

2023年幼儿园户外游戏活动方案 幼儿园 户外体育游戏活动方案(大全9篇)

方案在各个领域都有着重要的作用，无论是在个人生活中还是在组织管理中，都扮演着至关重要的角色。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

幼儿园户外游戏活动方案篇一

户外活动体育游戏方案 1. 顶沙包：

目的：锻炼幼儿的平衡能力

玩法1：将沙包放在头顶上，双手伸平，在直线上行走。

玩法2：弯腰，将沙包放在背上，双手后伸，在直线上行走

2. 抛接沙包

(1) 自抛自接

目的：练习臂力，发展灵敏性。

玩法1：两手托着沙包，头仰起使劲向上抛，沙包落下时尽量用手接住。

玩法2：幼儿单手持沙包，向上抛出后，自己拍手一二次，然后用原来的手接住。依次方法反复进行。熟练后可以增加拍手的次数。

(2) 互相抛接

玩法：两人一只沙包，你抛我接，我抛你接。幼儿抛接动作熟练后，可以两人两只包，同时抛接，也就是双人对抛对接。

(3) 左右手抛接沙包：

玩法：教师示范，用一只手把沙包抛起另一只手接住，自己左右手交替抛接沙包。

3. 抓沙包

目的：锻炼手臂的灵活性和上肢肌肉的力量。

玩法：幼儿把沙包放在一手背上，用手背把沙包抛起来，迅速翻手抓住沙包。接着把沙包向上抛起，迅速翻手用手背接住沙包，依次方法反复进行。看谁的抓包的次数多。

4. 踢沙包

目的：练习单脚站立、提高协调能力和练习双脚踢接沙包的能力。

玩法1：让幼儿把沙包放在脚上使劲往外踢。比比看，看谁踢的远。

玩法2：幼儿右臂屈肘，一手拉住沙包线，可单脚踢也可双脚交替踢。

5. 投沙包：

玩法1：让孩子站在圆圈上，手拿沙包投掷到圆圈中，左手和右手交换着练习。

玩法2：在一定的距离内，让幼儿向另一头的圈内投包。玩时可以不断将另一头的圈缩小或换成垫子。

6. 丢沙包

玩法：让幼儿围成一个大圆圈坐在地上，让其中的一名幼儿将沙包轻轻放到另一个幼儿的背后，放下沙包的幼儿围着圈快跑，收到沙包的幼儿拿起沙包快去追，前面快跑的幼儿要跑到收到沙包的幼儿的位置坐下，如果被追上这个幼儿要到圈内表演节目，依此进行。

7. 传沙包：

幼儿站立成纵队，前面的幼儿拿着一个沙包传给第二个，第二个传给第三个依次传递，老师放上音乐，音乐一响开始传，音乐一停沙包停止传递，这时沙包在谁的手里谁就表演一个节目。

8. 膝盖夹沙包跳

老师先示范玩法：游戏的人分成两队，用膝盖夹住沙包，然后向前跳，跳约3米的距离，然后跑回传给第二个幼儿。

9. 绕沙包走或跑

玩法：将沙包等距离排在地面上，绕沙包向前走或跑。

10. 背驮沙包：

玩法：幼儿背上驮1-2只沙包，弯腰走到指定地点。

11. 蚂蚁运粮

玩法：让幼儿扮蚂蚁分成若干运粮队。每队蚂蚁躺在垫子上，用双腿夹住粮袋（小沙包），将粮食从头的上方传递给第二个蚂蚁，第二个蚂蚁夹住第一个蚂蚁传过的粮袋，依次传下去，以先运到目的地的为胜。

12. 扔猴子

玩法：画两条线（线与线之间相距3—4米），在两条线外各站一个小朋友，手拿沙包，扔中间的4—5个小朋友，中间小朋友边跳边躲沙包。被沙包扔中的小朋友，便去替扔沙包的小朋友。

