	(157)
8. 头顶脚运·····	(159)
9. 逗牛·····	(161)
10. 闯关·····	(163)
11. 接力射门·····	(165)
12. 停球高手·····	(167)
13. 直捣黄龙·····	(169)
14. 赶绵羊·····	(171)
15. 猫捉老鼠·····	(173)
16. 龟兔赛球·····	(175)
17. 足球跳起来·····	(177)
18. 植物大战僵尸·····	(179)
19. 抢夺足球·····	(181)

第一章 幼儿足球游戏及其探索

1. 关于幼儿足球游戏教学

一、幼儿足球游戏

幼儿足球游戏，即在幼儿园大、中、小班开展的趣味性足球活动。它通过创设游戏情景，借助游戏材料，运用游戏形式和指导策略，激发幼儿对足球运动的兴趣，让幼儿在快乐游戏中初步获得足球运动的基本动作经验和战术策略，从而促进幼儿身体素质和意志品质的发展。

通过足球游戏，使幼儿身体素质在以下几方面得到训练：爆发力、耐力、速度、灵敏度、平衡性、柔韧性、协调性等。

二、增强幼儿足球游戏可促进孩子的发展

进行幼儿足球游戏可促进孩子以下几方面的发展。

（一）增强幼儿身体运动的协调性和幼儿记忆力

足球运动是集传球、接球、运球、射门、抢球多种动作于一体的一种运动项目。在接受足球运动的培养过程中，幼儿能

够逐步提高跑步中对足球动向的有效判断，进而通过大脑的反映对足球的动态采取措施，这能够有效促进多重动作同步协调完成，从而增强幼儿身体的协调性。同时，在进行足球运动的过程中，幼儿需要对相关的游戏规则和运动规律进行记忆，从而有效地增强幼儿的记忆能力和注意力。

（二）促进幼儿骨骼发育和运动系统发展

幼儿阶段是人类基础动作形成的阶段。这一阶段幼儿开始有目的、有方向地尝试与探索，试图做出扔、接、踢、跳等动作。此时进行任何运动都能提供一定的运动经验，有助于动作发展。足球运动是一种运动量比较大，运动技巧、动作比较多的运动项目。幼儿能够在游戏竞争的刺激下保持运动的兴趣，能够在组织者的正确引导下坚持足球运动，长时间的运动会使得幼儿的骨骼发育良好。在进行有效足球游戏、学习足球动作技术的情况下，幼儿的运动细胞和运动兴趣全面激发，今后才能朝着多元化的方向发展。

（三）促进幼儿消化系统发展，帮助改善不良饮食习惯

随着生活水平的提高，幼儿食物选择多样化，幼儿容易养成挑食、厌食、偏食的不良习惯，尤其是有的孩子喜爱如炸鸡块、薯条等不健康的食品，导致出现许多“小胖墩”，严重影响幼儿的身体健康。通过幼儿足球活动，幼儿运动量增加，机体能量代谢加快，对食物的需求增加，从而使厌食、挑食、偏食的不良习惯得以改善，促进身体健康发育。

三、教学内容

通过足球认识活动让幼儿感知足球特性，了解足球的运用方式。

开展简单脚部踢球和玩球游戏、多种形式踢球和运球游戏、多种形式足球比赛游戏或活动。

借助足球游戏练习多种形式的不同方向走、跑、带球、跳跃等动作技能。

四、教学目标

(一) 培养幼儿的综合素质，在足球运动中达到身心智协同发展

在具体教学中根据 3—6 岁年龄阶段幼儿的身体、心理、智力发展的规律和特征，选择不同的教学内容和教学方法，培养幼儿对运动的兴趣爱好，培养幼儿身体的柔韧性、协调性、灵活性等身体素质，培养幼儿的独立性、自制性以及合作性，培养幼儿的毅力、团队意识及克服困难的勇气等优秀的心理素质；矫正幼儿的惰性、依赖性，矫正幼儿的懦弱自卑及遭遇挫折就逃避等不良的心理素质；发展幼儿的专注力、记忆力、思维力、想象力等智力要素，使幼儿身心智协同全面发展。

