

# 中班幼儿室内运动活动方案及反思 幼儿园中班运动会活动方案(大全5篇)

确定目标是置顶工作方案的重要环节。在公司计划开展某项工作的时候，我们需要为领导提供多种工作方案。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 中班幼儿室内运动活动方案及反思篇一

- 1、培养幼儿对体育活动的兴趣和初步的竞争意识，增强幼儿动作的协调性和灵活性，提高幼儿的身体素质。
- 2、让幼儿在活动中要学会谦让、合作、遵守规则，勇于克服困难，能体验胜利的愉悦。
- 3、增进亲子之间、家长之间、家园之间的情感交流，营造幼儿园和谐、亲善、友好的氛围。

参与其中，乐在其中

快乐运动会，运动你我他

时间□20xx年

地点：幼儿园户外活动场地

参加人：中班全体幼儿及家长

- 1、为给孩子树立良好的榜样，请家长一定不要违反游戏规则，在比赛过程中时刻关注幼儿安全，切记友谊第一比赛第二，安全至上。

## 1、亲子二人行

玩法：幼儿双手抱住家长的脖子，双腿夹腰，趴在家长背上，在起点准备好，听到发令后，家长背幼儿双手双脚着地一起向前爬行至垫子另一端，之后按原路返回，先到达的获胜。  
规则：游戏中途如有幼儿掉下来的，重新背好再向前。爬行过程中家长提醒幼儿一定抱紧家长。

## 3、春种秋收（可选）

玩法：幼儿推小车，家长依次将车中水果种到规定的地点，返回时家长推小车，幼儿进行秋收将水果放入小车中。

规则：如漏种或漏收要返回种好（收好）

按照原路线返回，先到达终点者为胜。

亲子游戏：夹球侧行（可选）

游戏准备：棒子4根、皮球2个游戏规则：

每班上来6对亲子，组成一小组。亲子二人双手持棍子夹住球，向前侧行至终点后回头至起点将接力棒交给下位家长和幼儿继续比赛，先结束者胜。

亲子游戏：幸福传递

游戏人员：每组13名幼儿，13对家长。

游戏准备：各班准备皮球一个。

游戏规则：分两组进行，幼儿从起点将球送到终点放在两位家长中间（背靠背站立），家长又将球送往下一个幼儿，以先完成者获胜（每组取一、二、三名）。

## 亲子游戏“听话的小球”（可选游戏）

目标：发展幼儿的腿部力量和控制能力。

准备：四条跑道、每个家庭一只皮球

玩法：爸爸或妈妈、小朋友分别站在场地的两边，游戏开始，爸爸用脚运球至小朋友处，小朋友接球后，爸爸或妈妈和小朋友背靠背，夹住皮球运至出发点，先到者为胜。

规则：爸爸必须用脚带球走，不能用力踢球。

## 中班幼儿室内运动活动方案及反思篇二

8人一组，幼儿提着篮子从起点出发，到达目的地，拾起地上的蘑菇，装在篮子里，再原路返回，最先到达终点者为胜。

幼儿要把地上的蘑菇，全都拾起来放到篮子里才能原路返回。

幼儿和家长一起合作，幼儿踩在家长的脚上，手拉着手，从起点出发，先到达终点者胜利。

家长要有秩序的和孩子一起走过去，孩子的脚必需踩在家长的脚上，不能落地。

三回合定胜负。由老师当裁判，当哨声吹响时，家长使劲往各自所在的方向拉。谁先赢两回合谁就胜利。幼儿在边上给爸爸妈妈加油！

## 中班幼儿室内运动活动方案及反思篇三

我运动我健康我快乐

20xx年x月x日早上x点

## x体育场

- 1、动力目标：体验运动的快乐，竞争的乐趣以及规则意识和协作精神
- 2、能力目标：在与父母的游戏中发展幼儿的走、跑、钻、跳、爬等能力
- 3、亲子目标：督促家长关注孩子的体能发展，和孩子一起培养对体育活动的兴趣，为孩子的将来建立良好的运动习惯。

### 韵律操表演、各年龄组之间的竞赛游戏和亲子游戏

- 1、安全第一，保证每一个孩子的安全
- 2、家长和孩子齐参与，让每一个家长和孩子都参与到活动中来，家长不再是单纯的观众和欣赏者，要积极参与做一个让孩子自豪骄傲的爸爸妈妈!
- 3、公平、博爱原则，活动中体现公平竞争、公平比赛原则，让孩子树立良好的竞赛风格，体验成长的快乐。

### 1、召开家长委员会，征求家长意见

### 2、园方组织老师提前规划场地

### 4、工作人员分配

#### 1) 主持人□x

#### 2) 音响□x

#### 3) 安保□x

4) 现场调配及突发事件处理□x

5) 现场保健医生：邀请职工医院大夫，提前准备好应急药品(创可贴、绷带、药品、水)等。

6) 活动安排□x

5、活动流程：

1) 各班运动员入场

2) 领导讲话

3) 主持人宣布运动会开始

4) 全园幼儿团体操表演

5) 家长拔河比赛(大班和中班家长，小班和蒙班家长)

