

# 2023年幼儿户外体育游戏活动策划方案(优质7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、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。以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 幼儿户外体育游戏活动策划方案篇一

- 1、积极参与垫子上的活动，锻炼大肌肉的运动技能。
- 2、通过活动提高身体动作协调性、灵活性，改善抗挫力。
- 3、体验运动时的乐趣。

### 【活动准备】

大垫子4块 放松音乐

### 【活动过程】

#### (一) 活动开始部分

- 1、打招呼
- 2、介绍活动场地，提醒幼儿注意安全
- 3、热身活动

肩部、头部、手腕、手臂、腰、膝盖、腿(动作跟着教师的节

奏由慢到快)

## (二)活动中间部分

垫子上的游戏:

### 1、学习俯卧、侧卧、仰卧

介绍游戏规则和注意事项

(1)俯卧: 幼儿站在垫子后面, 成横排, 身体面向前面, 向前看齐(手臂前伸), 手掌竖立, 手臂自然弯曲, 膝盖弯曲, 在老师的口令下向前俯卧在前面的垫子上。(练习2次)

(2)侧卧: 在横排的基础上, 集体向左向右转, 把靠近垫子的手臂自然弯曲伸直, 前面的手在胸前竖立, 在教师的口令带领下, 学习练习左右侧卧。

(3)仰卧: 幼儿横排站在垫子后面, 身体被朝前, 撑起手臂和手掌, 双腿自然弯曲, 在教师的口令带领下练习仰卧。

### 2、巧妙过垫子

转变垫子摆放方式

(1)师: 接下来要考考大家的智慧了, 在我们面前有两排垫子, 不管你用什么办法只要从垫子上过去就可以, 但是每个人只有一次机会, 后面的小朋友要和前面小朋友的方法尽量不一样。给大家10秒钟考虑, 请第一组(2个人一组)孩子做好准备。教师走过垫子给孩子做示范。

(2)教师引导每一组的孩子尽量用不一样的方法通过垫子, 对有好的想法的孩子及时给予表扬。

### 3、垫子上的搏击

教师将幼儿分成两组，变换垫子的摆放位置和方式。

师：接下来我们要进行一场摔跤比赛。

教师讲解摔跤的比赛规则，并和一名配班教师进行示范演练。

按比赛顺序请出比赛运动员，进行摔跤比赛。中间做改变，有两人比赛，变成4人比赛，在这时做游戏规则强调。

赛后教师做小结：今天的摔跤比赛是用来锻炼身体的，在平时能不能这样去打人，或者推别人。我们都是一个班的小朋友，每天都要开开心心的在一起。

#### 4、快乐三明治

师：接下来的这个游戏是练习孩子们的反应能力的，看谁反应快，跑的也快，但是也要注意安全。

教师重新摆放垫子，用一块大一点的垫子做为的一面墙，孩子站在墙前，在教师3声口令后，快速跑过垫子，否则就被压在老师的垫子下面了，就做成了“三明治”。

游戏开始，每一次4个孩子，提醒孩子注意活动的安全。

#### (三)活动结束部分

跟着海浪声一起躺在垫子上做最舒服的放松动作。

## 幼儿户外体育游戏活动策划方案篇二

### 【活动目标】：

练习听信号助跑跨跳，绕过障碍。体验母鸡妈妈对小鸡的关爱之情。

## 【活动准备】：

在场地四周布置小树林(可乐瓶)、栅栏(用橡皮筋拉在椅子上)。

鸡妈妈头饰一个，小鸡装饰若干，老鹰头饰四个。

## 【活动过程】：

谈话：(教师出示母鸡头饰)小朋友，你们看，谁来了?(鸡妈妈)今天，老师来扮演鸡妈妈，你们扮演小鸡，跟着妈妈到草地上练本领好吗?(好)

——今天天气真好，小鸡们跟着妈妈到草地上练本领吧!

小鸡练本领。

——教师戴母鸡头饰，幼儿戴小鸡头饰，幼儿齐说儿歌《小鸡练本领》边做动作，四散走走、跑跑、蹲下捉虫等。

——(集合幼儿)小鸡们，你们喜欢吃最美味的小虫吗?在草地那边就有许多，可是我们要练就更难的本领了。先跨过栅栏，再绕过小树林，一定要小心，不要碰倒栅栏也不要碰倒小树。

