

2023年小学亲子运动会活动方案(精选8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。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

小学亲子运动会活动方案篇一

二、活动地点：大操场

三、运动会目标：

通过开展亲子游戏，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。通过体育活动，培养幼儿与父母或同伴共同克服困难夺得胜利的精神。培养幼儿参加体育活动的兴趣，亲身体会体育活动的魅力。

四、活动准备：

1. 通知父母来园参加亲子活动。
2. 准备游戏需要的材料。
3. 布置活动场地。
4. 奖品。

五、具体活动方案：

活动流程：

(一)、运动员入场仪式 放《运动员进行曲》

(二)、幼儿教师致欢迎词。

(三)、领导讲话。

(四)、主持人讲注意事项。

(1)、请您在活动中看好您的宝宝，以免其受到伤害。

(2)、请在活动过程中遵守活动规则。

(3)、在活动中请勿拥挤。

(4)、在活动中表现棒的小朋友可以获得我们的小礼品哦！

(五)、主持人介绍亲子活动项目。

小学亲子运动会活动方案篇二

父亲的角色在孩子的成长道路上有着不可或缺的作用，在现代家庭中，爸爸在孩子心目中的形象是繁忙、威严，孩子与爸爸接触交流的机会甚少。为此，我们开展了“快乐父亲节”活动，提供孩子和爸爸沟通交流的机会，增进父子、父女间的感情。

【活动目的】

1、使幼儿知道6月的第三个星期天是父亲节，知道爸爸的艰辛。

2、通过亲子游戏给父子、父女提供交流的机会，增进父子、父女间的感情。

【活动准备】

歌曲录音带、眼罩、跳绳等、奖品。

【活动过程】

一 《大手牵小手》手印

二 幼儿配乐朗诵散文诗《我的爸爸》：

我喜欢爸爸的的大手，喜欢把小手放在他手心上。

我喜欢爸爸举起我，像小飞机一样飞来飞去。

我喜欢坐在爸爸的二郎腿上，就像坐在跷跷板上。“忽悠悠”，一上一下。

我喜欢爬到爸爸大腿上，再滑到脚上，“哧溜哧溜”，就像滑滑梯一样。

我往爸爸背上爬，就像爬山一样。骑上他的脖子，就像到了山顶上。哈哈！最高、最高的高个子，现在是我啦。

我喜欢爸爸的怀抱，轻轻一搂，我和妈妈都贴在他的心窝上。

我喜欢爸爸打呼噜，就像打雷一样，“呼噜噜、呼噜噜……”我和妈妈笑得捂住了嘴巴。嘘！别吵醒爸爸。

我喜欢我的爸爸。

师：在孩子们的心中，您是那么的伟大、威武，是他们心中最崇拜和尊敬的人，是他们永远学习的榜样！

三 幼儿表演

1、表演《感恩的心》

2、演唱歌曲《我的好爸爸》，夸夸我的好爸爸

3、亲亲爸爸说说悄悄话

4、《击鼓传花》家长和幼儿听鼓声同时传花，鼓声停花在谁的手中幼儿说一句祝福的话或表演节目，家长简单介绍自己的工作或家庭中的趣事。

四亲子游戏：

1、《骑大马》游戏规则：宝宝骑在爸爸的脖子上分组进行比赛。

2、《蒙眼找宝宝》：用毛巾把家长的眼睛蒙住，幼儿站在家长的对面不能发出声音，家长根据自己孩子的特征找到自己的宝宝。

五家长游戏

跳绳比赛、蜈蚣竞走

结束部分：音乐响起，幼儿亲自为爸爸颁奖。

师：在繁忙的工作之余留点时间陪伴孩子，让孩子在成长的过程中留下更多美好的回忆。

一、活动目的：

通过活动，让全体队员感受父母关爱自己的点点滴滴，感悟父母在自己成长历程中所付出的爱，激发队员对父母的感恩之心。用行动来回报父母。

二、活动主题：感恩父母

三、活动口号：感恩父母，从小事做起

四、活动内容及程序：

1、老师推荐名人感恩名言，创设浓郁的班级感恩教育氛围。

2、通过班队会：

(1) 让学生估算一笔养育帐(经济付出：将自己的学费、书杂费、生活费、交通费、零花钱等支出加起来，算出家长为自己的投资。)