6) 年级间竞技比赛

7) 各班组织亲子游戏

6、活动注意事项：

1) 家长请按幼儿园要求时间到达活动地点

2) 各班老师带好本班幼儿家长登记表以便及时联系

3) 在老师组织幼儿游戏时，请家长不要远离活动场地

4) 如果家长要带孩子中途离开，请告知老师

5) 各班老师带好垃圾箱以便活动后打扫场地

# 中班幼儿室内运动活动方案及反思篇四

活动主题：“我运动我快乐”

通过开展“幼儿冬季运动会”这一活动，让幼儿与家长一起体验运动的快乐，加强家长与子女之间的情感交流，增加老师与家长之间的沟通机会。培养幼儿参加体育运动的兴趣，亲身体验体育活动的魅力。

x月2日下午3：00

幼儿园大操场

凌娟、许静

1. 家长报名参加各项目。
2. 场地布置。
3. 家长活动签到表。
4. 活动奖品若干。

(一) 主持人致开幕词并宣布运动员入场。

入场方式：以运动会主题曲为音乐背景，以班级方队为序依次入场，各班制作一块班牌，选一名幼儿手拿班牌走在队伍的最前面，在经过主席台时喊出运动会口号，。

入场口号：

锻炼身体，保卫祖国。

锻炼身体，建设祖国。

团结合作，加油加油！

运动快乐，加油加油！

(二)集体操表演：牛奶歌。

(三)主持人宣读裁判员名单及比赛规则。

(四)具体活动内容：

1. 绕障碍拍球

2. 三人三足行

父母俩人把相靠的两条腿用布条扎住，把孩子抱在手上走到终点，先到终点者为胜。

材料：红带子12根。

3. 抢椅子

由六名幼儿和家长为一小组，将比赛幼儿数目少1的椅子摆成圆圈，在鼓声中开始围绕圆圈向同一个方向跑步，鼓声停，家长则抱着幼儿开始抢椅子，未抢到椅子的家庭离开场地，然后减少椅子继续游戏，最后留在场地的家庭为胜。

材料：椅子30个，铃鼓一个。

4. 同舟共济

由父亲抱着孩子并驮着孩子的妈妈，在规定的跑道上往终点奔跑，最先到达终点的获胜。

5. 袋鼠跳

每次由六个家庭(每个家庭限两人)参加，参加人员听口令将装有孩子的口袋用手提起来往终点方向跑，最先到达终点的家庭获胜。

材料：

## 6. 踩气球

家长驮着孩子，腿上系上气球，家长相互间踩各自腿上捆绑的气球，球未被踩破的一组为胜。

气球：若干。

## 7. 坐花轿(全家三人)

父母两人手臂交叉，让孩子坐在中间，开始起跑前行，先到者为胜。

## 8. 活动名称：矮人走

幼儿学矮人向前走，到终点先返回者为胜。

收拾与整理。活动在《左手右手》的歌声中结束。

# 中班幼儿室内运动活动方案及反思篇五

我运动我健康我快乐

x年x月x日上午

中心幼儿园内

1、培养幼儿对体育活动的爱好，让孩子体验运动的快乐和竞争的乐趣。

2、激发孩子的运动潜能，树立孩子的.自信心，增强集体荣誉感敢于克服困难，体验胜利的愉悦。

3、让幼儿感受和体验与家人一起游戏的乐趣，达到家园共育的目的。

1、安全第一，保证每一个孩子的安全。

2、让孩子真真正正参与，真真正正获得成功与快乐，实实在在为孩子、为家长服务。

1、幼儿园环境及会场布置

2、音响(运动员进行曲)

3、游戏道具、奖品

总裁判□xx(负责人员和物资的总协调、流程总把控、意外事情处理、授奖等。)

副裁判员□xx(协助总指挥检查人员和物资准时到位，负责展示活动和游戏的组织、评判、人员分工、道具准备。推进活动的顺利进行，组织授奖。)

活动主持人□xx(主持活动流程，把每个环节流畅串联在一起。)

音响设备□x(负责音响设备及所有音乐的播放)

会场布置□xx(负责会场的环境布置)

门卫安全□xx(防止活动中孩子单独出园，不是本园家长擅自出入幼儿园。)

记录员□xx

裁判员□xx

各班负责人：各班班主任及教师(负责各班的安全，杜绝意外事故的发生)

场地次序维护□xx

1、运动会开幕式

(1)主持人宣布——亲子趣味运动会开幕

(2)园长致开幕词

2、师幼舞动健康(节目表演)

(1)教师健美操《靓丽青春展翅飞翔》

(2)舞蹈《春晓》

(3)舞蹈《牛奶歌》

3、进行家庭趣味亲子运动

4、运动会闭幕

说明事项：

1、遵守比赛规则，服从裁判决定。友谊第一，比赛第二。

2、各班级教师管理好本班幼儿，注意安全，不在赛场内自由走动或奔跑。

3、讲清洁，保持比赛场地卫生，爱护公共设施，做文明人。