(二) 培养幼儿对足球的兴趣，养成坚持运动的习惯

根据 3—6 岁年龄阶段幼儿的身体、心理发展关键期规律和特征，选择不同的教学内容和教学方法，培养幼儿的运动兴趣、运动认知和运动习惯，让幼儿热爱足球、热爱运动，并养成坚持锻炼的好习惯，让幼儿在运动中充分体验到快乐、激情，使运动成为幼儿的心理需要。

(三) 培养幼儿文明、公正、团结、进取的足球文化意识

足球运动不仅是一项体育项目，更因其具有影响人们生活的文化而具有重要的作用。培养幼儿文明、公正、团结、进取的足球文化意识，使幼儿真正了解足球、热爱足球，使其受益终身。

2. 玩转足球游戏，创建特色园所

——成都市第二十三幼儿园开展幼儿足球游戏的探索之路

一、背景分析

（一）以科研求“厚积”

开园之初，成都市第二十三幼儿园即确立了“科研亮园”的办园理念。我园两大课题“国际理解教育校本课程开发与实施研究”“《指南》背景下生活教育游戏化的组织策略研究”分别于2013年、2015年在武侯区教育科学发展研究院立项。在实施“国际理解教育校本课程开发与实施研究”项目的过程中，我园编撰了一本学前教育读本——《童眼童心同一个世界》，被收录进了“武侯区国际理解教育系列丛书”；形成了“天使游学”走班活动日、“嘟嘟小镇大环游”户外混龄游戏日、“天使宝贝秀”班级风采日三种课程。该课题已经于2016年年底结题。在实施“《指南》背景下生活教育游戏化的组织策略研究”项目的过程中，截至目前，我园已取得两项优化成果：“生活游戏区低结构材料适宜性投放策略”“寓幼儿生活自理技能教育于角色游戏策略”。

课题研究的意义是重大的，研究的过程即是幼儿园课程逐渐建构与丰富的过程。我园明确提出“课题研究，智启教师”的队伍建设模式，由园级骨干教师组成课题研修组，借助课题研究，加快园级骨干教师的成长速度，打造一支“研究型教

师”队伍，并引领其他教师成长为“反思型教师”，使教师的成长、发展自然地投射于幼儿的成长与发展之中。如今，我园的“大小结对玩儿环游”“自选游学我走班”“自理生活、自主生活”活动让孩子们乐在其中。科研课题的研修，让我园于课程建设、常规管理、队伍建设等方面都形成了比较多的策略与具体方法，有了很多经验的积累。

（二）以科研续“发展”

2015年，为了丰富幼儿户外运动课程，我园开始尝试开展了系列足球主题活动：“爸爸足球赛”“足球亲子运动会”“花样足球美术展”等。为了更好地开展足球活动，我园还配备了专业的男性教师，成立了体育运动研究组，确定了“户外运动各年龄段基本动作要领的研究”主题，同时还进行了两次幼儿足球基本动作以及“各年龄段适宜性足球游戏”的专题研究活动。活动让幼儿获得了有关足球活动的认知经验和运动经验，激发了幼儿对足球运动的兴趣，更得到了家长的认同和支持。

由于我园有近1600平方米的户外操场，有利于幼儿足球活动的开展，以及近年来我园教师整体专业素养的不断提高，2016年4月，我园被成都市教育局确定为“成都大学博士工作站试点学校”之一，我园是其中唯一一所幼儿园。作为唯一的试点幼儿园，我园与高校将共同研究的课题确立为“幼儿园与高校共建幼儿足球游戏的实践研究”。

与高校合作研究，为我园取得了专业的理论与实践技术的支持，让我园的研究始终处于科学指导之下，规范了我园科学研究过程的管理，引导我园教师团队进入了“人人微课题”发展阶段，推动了我园保教质量的提高。