(2) 讲述一件关爱事(感情付出：让学生们通过翻看旧照片，听父母、长辈讲述自己成长的经历，回忆自己生病时，遇到疼痛、烦恼时，父母是如何照顾、开解、鼓励自己的，了解父母家长在自己成长过程中对自己的无私付出)

3、利用午会课和音乐课，学唱感恩歌曲，做到熟背歌词，熟记旋律。

推荐歌曲：《世上只有妈妈好》、《童年的小摇车》、《白发亲娘》、《感恩的心》、《儿行千里》、《常回家看看》、满文军的《懂你》、刘和刚的《父亲》、阎维文的《母亲》等。

4、阅读一组亲情文章。

精心选择一组亲情文章，认真开展亲情阅读，为丰富其情感内涵，积淀其人文素养打下坚实基础。

推荐书目：《天下父母——有一种爱让我们泪流满面》、《傅雷家书》、冰心《寄小读者》、印度泰戈尔《新月集》、意大利亚米契斯《爱的教育》、张洁《世界上最疼我的那个人去了》、周国平《妞妞——一个父亲的札记》、王小波、李

银河《爱你就象你自己》。

5、完成一套感恩作业

(1)开展“每天一件家务事”活动，如：打扫卫生、叠被、洗碗、洗衣物、整理房间等。

(2)开展“给父母写一封信”活动，感谢父母养育之恩。

(3)自制一张送给父母的感恩卡，向父母说一声谢谢，道一声辛苦了，送一句祝福语。

(4)牢记四个感恩节(母亲节：5月的第2个星期日，父亲节：6月的第3个星期日，父母的生日)，设计一项感恩作业(为父母捶捶背、洗洗脚、洗洗头，给父母一个拥抱等)。

父亲节小学生亲子活动方案3

一、活动目的：

通过活动，让全体队员感受父母关爱自己的点点滴滴，感悟父母在自己成长历程中所付出的爱，激发队员对父母的感恩之心。用行动来回报父母。

二、活动时间：6月11日——6月17日

三、活动对象：全体在校学生

四、活动口号：感恩父母，记住四个感恩日

五、活动内容及程序：

1、老师推荐名人感恩名言，创设浓郁的班级感恩教育氛围。

2、通过班队会：

(1) 让学生估算一笔养育帐(经济付出：将自己的学费、书杂费、生活费、交通费、零花钱等支出加起来，算出家长为自己的投资。)

(2) 父母的生日你记住了吗?(让学生要记住父母的生日)

(3) 讲述一件关爱事(感情付出：让学生们通过翻看旧照片，听父母、长辈讲述自己成长的经历，回忆自己生病时，遇到疼痛、烦恼时，父母是如何照顾、开解、鼓励自己的，了解父母家长在自己成长过程中对自己的无私付出)

3、利用午会课和音乐课，学唱感恩歌曲，做到熟背歌词，熟记旋律。

推荐歌曲：《世上只有妈妈好》、《童年的小摇车》、《白发亲娘》、《感恩的心》、《儿行千里》、《常回家看看》、满文军的《懂你》、刘和刚的《父亲》、阎维文的《母亲》等。

4、阅读一组亲情文章。

精心选择一组亲情文章，认真开展亲情阅读，为丰富其情感内涵，积淀其人文素养打下坚实基础。推荐书目：《天下父母——有一种爱让我们泪流满面》、《傅雷家书》、冰心《寄小读者》、印度泰戈尔《新月集》、意大利亚米契斯《爱的教育》、张洁《世界上最疼我的那个人去了》、周国平《妞妞——一个父亲的札记》、王小波、李银河《爱你就象你自己》。

5、完成一套感恩作业

(1) 开展“每天一件家务事”活动，如：打扫卫生、叠被、洗碗、洗衣物、整理房间等。

(2)开展“给父母写一封信”活动，感谢父母养育之恩。自制一张送给父母的感恩卡，向父母说一声谢谢，道一声辛苦了，送一句祝福语。

(3)中高年级开展一次以“学会感恩父母”为主题的手抄报制作比赛。

(4)牢记四个感恩节(母亲节：5月的第2个星期日，父亲节：6月的第3个星期日，父母的生日)，设计一项感恩作业(为父母捶捶背、洗洗脚、洗洗头，给父母一个拥抱等)。

六、活动要求：(望各班认真组织及时上报活动资料。)