13. 送礼物

目的：发展幼儿的奔跑的速度。

玩法：把幼儿分成两对，沙包放在一旁，由每队的第一名幼儿开始，背沙包跑到指定位置放下，跑着回来拍同队第二人的手。反复进行看哪对先进行完，哪队送的“礼物”多为胜者。

14. 螃蟹走

目的：发展幼儿动作的协调性和合作性。

玩法：两人一组，背靠背夹住大沙包，手臂挽住手臂，横着身体像螃蟹一样侧着走，先到者为胜者。

15. 谁呀？

目的：提高幼儿的快速反应能力。

玩法：在大沙包的六个面贴1—6的数字。幼儿每6人分为一组，每人确定自己的数字，石头、剪子、布决定由谁开始，先拿到包的幼儿双手向上抛包，沙包落地后向上的一面是数字几，与之对应的幼儿则上前来抛包，反应慢的、错的停玩一次。

16. 蚂蚁搬豆

目的：锻炼幼儿的身体协调性。

玩法：将全体幼儿分成若干组，每组面前放海棉垫幼儿手、腿着地背上放沙包，爬着走到指定位置，把沙包放下，在爬回来。依次进行，先进行完的为胜者。

17. 巧运地雷

目的：训练幼儿的身体的灵活性。

玩法：地上画两个圈，两圈相距1—2米，第一圈里放三个沙包（地雷）第一幼儿将近端的三个“地雷”搬运至第二个圈内，然后跑回击第二个幼儿的手，第二个幼儿把远端圈内的“地雷”搬到近处的圈里。活动目标：

- 1、通过扮演小兔的游戏活动培养幼儿户外体育游戏的兴趣，乐意参加体育游戏。
- 2、通过游戏锻炼幼儿双脚并拢跳的能力，并在活动中探索纸球的多种玩法。
- 3、通过游戏培养幼儿不怕困难与威胁，勇于战胜邪恶的勇气。

活动准备：小白兔头饰每人一个狼头饰一个纸球每人一个独木桥障碍物

活动过程：

一、热身运动：兔兔乐（听音乐跳兔子舞）

二、游戏：大灰狼与小白兔

玩法：兔妈妈带小兔到草地上去玩，念儿歌：小白兔白又白，两只耳朵竖起来，爱吃萝卜爱吃菜，蹦蹦跳跳真可爱。这时狼（配班教师扮演）来了，小兔马上和兔妈妈一起跑回家躲起来。

三、游戏：遇到困难我不怕

兔妈妈（教师扮演）说：这里太危险了，我们到别处去玩吧。

玩法：兔妈妈带领宝宝来到小河前，与宝宝讨论我们怎样才能到对岸去呢？鼓励宝宝尝试探索跨过障碍和过独木桥的方法，然后再带领宝宝双脚并拢跳过障碍再走过独木桥来到目的地。最后发现纸球。