（三）以科研育“特色”

我们研究了目前国内幼儿足球研究的现状，发现现在国内不少幼儿园将幼儿足球研究锁定在幼儿足球教学方式上，比如“启蒙化”“游戏化”，有关幼儿足球游戏的书籍也有一些，这些都为我园开展幼儿足球活动提供了参考。

我园的研究优势在于：其一，与高校共建，获得高校专业足球人员支持；其二，我园足球游戏紧密结合幼儿年龄特点，并以《3—6岁儿童学习与发展指南》（以下简称《指南》）中幼儿动作发展指标为主要参考数据，有利于研究成果向着凸显大、中、小各年龄段足球游戏的适宜性发展。

二、我园幼儿体育锻炼的现状

2007年中共中央国务院出台了《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，要求以一系列措施落实加强青少年体育锻炼。2013年，《国家体育锻炼标准》修订版将青少年体育锻炼作为重点。《幼儿园工作规程》、《幼儿园教育指导纲要（试行）》（以下简称《纲要》）、《指南》等学前教育纲领性文件明确规定：“幼儿每天户外活动时间不少于2小时，其中体育活动时间不少于1小时”。

我园现有10个教学班，共有幼儿290名。自2013年建园以来，我园一直非常重视幼儿的体育锻炼，积极开展多种体育活动，但在对现状的反思中，我们也发现园内的幼儿体育活动还存在着以下一些问题：

（1）体育活动项目设置不均衡。在我园，走、跑、跳方面的锻炼项目开展得较多，占了90%；平衡、攀登和球类运动方面的较少，仅占10%。

(2) 体育活动趣味性和运动量不足。活动中单纯示范讲解练习的时间居多,给予幼儿自主探索和快乐提升的时间较少,过度保护的现象比较普遍,不同程度地出现运动量不足的情况。

(3) 存在幼儿缺乏兴致、畏寒畏难、不能坚持等现象。幼儿参与体育锻炼的积极性和主动性不强,尤其是冬季更难坚持锻炼;不敢尝试有难度和挑战性的体育活动,面对困难容易放弃。

三、对我国开展幼儿足球游戏可行性的分析

(一) 我国的户外场地情况

我园是2013年建成的武侯区教育局直属的公办幼儿园。在武侯区教育局的关心和大力支持下,我园配备了多种足球运动器材,能满足不同年龄段幼儿活动的需要。我园户外场地面积1600多平方米。有专门的幼儿足球场地4个,分布在一楼户外操场和四楼风雨操场。

(二) 师资整合情况

我园与成都大学建立幼儿园与高校共建足球幼儿游戏专业实践共同体,这是一个促进教师专业发展的新型组织。我园共有22名一线教师,其中专门参与该实践共同体的有10名,整合了大、中、小三个年龄段幼儿教师力量,教师在共同体活动中逐步成长。高校为共同体的发展提供了专业的理论支持,幼儿园为共同体的发展提供了专业实践基地。而共享文献资源、共建实训基地、互派专业教师、推进科研互动是共同体构建的主要方式。保障机制、赋权机制、评价机制是共同体正常运行的重要保证。



（三）共建中的专业支持

在成都市教育局《关于确定“成都大学博士工作站试点学校”的通知》的指引下，我园有幸成为成都大学博士工作站试点学校中唯一一所幼儿园，于2016年9月与成都大学博士工作站达成了共同开展幼儿足球游戏研究的结对协议。我园大、中、小班的10名教师和成都大学的4名足球教师、6名足球专业教师和学生组成了足球专业教学团队。每周有两个半天，成都大学足球专业教师和学生来我园担任足球专业教练，与我园教师共同组织开展幼儿足球游戏。通过整合高校的足球专业资源和对校园足球开展开发的理论知识，遵循幼儿教育的原则和规律，我们共同探索幼儿足球游戏组织实施的方法策略，从而提升我园幼儿的身体素质水平，提高教师的专业能力，也为幼儿足球游戏的广泛开展提供理论支持和实践经验。