1、“为爸爸唱一首歌”“帮父母做一件力所能及的事”由各班级自行组织落实，有条件的可留下一些照片作为学生成长记录。

2、感恩卡和手抄报做完后各班选其一(感恩卡或手抄报)挑选10幅作品上交大队辅导员，将进行评比。

父爱如山，父爱同母爱一样的无私，他不求回报；父爱是一种默默无闻，寓于无形之中的一种感情，只有用心的人才能体会。

小学亲子运动会活动方案篇三

为了丰富学生的课外生活，开阔学生的视野，了解家乡的种植业，欣赏家乡独特的现代农业，感受家乡的美景，感受学习科学文化知识的重要性，感受劳动的光荣情操，接受热爱家乡和祖国的教育，培养和提高学生的独立合作能力和社会实践经验，学校决定为小学生开展一项社会实践活动。

1. 让小学生亲近社会，学习知识，开阔眼界；

2. 提高学生综合素质，增强学生学习意识和吃苦耐劳精神；
3. 提高学生的独立生活能力，培养学生的实践经验能力和团队合作精神。

20xx年10月18日

杭锦湖旗山坝中南曲村康二来生态基地

走进特色农业，了解科学种植

杭锦湖七3山坝五星中心学校；六年级学生

骑自行车到达，步行参观。

组长：

副组长：

团队成员：

各班班主任

照片：

数据整理：

保安：

校医：

班主任和班主任

主要领导：

班组长：

各班班主任

1. 集中学生宣布活动主题，说明目的和意义；

2. 强调注意事项：

(2) 跟班，不乱跑，服从班主任统一安排，按活动路线参观，不得擅自行动；

(3) 参观村办公室时，不要随意拿走或破坏室内设施设备；

(4) 种植区避免踩踏，不要私自采摘；

(5) 向农民询问农业知识时，要认真礼貌；

3. 在活动结束时，要求每个人完成一次事后评估。

4. 学校会对学生的感知进行评价和奖励。

每一位班主任都精心安排学生的参观路线和内容，让学生学到东西，保证他们在学习和活动中的绝对安全。要求学生遵守纪律，服从学校的统一安排，保证社会实践的安全和活动的顺利开展，遵守各项规章制度，爱护参观场所的每一株植物、地方财产和公共财产，增强自助管理意识，培养自理能力，锻炼动手能力和合作交流能力。加强学生日常生活教育和良好习惯培养。

1. 所有中队都应该关注 走进特色农业，了解科学种植现状；主题，活动前找到或询问家长和有经验的人有关信息，活动后两天形成文字交给大队部。

2. 从遵守纪律、礼仪、劳动光荣、实践经验等方面进行专项教育，为社会实践做好准备。

3. 安全第一(游玩、骑行、越野等。).所有学生都穿校服。
4. 班级是管理的单位，班主任和分配到每个班的老师共同管理学生。班主任提前将班级学生分成几个小组，每个小组的组长负责清点人数，召集小组成员，及时汇报情况。
5. 下午2点半集合，5点返校。
6. 把班主任的电话留给学生。班主任记住领导的电话，及时反映情况。教育学生站着别动，万一分开打电话或者找经理。每个班的学生都要很好地跟随本班的班主任，不允许有任何个人行为。
7. 爱护公物和文物，不要大声喧哗。遵守公园管理制度，不乱扔瓜果、贝壳，做文明游客。
8. 请所有老师和学生爱护自己的财物，以防丢失和损坏。

小学亲子运动会活动方案篇四

一、运动会主题及口号：

主题：和谐、阳光、健康、快乐

口号：阳光体育，快乐成长

二、活动目的：

为了展现我校师生良好的精神面貌，丰富学生学习生活，增强学生身体素质，并培养学生健康向上，团结合作，吃苦耐劳的品质，特举办此次亲子运动会。

三、运动会时间：20__年12月31日下午2点

四、运动会地点：习友路小学田径场

五、参赛对象：

全员参与，每个孩子来一位家长(父母中的一人)

a组(一1班、一2班、一3班)

b组(一4班、一5班、二1班)

c组(三1班、四1班、五1班)