四、兔妈妈带领兔宝宝自由玩纸球，探索纸球的不同玩法。

如：踢球投球甩球等

五、兔妈妈带领宝宝学习双脚夹球跳

游戏：宝宝追妈妈玩法：将纸球夹在大腿内侧，双脚并拢向前跳。

六、游戏：狼来了

玩法：兔妈妈带宝宝在草地上玩球，发现大灰狼来了，兔子们都落荒而逃。

兔妈妈便告诉宝宝不要害怕，我们可以想办法打败大灰狼，当大灰狼再来的时候，我们可以将球砸向大灰狼，打败大灰狼。

（此游戏可多玩几次，幼儿兴趣会很高）

七、放松运动：兔兔乐（听音乐跳着兔子舞）

幼儿园户外游戏活动方案篇二

活动目标：

1、能探索出绳子多种玩法掌握跳绳的基本技能发展幼儿的身体动作。

2、活动中体验创造性跳绳的乐趣发展幼儿的`想象力与创造力，培养幼儿的合作意识与合作潜力。

活动重点：

能探索出绳子的各种玩法，掌握玩绳的基本技能，发展幼儿的身体动作。

活动难点：

双人合作花样。

活动准备：

一根长绳子。短绳若干。

活动过程：

一、教师带领幼儿做热身运动。

二、听老师口令练习跳跃及上肢动作。

师：跳、跳、跳，幼儿跟着老师跳、跳、跳，原地双击此处师问：“还能够怎样跳？”引导幼儿向前跳、向后跳、向上跳、蹲跳、向左跳、向右跳、单、双脚跳。

三、上肢活动师绕绕臂，绕绕臂。幼儿跟着老师绕绕臂。

师问“还可怎样绕”引导幼儿向前绕、向后绕、单、双手绕、举起手臂绕等，发展幼儿动作的灵活性。

四、引导幼儿探索跳绳的多种玩法

1、单人双脚跳。幼儿两人或三人一组，有人单脚跳绳，其他人跟着节奏数数。看一看谁跳的多。

2、双人双脚跳。

两人一根绳子，幼儿应对面，两人同时双脚一起跳，跳得多者为胜。

3、幼儿自由结伴2人、3人或多人合作探索跳绳的玩法。

长绳一根，两名幼儿在两头摇动绳子，其他幼儿2-3人一起跳。看谁跳得多，多者为胜。

4、请幼儿相互交流合作玩游戏的方法。

五、活动结束

随着老师做整理运动

幼儿园户外游戏活动方案篇三

设计意图：

孩子们平时喜欢玩纸球，但是光玩纸球内容太单调，于是我们利用废旧物品制作了体育器械“高尔夫球杆”。帮助幼儿对纸球的控制能力，因此设计此活动，使幼儿不再是单纯地滚纸球。

活动目标：

1. 练习持物控球跑，提高控制能力。

2. 发展动作的协调性。

活动准备：利用废旧物品自制体育器械“高尔夫球杆”、纸球、小椅子若干张。

活动过程：

1. 教师与幼儿热身运动。

2. 教师先示范游戏玩法，然后幼儿每人领一头小猪(纸球)，用“高尔夫球杆”赶着小猪去散步。

3. 启发幼儿想象，例如赶着小猪去郊游或者去……，使幼儿在练习的过程中更有趣味。

4. 游戏：送小猪回家：

(1) 小猪迷路了，请小朋友帮助小猪送回家，回家路程要走过一条弯曲的小路，还要经过一座小山。(用小椅子设置的障碍物)