——教师适当示范，组织幼儿练习，纠正幼儿的错误动作。

小鸡快跑。

——听说有几只老鹰妻从这里飞过;等会儿你们听到妈妈发出“老鹰来了”的信号时，就要赶快跨过栅栏，绕过树林躲起来，不要让老鹰捉住。

——请四名幼儿扮老鹰。鸡妈妈根据老鹰的行动不断地发出信号，小鸡们根据信号做散步或越过障碍躲藏的动作。

——当老鹰捉到2—3只小鸡时，小鸡与老鹰对换角色。

小鸡回家。

——小鸡们真能干，练就了一身躲避老鹰的本领，现在我们该回家休息去了。

### 【活动延伸】

——音乐《金孔雀》幼儿放松动作离开场地。

## 幼儿户外体育游戏活动策划方案篇三

- 1、学习走、跑、跳，发展动作的敏捷性和协调性。
- 2、通过花样玩法，培养发散性思维。
- 3、体验游戏的愉快和帮助他人的快乐心情。

### 活动准备

- 1、稻草16把、草墩18个、草绳18条、草球20个、稻谷10袋(有大有小)。
- 2、麻雀头饰2个、老鼠头饰2个、望远镜1个。

### 活动过程

#### 1、开始部分

(1)听音乐踏步入场。

(2)做稻草操：上肢运动、下肢运动(两个幼儿拿稻草一起做)、屈伸运动、抬腿运动、腹背运动(两个幼儿拿稻草一起做)、两个幼儿一起做绕手运动。

## 2、基本部分

(1) 花样玩稻草制品。请小朋友想一想, 稻草制品可以怎么玩, 有多少种玩法?(可用单、双脚跳; 跨跳、侧跳、走小路、扔草球、绕过草把) 鼓励幼儿想出不同的玩法。

(2) 请玩得好的幼儿演示。

(3) 请幼儿说出自己想用来玩游戏的方法。

(4) 游戏: 丰收乐。

**a**老师交代去郊游的要求: 请小朋友跨跳过泥地踩在草墩上。走过小路去看看农民伯伯的田野丰收了没有。幼儿听音乐一个跟一个做跨跳和走的动作(如图一), 要求幼儿从一个草墩跨跳到另一个草墩上, 走小路(草绳)时不能出界, 若出界要重新走。

**b**增添要求, 提高幼儿跳的兴趣。师: 这一块稻田丰收了, 我们到其他的稻田看看。幼儿听音乐一个跟一个双脚跳过小沟(草绳), 再跳到草墩上。要求幼儿双脚跳时不能踩到草绳, 双脚跳到草墩上不能掉下来。(如图二)

**c**提高幼儿奔跑的速度。师: 小朋友听有什么声音?(请幼儿用望远镜观望) 不好了, 是麻雀和老鼠在偷吃粮食。那怎么办好呢?(请幼儿自由说出对付麻雀和老鼠的办法) 幼儿听音乐跳过草墩和草绳, 拿起草球扔麻雀, 拿起草绳找老鼠, 找到老鼠后追打。(如图三)

**d**小朋友送稻草和稻谷回家。师: 小朋友真能干, 帮助农民伯伯赶走了麻雀和老鼠。现在我们帮农民伯伯把稻谷和稻草送回家。小朋友抬着稻谷或挑着稻草走过小路、跨过草墩(草墩的高度增加至三个), 高高兴兴回家。

### 3、放松活动

(1)把挑回来的稻草堆成一间草房子,里面放稻谷。

(2)听音乐做放松动作《按摩操》。

## 幼儿户外体育游戏活动策划方案篇四

我觉得对于小班的孩子来讲,玩是最重要的。当然,我说的玩是有秩序、有组织地去玩,而不是杂乱无章的玩法。俗话说:“在玩中学、在学中玩”其实,孩子们在玩的过程中就是在学的过程,在锻炼的过程。本学期我班将进一步根据孩子的实际情况,开展各类体育活动,如:走、跑、跳、拍(拍球、吊球)、平衡、钻爬、攀爬、呼啦圈等组成的体育活动,让孩子通过这些活动激发和培养对幼儿对体育活动的兴趣、促使幼儿力量、灵敏、身体协调、速度、平衡等素质的进一步发展,促进幼儿肢体的均衡发展和基本运动能力的提高。具体活动如下:

1、培养幼儿对身体锻炼的兴趣和习惯,坚持每天进行体育活动,促进幼儿身体形态结构和机能发育。

2、通过体育活动,开展对幼儿的走、跑、跳、投掷、钻爬、平衡、攀登等基本动作的训练,使幼儿体力、速度、灵敏等动作素质达到标准。

3、利用废旧物品制作多种多样的体育器械,培养幼儿用器械进行锻炼的能力,发展幼儿自主性和创造性;学习利用各种体育器械进行户外锻炼的方法,促进幼儿知觉、情感和能力的的发展。

4、利用晨间活动和游戏时间开展丰富多彩的体育游戏活动,培养幼儿在体育游戏中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、克服困能的良好品质。