六、奖项设置：每项竞赛的第一名得3分，第二名2分，第三名1分，所有竞赛结束后统计总分，分组设一、二名与精神文明奖。

七、组织机构：

八、流程安排：

1. 运动员入场。
2. 校长领导致词。
3. 校长宣布亲子运动会开始。
4. 亲子运动会正式开始。
5. 校长总结亲子活动情况，宣布比赛结束。

九、竞赛项目：

袋鼠跳、掷飞镖、运送鸡蛋、两人三足走、赶小猪、双人跳绳、

踩石过河

每项活动每班安排10组家庭与同组的其他家庭进行pk□各班班主任提前做好安排，做到全员参与。还未到竞赛的学生及家长由各班班主任统一带领在指定地点进行观看。

(一)活动名称：袋鼠跳

1. 活动目标：

通过模仿袋鼠跳跃，学习双脚并拢向前跳

发展学生下肢力量，体验快乐

2. 活动准备：麻袋3只

3. 比赛方法：家长与学生各一路纵队，相向而立，相距30m□采取迎面接力的形式，率先完成的队伍为胜。

4. 比赛要求：比赛过程中袋子必须套在腿上，双手抓住袋子，如有摔倒，继续套好袋子进行跳跃。

(二)活动名称：掷飞镖

1. 活动目标：

(1) 提高孩子的投掷能力。

(2) 培养学生积极参与体育的'兴趣。

2. 活动准备：毽子15个、小篮子3个、呼啦圈3个、秒表1块。

3. 比赛方法：每个班级1个小篮子和5个毽子，学生手持5个毽子在线后投掷，家长手持小篮子站在呼啦圈内接毽子，一组家庭结束后计数，换下一组，直到所有家庭完成，统计总

数,若数目一样则用时短者获胜。

4. 比赛要求: 家长接毽子时不允许走出呼啦圈, 每组家庭需在30秒内完成投掷。

(三)活动名称: 运送鸡蛋

1. 活动目标:

(1) 增强学生的合作性, 体验活动的快乐。

(2) 发展学生的灵活性。

2. 活动准备:

鸡蛋(乒乓球)30个、棍子6根

3. 比赛方法: 起点线准备, 听到开始哨后一组家庭把鸡蛋(乒乓球)架在两根棍子上, 中途鸡蛋掉落捡起继续, 到30m终点后将鸡蛋放在篮中, 迅速返回起点将道具交于下一个家庭使用, 哪组先完成为胜。

(四)活动名称: 两人三足走

1. 活动目标:

1) 训练学生步调一致大步向前行进的能力。

2) 增强学生的节奏感和协调性。

2. 活动准备:

短绳(红领巾)每班自备10根

3. 比赛方法: 学生与家长两人一组从起点线三足走□20m来

回，采取接力形式，先完成的班级为胜。

(五)活动名称：赶小猪

1. 活动目标：

- 1) 训练学生手脚协调运球的能力。
- 2) 增强学生的合作性，体验活动的快乐。

2. 活动准备：

长棍与短棍各3只、篮球3个、障碍物9个、秒表1个

3. 比赛方法：学生与家长各持一棍将篮球向前运，曲线运球绕过障碍物，运到30m终点处原路返回，球拍交给下一个家庭，用时最短的一组为胜。

4. 游戏规则：学生或家长不得用身体任何部位接触球，每碰倒一次障碍物加5秒。

活动名称：双人跳绳

1. 活动目标：增强学生腿部小肌群的力量，发展学生协调能力

2. 活动准备：跳绳3根、秒表1个

3. 比赛方法：家长手握跳绳，学生与家长面对面站在一起，开始声一响，家长带着孩子一起跳绳，计时共10分钟，平均每组家庭1分钟，裁判员喊“换”，此时迅速将跳绳转交下一组家庭，最后以班级为单位统计总数，最多者胜。

(六)活动名称：踩石过河

1、活动准备：泡沫垫6块、秒表1个

2、比赛方法与规则：一名家长和孩子利用两块泡沫垫通过30m的宽河，听到开始哨声后，孩子拿泡沫垫摆在地上，家长踩在泡沫垫上前进，孩子移动泡沫垫，直至终点，从终点回来，互换角色，回到起点，直到最后一组家庭完成，用时最短的班级为胜。