(2) 幼儿一个跟着一个送小猪回家。

(3) 幼儿熟练游戏以后也可利用比赛的形式比一比谁在短的时间内把小猪送回家。

幼儿园户外游戏活动方案篇四

活动地点：点点一班教室

活动主题：《快乐的游戏》

活动时间□20xx年7月30日（周五）3:20准时开始

活动流程如下：

活动一：《打招呼》

（教师逐一向幼儿问好，并请其他家长和幼儿一起拍手说：小朋友欢迎你！）

目标：培养幼儿的言表达能力、能在众人面前介绍自己。

活动二：亲子游戏：《拽尾巴》

材料准备：一米长的绳子若干

活动目标：：培养家长与幼儿亲子之间的关系，让幼儿乐于参与游戏，体验游戏的快乐。

活动三：游戏《运木头》

材料准备： 1、积木块若干

2、筐子若干

3、拱桥、小地垫若干

活动目标：培养幼儿的协调能力以及竞争意识、增加亲子感情。

结束活动：手指游戏《大象盖房子》

2-3岁亲子游戏：踩小车

目的：

1、发展腿部肌肉，提高运动能力。

2、在愉快的活动中获得知识、增进亲子之间的感情。

玩法：

1、孩子与家长相对而坐，双手体后支撑，两脚脚底互顶。接着家长一腿绷直，一腿弯曲，孩子的左右腿绷直或弯曲刚好与大人相反。

2、孩子与家长边念儿歌边双脚向前踩，类似踩自行车的动作。

3、儿歌：

齐：大脚碰小脚，我们踩小车。

家长：车子开到哪里去？

幼儿：车子开到xxx去。

家长：车子经过什么地方？

幼儿：车子开到xxx去。

提示：游戏过程中，家长要根据幼儿的能力定游戏时间，切不可让幼儿腿部肌肉运动量过大，以免伤筋。

幼儿园户外游戏活动方案篇五

12月1日（星期五）早上9：00

二、地点

江心公园

三、活动准备

1、一次性台布数个

- 2、彩虹伞
- 3、小礼物人手一份
- 4、彩色皱纸人手一条
- 5、欢快的音乐和录音机， 电池
- 6、长绳一条
- 7、照相机

四、游戏安排：

1、亲子游戏：

(1) 猪八戒背媳妇：家长背着幼儿跑到对面，让幼儿拿一个礼物（酸奶）。

(2) 玩报纸：

a□走小路：家长把两张报纸依次铺在地上，让幼儿从报纸上走到对面。

b□玩纸球：把报纸揉成球，随意地踢、投掷。

(3) 彩虹伞：

a□炒豆豆：把纸球放在彩虹伞中间，全体幼儿一起拉起彩虹伞，抖动彩虹伞，炒豆豆。

b□钻山洞：两位家长拉起彩虹伞的对角，成一个山洞，幼儿排着队从山洞里钻过。

c□捕鱼：拉着彩虹伞的对角当成鱼网，幼儿当成小鱼。

（4）彩带舞：让幼儿随着音乐自由起舞。（准备：彩色皱纸每人一条，音乐，录音机。）

（5）跳长绳：幼儿全体坐成一个大圆圈，家长们来跳长绳。

2、大家围坐在一起听着欢快的.音乐进行野餐。

3、集体统一玩2个游乐项目

4、大家三五成群，自由活动

幼儿园户外游戏活动方案篇六

设计意图：

幼儿之间喜欢互相帮助的，充当送信小天使使他们向往的，充分利用幼儿的心理，我设计了争当送信小天使的活动，很大的提高了幼儿的参与意识和互相配合的'能力。并在这个活动中渗透了几何图形的认识和区别，使幼儿在快乐中学到了知识，增长了见识，丰富了幼儿认知领域。

活动目标：

1、锻炼幼儿向指定的方向跑得意识，提高幼儿的参与和合作意识。

2、通过活动，培养幼儿身体的协调和平衡能力，体验成功的快乐。

活动准备：

纸箱制成的邮箱，自制邮件若干，彩色几何图形若干，小纸

盒2个

活动过程：

1、教师带领幼儿到户外操场上，做简单的热身动作，活动筋骨，为下面的活动做好基础：

师说：“孩子们，今天我们玩一个《送信小游戏》，你们喜欢做送信的小天使吗??(幼儿齐声回答，喜欢)

那么今天我们就去体验一下，好不好??(幼儿齐声回答，喜欢)

2、教师先带领幼儿学习邮递员儿歌，让幼儿熟悉送信的过程和要说的话，教师和幼儿一起说唱儿歌。

小儿歌——小小邮递员

咚咚咚，谁呀!我是小小邮递员啊!哪里来的信啊!__来的信啊!送给谁啊!送给__!

3、教师说明游戏的过程和基本要求：

首先将幼儿分成两大部分，一部分是送信员，一部分是接收员，要求幼儿按照要求将信送到幼儿的手中，教师在两个小盒子里放上了若干个彩色卡纸制成的几何卡片，并要求送信员按指定的要求去那不同的几何图片，去送给指定小朋友，同时送到后，接收员要仔细检查是否正确，并作出感谢。

4、幼儿分组进行游戏

要求幼儿在游戏活动过程中，说儿歌，渲染气氛，增加幼儿的兴趣和参与意识。

邮递员：“叮铃铃”。

接信员：“谁啊”。

邮递员：“我是送信的邮递员啊”。

接信员：“哪里的信啊”。

邮递员：“__地方”。

接信员：“送给谁啊？”