### 1) 分解动作，分布练习，循序渐进。

拍球——特别是对于小班的幼儿来讲，示范是最好的教学方式。因此我们要先给幼儿做示范，为幼儿实际模仿提供视觉、听觉、动觉的各种感官信息。教师的示范要正确、优美、轻松，以完整示范为主，对于初入接触的小班孩子来讲，教师可以先简单的示范双手拍，之后在循序渐进。结合讲解，恰当的情绪感染，激发幼儿尝试拍球练习的兴趣。

### 2) 徒手听节奏跳

我们可以先讲清拍球时的身体协调要领：幼儿在整个拍球过程中，首先双腿站直、两脚分开、双手抱球身体微微向前倾，最大限度地让皮球有跳跃的程度和空间，缩短缓冲的时间。然后一边拍，一边有节奏的数着数量“一、二、三、四……”更好的增加拍球兴趣。

### 3) 单手拍球

在一定基础上，增加对幼儿身体协调的难易程度。首先，教师动作要领示范，两脚分开，双腿站直、单手拍球、另一只手放后背，在拍的过程中，注意身体和球的协调度，眼神紧跟球身。教师讲解结束，幼儿练习。

### 4) 个别指导，规范动作

对于能力较弱，协调性不好的幼儿，尽量降低拍球的难度要求，不至于让他们对自己失去信心。对于那些能力比较强的幼儿，我们可以简化步骤，增加难度来激发他们挑战自己的欲望。

### 5) 同龄伙伴，互相带动，共同创新

小班的孩子虽然年龄小，大部分的孩子在身体协调方面还需



加强，但也有小部分的幼儿能力还是不容小觑的。所以，在活动中，老师可以请已经会拍球的几个幼儿当“小师傅”帮助不会的孩子们练习拍球。引导幼儿间相互学会掌握拍球的方法和技能，帮助幼儿在活动中学会互相合作，使拍球水平得到进一步的提高。不仅如此，我们还根据幼儿已会的拍球动作，进行花样拍球，如：跳着拍、转圈拍、抛球、滚球、绕身体转球……这样，可以更好的增进同伴之间的交流和合作，体验到了合作的快乐。

以往开展的户外活动常常以教师为中心，由教师制作、提供活动材料；设置、安排活动场地；示范、指导某一基本动作并评价总结活动情况，致使幼儿在活动中的主动性未能得到充分得发挥。我认为在户外活动中，幼儿应当有充分的自主选择玩具和玩法的权利。所以在本学期的活动中，我们将在每次准备活动材料时，会主动请孩子们和我们一起准备、一起收集、共同制作，让他们体会其中的喜悦，增加他们对体育器材的兴趣，学会珍惜体育器材。

其次，在活动过程中发挥幼儿创造性，鼓励幼儿一物多玩。一个呼啦圈不仅是用来跳的，可以连环套着当车跑，可以立着当圈滚，许多小朋友共同合作套圈玩，钻山洞，利用身体的各部位转着玩……。发挥幼儿的自主性并不意味着教师成为旁观者或提醒者，作为教师自身的积极参与更直接影响幼儿活动的兴趣和质量。

在体育活动中，我们让幼儿自由选择同伴，让幼儿教幼儿，使他们在活动中能相互学习、相互交流、相互评价，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，有了良好的情绪体验，幼儿活动的时间就会自然延长，从而提高了幼儿活动的持久性。

在组织幼儿开展体育活动时，我们会根据幼儿不同的发展水平，制定分层次目标，设计和安排难度不一的活动，提供不同指导和帮助，使能力强的孩子得到进一步提高，使能力弱的孩子能在其原有基础上得到发展。在活动中，我们应做到

在言语和行为上处处照顾每一个幼儿，多用肯定和鼓励的语言与幼儿交流。对于那些活动能力差的幼儿，我们应在言语上和情感上给予鼓励和支持。如在“吊球”的游戏中，我们根据孩子们的身高、弹跳力的不同，设置了不同的高度的吊球，让每一位幼儿可以创新用各种方式进行跳跃，如：双脚弹跳、两个小朋友互相合作拍打吊球、用抬花轿方式拍打吊球、借助辅助材料拍打吊球……使每一个幼儿在游戏中都能获得成功的体验。

幼儿的发展，依赖于对材料的操作。园所有多种户外活动器械，如：不同规格的小型玩具，木马、跳绳、平衡木等。另一方面搜集废旧材料。我们教师利用废旧物品制作各种户外活动器械，并在室内外展示，并发动幼儿家长同孩子一起制作。

我们共同制作了多种玩具，如：利用废旧的纸箱做的飞碟；用碎布制作小沙包；将易拉罐用绳穿起来成为高跷；用废纸做纸球；把竹子截成很多段变成竹棍；还用一拉罐装沙制作铜铃……利用户外游戏时间带领幼儿参与其中，让幼儿在学中玩，在玩中学。使每个孩子都能在一定程度上得到提高。