小学亲子运动会活动方案篇五

一、活动目标：

1、通过活动，增强孩子们的活动能力，培养同学间和谐的合作能力。

2、通过活动，增进家长们的相互了解，学校与家庭之间的了解，沟通教育心得。

二、参加人员□x年级全体同学、每位学生至少有一名家长参加，父母共同参与者更佳。

三、活动地点：学校操场。

四、活动时间：2011年5月31日(星期二)上午8：30--11：30

五、活动内容：

1、亲子趣味运动会开赛前老师的动员讲话。

2、表演类节目(观摩广播操，做做热身运动)。

3、亲子活动游戏“运送报纸”。

六、活动过程：

- 1、家长到校，到班级签到。
- 2、各班组织家长、学生到指定的'场地集合。
- 3、轮到本班游戏活动，由班主任公布活动内容、规则，指导开展活动。

七、游戏方法：（以班为单位）

报纸放到前面，再让学生跳到第一张报纸上，以此类推，从起点运送到对面，再返回时间短为优胜。

- 2、分组方法：每次分5组同时进行比赛。
- 3、全班取用时少的前三名为一、二、三等奖。

八、活动材料：报纸若干张。

寨岗中心小学 2016年5月24日

一、活动形式：亲子竞赛活动

二、活动目的：

- 1、通过亲子活动，增进家长与孩子之间、家长与家长之间、老师与家长之间、老师与学生之间等亲近关系配合、师生关系，有助孩子身心健康成长。
- 2、通过参与竞赛游戏，增加孩子的集体荣誉感和责任心；促进家长与孩子之间的密切配合，增进彼此感情。

活动地点：高家基小学校园山顶操场

四、活动准备：

- 1、活动方案，有关表格。
- 2、竞赛游戏活动有关准备。
- 3、奖品准备。
- 4、发动家长。

五、活动内容：

1、活动前准备。

2、欢迎家长。

3、亲子竞赛活动开展：

1)活跃气氛：亲子跳大绳游戏。规则——家长牵着孩子共同

功跳入大绳，然后共同成功跳出大绳。成功者即派发小奖品。

2)亲子抢板凳：规则——家长和孩子分组同时进行抢凳，8个家庭同时pk按出局家庭先后顺序定名次派发小奖品。

3)亲子大象抛接投沙包：规则——孩子弯腰如大象状转5圈，再抛出球，家长于远处接球。按命中数顺序定名次派发小奖品。

4)二人三足：规则——根据现场定跑道，5个家庭同时pk按到终点的先后名次派发小奖品。

5)妈妈认孩：规则——5名妈妈蒙上眼睛，孩子们随机站于妈妈们前，妈妈们通过触摸孩子的头部或脸部认孩子；认出自己的孩子的话就抱着。按情况派发小奖品。

6) 家长、孩子、老师分享活动体会。

7) 亲子派发、分享礼品。

六、活动结束：

活动结束，整理相关物品；提醒大家注意交通安全，各自返家。

小学亲子运动会活动方案篇六

1、体验感恩，让学生明白“感恩”的重要性和必要性。

2、联系实际，让学生深刻体会到父母对自己的爱，引导学生关心父母、热爱父母、理解父母，教育学生从小有一颗感恩的心。

1、布置活动场所。

2、搜集部分学生及家长的照片及成长经历中的一些感恩事件。

3、《我有一个幸福的家》歌曲磁带或碟片。

4、同学们编排节目。

小主持人：从小到大，我们在你们的呵护下，慢慢长大，今天我和爸爸妈妈相聚在一起，我们心里是多么的激动，我代表一（6）班全体同学欢迎爸爸妈妈的到来，欢迎你们来参加我们的主题班会《爸爸妈妈，我爱您》！

甲：在父母的心中，我们永远都是最可爱，最需要被保护的孩子。

乙：爸爸妈妈，我想让您知道：我们爱您！

甲：首先，请欣赏配乐诗朗诵：

《妈妈的手》

妈妈的手真灵，

织出的毛衣，

穿上很精神。

妈妈的'手真巧，

能做各种佳肴，

每天让我们吃饱。

妈妈的手真暖，

摸到我的头上，

能暖到我的心中。

（两名同学朗诵）

小主持人：同学们，父母为我们的成长付出了许多。其中很多难忘的时刻都被我们记录了下来，一张奖状，一篇日记，一张照片，让我们回忆父母所给予的爱！（学生与家长拿照片等讲述照片背后的故事。）