由此，我园正式确立了“幼儿足球游戏”特色创建之路，以足球游戏为载体，在幼儿园大、中、小班开展趣味性足球活动。通过创设游戏情景，借助游戏材料，运用游戏形式和指导策略，激发幼儿对足球运动的兴趣，让幼儿在快乐游戏中初步获得足球运动的基本动作经验和战术策略，从而促进幼儿身体素质 and 意志品质的发展，回归体育运动的快乐特性，激发全园幼儿的运动兴趣，紧扣我园的办园目标，培养世界“八小”公民之“乐健宝贝”，为幼儿后继学习和终身发展奠定良好的素质基础。“玩转足球游戏，创建特色园所”，让足球伴随孩子健康快乐地成长。

四、构建目标

（一）建设足球活动大环境

我园始终秉持幼儿园寓教育于环境的原则，以“两趣一意”理念打造足球活动大环境。两趣是指环境童趣化、兴趣化，足球环境将与我园的吉祥物“嘟嘟熊”密切结合在一起，“嘟嘟熊玩儿足球”主题系列展现足球基本技能，“嘟嘟熊讲足球”主题介绍国际足球故事、人物；一意是指环境意义性，让环境体现足球活动知识、规则。

（二）建设专业足球教师队伍

充分利用高校足球专业人员的理论知识与实际操作技术，对我园教师进行深入培训，组建一支园内专业足球教师队伍，同时吸纳更多更优秀的教师加入我园足球教育。

（三）建设足球教育资源库

利用高校的支持，开展持续深度的体育运动研究，尤其是足球游戏研究。在研究过程中收集整理园内优秀的足球教育活动案例，包括足球游戏、足球基本动作、足球活动组织方法等，形成我园的足球教育资源库。

（四）构建适合各年龄段幼儿的足球游戏

幼儿园大、中、小班开展的趣味性足球活动要遵循幼儿的身心发展规律和学习特点，促进幼儿耐力、速度、灵敏、平衡、柔韧性、爆发力、协调性等身体素质和意志品质的发展。

五、操作办法

（一）“研读研学”组建专业足球教师队伍

加强对《纲要》《指南》的学习，根据幼儿的年龄特点，



从动作技能、认知经验、情感态度等方面收集整理并“分段式”提炼出各年龄段幼儿的足球游戏发展目标和教育要求，并进行足球游戏的实践。

我园积极组织幼儿教师参加各类足球培训（包括省外足球专业培训）和体育教研组活动，以“以会代培”“以研代培”和“请进来，走出去”等方式与高校共建共享教育资源。加大教师在足球理论、动作技能和游戏形式内容等方面的学习力度，提升教师在足球游戏观察、组织、指导方面的专业能力，增强教师队伍对足球游戏的研究能力。

（二）“研磨研审”展开足球游戏

（1）开展课程研究审议，为幼儿增设足球游戏区域与时间。调整幼儿作息时间和场地规划，保证每个班级开展足球游戏的时间和空间。结合幼儿园已有的特色活动“嘟嘟小镇大环游”和“天使游学”，增加足球主题游戏。

（2）开展方案打磨研究，设计符合幼儿年龄特点的足球游戏教案。围绕“一核心、一凸显”制定游戏目标、材料投放、活动组织方式等。即，小班以“激发兴趣”为核心，多采用情景性游戏的方式凸显“趣”字；中班以“基础动作”为核心，以情景游戏和合作游戏的方式凸显“乐”字；大班以“练习基本动作，培养合作意识”为核心，多采用竞技游戏的方式凸显“合”字。

（三）课程建设目标

（1）通过一学期针对不同年龄段的快乐足球游戏的设计和研，开展以足球游戏为载体的体育活动，研究各年龄段的培养目标和教育策略，形成适合各年龄段的足球活动教案集。

（2）结合已有的特色活动“嘟嘟小镇大环游”和“天使游