邮递员：“第__个小朋友”

可以角色互换后，另一名幼儿重新到教师那里取信，游戏可反复进行。

5、游戏结束。

带领幼儿一起收拾收拾物品，一起走出游戏场地。

活动反思：

通过此游戏充分锻炼了幼儿身体机能，增强了幼儿之间的友谊和相互帮助的决心，体验到集体合作的快乐和满足，并能在游戏活动中增强了幼儿的自信心。满足了幼儿的愿望，体验了自己做事成功的乐趣。

幼儿园户外游戏活动方案篇七

一、游戏名称：推小车

活动目标:1. 指导幼儿两两结伴进行推车游戏, 增强手部力量, 提高身体平衡协调能力。

2. 培养幼儿合作意识, 体验与同伴协作游戏的快乐。

活动准备：二人组合游戏玩法：推小车比赛在两次尝试练习的基础之后，将幼儿分成小组，两两结伴游戏，其中一名幼儿扮演小推车，另一名幼儿来推，将“小车”从开始点推到终点，比比那组小车推得又快又稳。

游戏规则：猜拳决胜负，胜者先趴下做“车”，另一名幼儿把胜者的小腿抬起，夹在身体的一侧做“推车”人，“推车”人不能过分用力，做“车”人要双手撑地走，注意要选择平整而清洁的地面进行游戏。

二、游戏名称：三人套圈

活动目标： 1. 在熟悉歌曲的基础上，学习套圈的基本玩法。
2. 乐意与同伴合作游戏，体验游戏的快乐。

活动准备：三人一组

游戏玩法：两人的手是同一方向的，另一个人的手是相反方向，每次套的时候，要抬起最上面的手，这样才能一个个的套开。

游戏规则：

三人套圈两人的手同一方向，另一个人的手相反方向，每次套的时候，要抬起最上面的手。（手不许松开）

三、游戏名称：跳房子

游戏玩法：1. 幼儿自由练习在房子结构图上双脚或单脚跳。

2. 幼儿根据教师指令逢单数或双数跳。

3. 幼儿根据教师指令单数的用单脚跳，双数的用双脚跳。

游戏规则：幼儿根据教师的指令游戏。如逢单数或双数跳。

四、游戏名称：二人三足

活动目标：1. 培养幼儿合作能力。

2. 尝试两名幼儿同时往前走。活动准备：绳子

游戏玩法：1. 幼儿自主两两结伴，用绳子将一名幼儿的左脚与另一名幼儿的右脚绑在一起，进行二人三腿走的练习。

2. 幼儿分若干小组进行比赛，先到终点者为胜。

游戏规则：1. 绳子绑哪两条腿，哪两只脚先走。

2. 先到终点者为胜。

五、游戏名称：石头、剪刀、布

活动目标：1. 训练幼儿手脚的灵敏性。

2. 幼儿根据儿歌指令进行游戏。活动准备：幼儿学习儿歌

游戏玩法：1. 幼儿找同伴，两幼儿跨步脚对脚站立，然后用手进行石头、剪刀、布进行游戏。

2. 幼儿念儿歌“石头、剪刀、布”，谁输了往后退一步，赢者往前进一步游戏。

游戏规则：布包石头，剪刀剪布，石头锤剪刀，两两相遇后者为输，游戏重新开始。

中二班民间体育游戏

一、游戏名称：瞎子摸拐子

游戏目标：1. 进行躲闪、急转、辨别等活动，训练幼儿的判

断能力。

2. 体验不同角色的心情和个人与群体的和谐关系，发扬团结合作的精神。

游戏玩法：幼儿站成圆形，人数若干，从中选出一人扮演瞎子，用手帕蒙住眼睛，其他幼儿围成一圈当拐子，游戏在圆圈内进行。游戏开始，圈上的幼儿当拐子，拐子给瞎子提供各种信息，如：拍手、拍打身体、瞎子听音辨别位置捉拐子，在约定的时间内，瞎子捉住拐子，瞎子赢。捉不住为输，赢者为大家表演节目，轮流参与，人人游戏。