（学生部分）

小主持人：从记事起，我们的父母就给予了我们无私的关爱，亲爱的爸爸妈妈，你们知道你们最令我们感动的一件事是什么吗？（学习生活方面4—6名同学）。

（家长部分）

主持人：听过了同学们的真情告白，我们也来听听长父母们的心里话吧！（选一名小记者，可以采访的形式进行）

如：您最难忘的事是什么？

我们曾经让您感动过吗？

您最开心最激动是什么时候？

（采访同学）

小主持人：接下来，就让我们敞开心灵的窗户，下面我们一起来做个小游戏，名字叫作《心灵感应》。

孩子与一位家长合作，背对背，在白板上写出主持人提出问题的答案。（参与的家长各获赠康乃馨1支四组左右，正确题数最多的为胜）

如：妈妈（爸爸）的生日

我的生日

妈妈（爸爸）最爱吃的菜

我最爱吃的东西

妈妈（爸爸）最担心的事

我的爱好

妈妈（爸爸）的爱好

妈妈（爸爸）的工作单位

妈妈（爸爸）的生肖

小主持人：孩子成长的点点滴滴，父母都如此熟悉，我们要用自己的行动来表达我们的感恩之心。

（每位同学在心形的纸上写下自己的话，上台大声朗读，并贴在黑板上）

小主持人：今天我们还特地准备了一份小小的礼物，送给我们亲爱的父母，同时送上我们深深的祝福，祝福他们永远健康！永远幸福！

（播放歌曲《感谢你》）

（赠送贺卡和小礼物）

主持人：因为阳光与雨水，小草茁壮成长，因为你们的关爱，我们健康快乐，爸爸妈妈，我爱你们，我爱我们的家。

请欣赏《我有一个幸福的家》。（表演者：全体同学）

节目：《我有一个幸福的家》

主持人：谢谢爸爸妈妈的光临，一（6）班主题班会《爸爸妈妈，我爱您》到此结束！

1、请检查您访问的网址是否正确

2、如有问题请联系客服电话：

小学亲子运动会活动方案篇七

主题：和谐、阳光、健康、快乐

口号：阳光体育，快乐成长

为了展现我校师生良好的精神面貌，丰富学生学习生活，增强学生身体素质，并培养学生健康向上，团结合作，吃苦耐劳的品质，特举办此次亲子运动会。

全员参与，每个孩子来一位家长(父母中的一人)

a组(一1班、一2班、一3班)

b组(一4班、一5班、二1班)

c组(三1班、四1班、五1班)

六、奖项设置：每项竞赛的第一名得3分，第二名2分，第三名1分，所有竞赛结束后统计总分，分组设一、二名与精神文明奖。

1. 运动员入场。
2. 校长领导致词。
3. 校长宣布亲子运动会开始。
4. 亲子运动会正式开始。
5. 校长总结亲子活动情况，宣布比赛结束。

袋鼠跳、掷飞镖、运送鸡蛋、两人三足走、赶小猪、双人跳绳、

踩石过河

每项活动每班安排10组家庭与同组的其他家庭进行pk。各班班主任提前做好安排，做到全员参与。还未到竞赛的学生及家长由各班班主任统一带领在指定地点进行观看。

(一)活动名称：袋鼠跳

1. 活动目标：

通过模仿袋鼠跳跃，学习双脚并拢向前跳

发展学生下肢力量，体验快乐

2. 活动准备：麻袋3只

3. 比赛方法：家长与学生各一路纵队，相向而站，相距30m□
采取迎面接力的形式，率先完成的队伍为胜。

4. 比赛要求：比赛过程中袋子必须套在腿上，双手抓住袋子，如有摔倒，继续套好袋子进行跳跃。

(二)活动名称：掷飞镖

1. 活动目标：

(1)提高孩子的投掷能力。

(2)培养学生积极参与体育的兴趣。

2. 活动准备：毽子15个、小篮子3个、呼啦圈3个、秒表1块。

3. 比赛方法：每个班级1个小篮子和5个毽子，学生手持5个毽子在线后投掷，家长手持小篮子站在呼啦圈内接毽子，一组家庭结束后计数，换下一组，直到所有家庭完成，统计总数，若数目一样则用时短者获胜。