其次，在一日活动中我们充分利用晨间、午餐后、下午户外活动时间，为幼儿提供多种多样的游戏材料，组织幼儿开展户外活动。在晨间活动中我们除了为幼儿准备自制的体育玩具外还开放大型户外玩具如：滑梯、荡秋千、走平衡木、走方格…，他们自由选择玩具，自由结伴，按自己的喜爱和意愿进行游戏；午餐后，我们给孩子们准备比较安静的游戏，如餐后散步、走迷宫、走小路等；在下午的游戏活动我们会为孩子们准备有趣、好玩的体育活动如：老鹰捉小鸡、丢手绢、老狼、老狼几点了、我是小小木头人……让孩子们在游戏中得到相应的锻炼，培养孩子们的合作能力、创造能力。

总之，体育活动的开展不仅能促进幼儿的生长发育，增强体质，而起对幼儿的发展也产生一定的影响，所以，我们要认

识到体育锻炼的重要性，认真地，有计划地引导幼儿进行体育锻炼，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，提高体育活动质量，使每个幼儿在原有的基础上得到协调发展。

## 幼儿户外体育游戏活动策划方案篇五

锻炼幼儿身体发展，会用小棍有方向的驱赶球。

### 活动目标

学习用小棍滚球，努力做到动作协调。

### 活动准备

1. 小木棍数量为人数的一半，小椅子2~4张。
2. 场地布置。

### 活动流程

#### 1. 开始部分。

- (1) 幼儿跟着老师做小猪的模仿动作：走路、洗澡、跳舞等。
- (2) 自由拍球。

#### 2、基本部分。

- (1) 教师介绍赶小猪的玩法，并作示范。
- (2) 幼儿自由练习，教师指导
- (3) 比赛“赶小猪”。

#### 3、结束部分。

带领幼儿用双脚轻轻的把球往前移，表示带小猪散步。

## 教后反思

本节活动课目标完成，幼儿在体育活动中能很积极的参与，并且能自己去探索一些新的玩法。这样的活动让幼儿的思维得到了一定的发展。

## 幼儿户外体育游戏活动策划方案篇六

1. 会听信号做蹲、蜷缩、自转和站立不动的动作。
2. 锻炼幼儿迅速反应的能力。

## 活动过程

1. 教师讲解游戏的玩法和要求。

(1) 幼儿两臂侧平举，或两手叉腰，在原地旋转，边转边念儿歌“转转转，转转转，大风吹来快快站。”当念到“站”字时，幼儿马上停止旋转。幼儿自己反复练习。

(2) 游戏开始，幼儿四散站立，教师发出指令，全体幼儿同时开始念儿歌边做转转转动作，当念到“站”字时，教师发出信号“小皮球”，幼儿马上蹲下，缩成皮球状。教师说“转”，幼儿又边念儿歌边做转转转动作，听到教师发出“小木偶”的信号，幼儿立即站好，丝毫不动。游戏反复进行。

2. 根据幼儿能力教师可增加活动的项目。

(1) 引导幼儿不断变换旋转方向。

(2) 教师发出的信号还可以多样化，如“小鸭子”“不倒

翁”“小鸟飞”等，幼儿依据信号创造性地做模仿动作。

(3) 幼儿可在一定范围内尝试蒙眼、闭眼旋转，停止后谁离开范围距离最近谁为胜者。

## 幼儿户外体育游戏活动策划方案篇七

游戏活动目标：

- 1、用幼儿感兴趣的戏方式发展基本动作，培养幼儿良好的意志品质和对体育运动的喜爱之情。
- 2、发展幼儿走、跑、跳、钻爬、、平衡、匍匐前进、投掷等综合运动技能。
- 3、培养幼儿团结互助的团队精神。

游戏活动准备：

- 1、组织幼儿做准备活动
- 2、给幼儿介绍游戏玩法

爬越电网(垫上匍匐)——过独木桥(平衡木)——踩石过河(跨越)——跨过壕沟(双脚跳)——钻过敌人封锁线(钻爬)——仍炸弹(投掷)——夺碉堡，然后快速跑回营地拍第二个幼儿的手，第二个幼儿出发，依次进行，游戏可反复进行。

- 3、幼儿进行游戏活动，教师指导。

《大家来做操》幼儿体育运动方案

设计意图：

根据幼儿的年龄特点，让幼儿初步学习一套模仿操，并能够

听懂口令做动作。

目标：

- 1、学习儿歌及模仿操。
- 2、培养幼儿听口令，手脚协调地做动作。

活动过程：

一、开始部分

幼儿排好队，站在院子里。预备姿势，自然站立。

二、基本部分

- 1、教师做一遍模仿操。
- 2、幼儿跟老师一起做模仿操。
- 3、在教师指导下，幼儿做模仿操。