游戏规则：1. 拐子不能做出有损瞎子的动作。

2. 拐子多给瞎子传递信息。

二、游戏名称：赛龙舟

游戏目标：1. 在看看说说活动中，幼儿体验端午赛龙舟习俗的氛围，2. 尝试合作游戏，初步理解小组合作游戏中相互默契配合的重要性。游戏玩法：幼儿分成若干组，一组幼儿排成一列，一手分别搭在前面幼儿的肩上，蹲下后，随着鼓声，有节奏的模仿划龙船动作往前蹲着走。先到达终点为胜。

游戏规则：搭在肩上的手不能松掉，一列幼儿动作要整齐，有节奏。

三、游戏名称：猫捉老鼠

活动目标：1. 学会追逐跑到技能。

2. 掌握猫捉老鼠游戏的基本规则，体验和同伴一起游戏的快乐。

游戏玩法：游戏开始，幼儿边转边说《小老鼠》的儿歌，老

鼠在圈里圈外穿插活动，猫在圈外跟踪老鼠，一旦老鼠出到圈外，猫就捉老鼠，被捉到的老鼠站在圈中，捉到一定适量的老鼠后游戏结束，幼儿互换角色游戏继续进行。

活动规则：1. 猫只能在圈外抓老鼠。

2. 儿歌说完老鼠必须出圈。

儿歌：小老鼠，上灯台，偷油吃，下不来，喵喵喵，猫来了，叫妈妈，妈不在，叽里咕噜滚下来。

四、游戏名称：木头人

活动目标：1. 会说儿歌《山上有个木头人》。

2. 能听懂并理解简单的游戏规则。

3. 能听懂指令性语言，培养幼儿的自我控制能力。

游戏玩法：1. 游戏时必须念儿歌，可以自由做动作，儿歌念完，就不许动，不许说话了。

2. 如果谁动了，就必须伸手给同伴，而同伴则拉住他的手说：“本来要打千万下，因为时间来不及，马马虎虎打三下。

一、二、三。”

中三班民间体育游戏

一、游戏名称：丢手绢

活动目标：1. 体验相互追逐的快乐，学习游戏的玩法及规则。

2. 能遵守规则玩游戏，通过活动幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。

游戏玩法：请一个小朋友拿着手绢围着自己的圈跑，当唱到“轻轻的放在小朋友的后面”时，拿手绢的那一个小朋友就把手绢悄悄的丢在另一个小朋友的身后，然后继续围着圈跑。当唱到“快点快点捉住他”时，捡到手绢的小朋友就应该马上去追刚才那个丢手绢的小朋友，要围着圈追。被追的小朋友跑到一个空位子旁就马上坐下，这样，追的小朋友就算没追到，所以，就该他再来丢手绢，如果追到了，就该被追到的小朋友再来丢手绢。

游戏规则：1. 不疯闹 2. 跑时不离开圈

3. 只准捡到手绢的那一个小朋友起来追，其他的小朋友坐在位子上给他们加油。

4. 小朋友要自己围着自己的圈跑。

二、游戏名称：捕鱼

游戏目标：锻炼幼儿的躲闪能力及反应能力。

游戏玩法：取三块布做“渔网”，请几名幼儿分别抓住布的两端，其余幼儿扮演“小鱼”，从一边游向另一边，边游边说儿歌“大风吹，海浪涌，鱼儿鱼儿快快逃。”当说到“逃”字时，幼儿快速的躲过“渔网”，被网住的幼儿换抖布的小朋友。游戏依次进行。