4. 比赛要求：家长接毽子时不允许走出呼啦圈，每组家庭需在30秒内完成投掷。

(三)活动名称：运送鸡蛋

1. 活动目标：

- (1) 增强学生的合作性，体验活动的快乐。
- (2) 发展学生的灵活性。

2. 活动准备：

鸡蛋(乒乓球) 30个、棍子6根

3. 比赛方法：起点线准备，听到开始哨后一组家庭把鸡蛋(乒乓球)架在两根棍子上，中途鸡蛋掉落捡起继续，到30m终点后将鸡蛋放在篮中，迅速返回起点将道具交于下一个家庭使用，哪组先完成为胜。

(四)活动名称：两人三足走

1. 活动目标：

- 1) 训练学生步调一致大步向前行进的能力。
- 2) 增强学生的节奏感和协调性。

2. 活动准备：

短绳(红领巾)每班自备10根

3. 比赛方法：学生与家长两人一组从起点线三足走□20m来回，采取接力形式，先完成的班级为胜。

(五)活动名称：赶小猪

1. 活动目标：

- 1) 训练学生手脚协调运球的能力。

2) 增强学生的合作性，体验活动的快乐。

2. 活动准备：

长棍与短棍各3只、篮球3个、障碍物9个、秒表1个

3. 比赛方法：学生与家长各持一棍将篮球向前运，曲线运球绕过障碍物，运到30m终点处原路返回，球拍交给下一个家庭，用时最短的一组为胜。

4. 游戏规则：学生或家长不得用身体任何部位接触球，每碰倒一次障碍物加5秒。

活动名称：双人跳绳

1. 活动目标：增强学生腿部小肌群的力量，发展学生协调能力

2. 活动准备：跳绳3根、秒表1个

3. 比赛方法：家长手握跳绳，学生与家长面对面站在一起，开始声一响，家长带着孩子一起跳绳，计时共10分钟，平均每组家庭1分钟，裁判员喊“换”，此时迅速将跳绳转交下一组家庭，最后以班级为单位统计总数，最多者胜。

(六) 活动名称：踩石过河

1、活动准备：泡沫垫6块、秒表1个

2、比赛方法与规则：一名家长和孩子利用两块泡沫垫通过30m的宽河，听到开始哨声后，孩子拿泡沫垫摆在地上，家长踩在泡沫垫上前进，孩子移动泡沫垫，直至终点，从终点回来，互换角色，回到起点，直到最后一组家庭完成，用时最短的班级为胜。

小学亲子运动会活动方案篇八

指导思想：

亲子活动通过亲子群体间的活动交流，增进亲情，开拓儿童的生活领域，让孩子在家长的配合和教师的指导下接触大自然，增进教师、家长及孩子间的感情，以提高班级教育质量，增强家校间的透明度、信任度，更好地发展儿童的社会交往能力。针对我校儿童的特点，拟定如下：

活动宗旨：

- 1、为家庭提供一流的服务和教育指导。
- 2、帮助家长营造家长与孩子间的交流、交往，从而促进儿童健康成长的氛围。
- 3、提高家长科学育儿的理念和技能，促进儿童的健康成长。
- 4、指导家长和孩子开展有情趣的亲子游戏活动，使孩子在欢乐的游戏中长身体、开心智亲子活动户外拓展游戏方案亲子活动户外拓展游戏方案。

参加对象：镇田小学学生及家长。

活动时间：12月5日下午4点——5点30分亲子活动方案及亲子活动户外拓展训练方案亲子活动方案及亲子活动户外拓展训练方案。

亲子活动游戏：

要求：特邀家长和学生参加趣味接力赛跑，由本班派出家庭(父或母及孩子2人)进行趣味跑。具体形式如下：

二年级背子跑——爸爸或妈妈把小孩背于肩上，听到发令迅速跑出，绕杆后返回换第二对家庭出发。孩子不能掉下，否则算失败，以快者为胜。

六年级两人三足跑——孩子的脚踝与爸爸或妈妈的脚踝绑在一起，听哨声出发，绕杆返回，换第二对家庭出发，绑绳中途脱落者算失败，以快者为胜。

活动地点及准备事项

四年级——地点在田径场(靠近主席台)，三年级参与家庭20组/班，四年级15组/班

距离为50米亲子活动方案及亲子活动户外拓展训练方案活动方案亲子活动户外拓展游戏方案团队精神。准备每班一个呼啦圈。

六年级——地点在草坪，五年级参与家庭15组/班，六年级参与家庭10组/班。距离为30米。准备绑绳和雪糕筒。