游戏规则：1. 幼儿必须学小鱼的动作进行游戏。

2. 在游的过程中腰要弯低一点，以免被布挂住头。

三、游戏名称：老鼠笼

游戏玩法：1. 教师和幼儿手拉手站成一个大圆圈做“老鼠笼”，3~5名幼儿站在大圆圈里扮演“老鼠”。扮演“老鼠笼”的

幼儿手拉手举起并念儿歌，扮演“老鼠”的幼儿则在“老鼠笼”四周钻进钻出。当念到“咔嚓一声”时，扮演“老鼠笼”的幼儿立即放下手，同时蹲下。在“老鼠笼”内的“老鼠”算被捉住，被捉住的幼儿表演节目，然后站在大圆圈上做“老鼠笼”。游戏继续进行，直到“老鼠”全部被捉住再调换部分角色，游戏重新开始。

游戏玩法2：更多幼儿园知识分享罗老师扣扣贰柒壹零贰叁伍陆玖陆，为了增加游戏的趣味性，扮演“老鼠”的幼儿戴上头饰，扮演“老鼠笼”的幼儿按顺时针边念儿歌边在圆圈上走动，增加“老鼠”钻出的难度。也可以放置沙包当“粮食”，规定“老鼠”一次只能拿一个沙包当“粮食”，并把取出后的“粮食”放在旁边的“粮食”筐里。

附儿歌：老鼠老鼠坏东西，偷吃粮食偷吃米。我们搭个老鼠笼，咔嚓一声捉住你。

四、游戏名称：老狼抓人

游戏玩法：问：老狼老狼几点钟？

答：一点钟。,,,天黑了。

参加者选一人当老狼，其余人更在老狼身后扮演各种小动物，游戏开始，众人边问“老狼老狼几点钟”边向前走，老狼背向大家答话，老狼答话时，众人停下不动。老狼回答“天黑了”，转身追逐，众人回逃，注意灵活躲避，跑回家者算胜利。被捉住者换下一轮做老狼。

中四班民间体育游戏

一、游戏名称：骑大马

游戏目标：1. 体验玩民间游戏的快乐，培养合作游戏的能力。

2. 发展幼儿的肩部、腰部、腿部力量和身体的平衡能力。

游戏玩法：两个小朋友一组，一人扮“大马”，一人扮“骑手”。游戏开始，“骑手”做驾马状，一齐说儿歌向前爬，到达终点两人互换。

游戏规则：小朋友在玩的过程中从大马上掉下来就自动认输。

二、游戏名称：地雷爆炸

游戏目标：1. 培养幼儿奔跑、躲闪、应变能力。

2. 培养幼儿的合作意识。

游戏玩法：先用猜拳决出一个为追逐者，其余幼儿为逃跑者。逃跑者可以四散跑，追逐者只要能捉到一个人就算胜利。逃跑者保护自己的办法就是，快被捉住时，可以立即蹲下说“地雷”：追逐者就必须停止追他，另找目标追逐。而“地雷”只能原地不动地蹲着，等其他人来拍一下，并喊“爆炸”，才被解救，继续做逃跑者。被捉住者为第二轮游戏的追逐者。

三、游戏名称：摇小船

游戏目标：1. 发展幼儿动作的协调性和灵敏性。2. 培养与同伴合作的精神。

玩法及规则：游戏“摇小船”教师讲解动作：两臂前伸后收，上体前倾后仰。组织幼儿围成圆圈，边念儿歌边跟着老师做模仿动作。要求上下肢动作协调，随着儿歌的节奏，自然的摇摆。幼儿四散自由做摇船动作。

四、游戏名称：抬花轿

游戏目标：1. 培养幼儿的合作能力。

2. 锻炼幼儿的手臂力量及平衡能力。

游戏玩法及规则：三人一组，两人抬轿一人坐轿。抬轿的两人各自把左手掌握在右手腕上，然后互相把右手握在对方左手腕上，形成一“井”字形。坐轿者双脚各插进抬轿者双手形成的环圈中，坐在手掌形成的“井”字上。玩时各组侧向疾跑，快者为胜。坐轿、抬轿者轮换担任。

幼儿园户外游戏活动方案篇八

活动目标：

- 1、培养幼儿不怕困难，互相协作的品质。
- 2、学习多人合作运动走的技能，发展身体的平衡潜力。

活动准备：

- 1、长松紧带垫子，拱形门，椅子。
- 2、音乐：一齐走。

活动过程：

一、听音乐做韵律操。

二、学习多人合作向前走的动作。

1、小蜈蚣学走路

两人为一只小蜈蚣，练习向前走，并能配上口令：

“左右左”、“一二一”。

2、幼儿连在一齐，沿场地走一圈，并配上儿歌

小蜈蚣，学走路，
许多只脚不打架，
喊声口令齐步走，
一二一，向前走”。

3、蜈蚣长大

练习三人、四人、五人走，要求动作协调，步伐一致。

告诉他们，小蜈蚣能够站着走，还能够蹲着走，大家试一试。

三、练习脚受阻向前走的动作。

1、幼儿五人一组，戴上脚环，练习走路。要求步伐一致，注意安全。

2、出示脚环，讲解戴法。

四、蜈蚣练本领

1、幼儿依次练习，教师给予指导。

2、设计三个情景：草地(软垫)、山洞(拱形门)、树林(椅子)。

五、做放松动作。

坐在垫上，解下脚环。

六、蜈蚣走路比赛

五人一组，分成四组，过草地，钻山洞，绕树林，比赛哪组走得最快，最稳。

七、活动评价

幼儿园户外游戏活动方案篇九

活动目标：

1. 练习手膝着地自然协调地向前爬，尝试倒退爬，提高动作的灵活性。
2. 喜欢参加体育活动，感受集体活动的快乐。

活动准备：

1. 沙包若干、大篮子一个、铃鼓一个、背景音乐。
2. 幼儿已储备了有关蚂蚁生活习性的相关经验。

活动过程：

1. 热身活动。（时间：2分钟 运动量：较大）

（教师扮蚂蚁妈妈，幼儿扮蚂蚁宝宝。）

师：今天天气真晴朗，宝宝们，让我们一起活动活动吧！

（音乐起，幼儿随教师做热身运动：头、肩、腰、腿、膝、脚。）

2. 练习手膝着地向前爬。（6分钟）

（1）自由爬。

（教师边念儿歌边带领幼儿自由爬行，提醒幼儿不要相互碰撞。）

(儿歌：今天天气真晴朗，小小蚂蚁真高兴，跟着妈妈去散步。手膝着地慢慢爬，一步一步要爬稳哦!)

(2)听信号爬。

师：听，什么声音?(铃鼓)。宝宝们，我们来听着鼓声玩一玩吧。一会听到铃鼓敲的快，我们就快点爬。铃鼓敲的慢，我们就要一步一步慢慢爬。

3. 尝试倒退爬。

游戏：巧避大熊。

(“狮王进行曲”的音乐响起，声音忽大忽小。)

师：宝宝们快听，什么声音?前面发生了什么事?让我们一起去看看。(引导幼儿向前爬)哎呀!是一只找食物吃的大熊，快向后退。(引导幼儿练习向后倒退爬)听!声音没有了，让我们看看大熊走了没有?(引导幼儿再次向前爬。如此反复2~3次。)

4. 巩固倒退爬

师：刚才你是怎么倒退爬的?让我们再试试吧。

5. 游戏：蚂蚁背豆。

(1)找“粮食”

师：宝宝们，运动了这么久，肚子有点饿了。今天天气真好，让我们一起寻找粮食回家做午餐吧。(引导幼儿寻找场地一头用沙包制成的小粮袋。)

(2)运“粮食”

请幼儿将小粮袋运回相应的粮仓。(师幼共同检查游戏结果。)

师：怎样爬才能让粮袋不容易掉下来?(启发幼儿爬的时候背部要保持平稳。)

6. 放松练习，结束活动。

小蚂蚁跟着妈妈随音乐做放松活动。(鼓励幼儿先自己拍拍手臂、膝盖，再互相拍拍手臂、膝盖。)