

# 最新亲子游戏锻炼孩子 亲子游戏活动方案 (通用6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 亲子游戏锻炼孩子篇一

活动时间□20xx年10月30日(星期日)

早上8：30—10：00(1小时30分钟)

目的活动：

促进幼儿与家长之间的密切配合，增进彼此之间的感情。

活动过程：

一：开场白：

生命在于运动!在这快乐的日子，我们幼儿园小朋友迎来了第一次亲子运动会。而今天最为值得高兴的是，我们幼儿园请来了这么一群大朋友。小朋友，你们说是谁呀?(对了，他们就是我们最亲最爱的爸爸妈妈。)那让我们以最热烈的掌声欢迎爸爸妈妈们的到来!在比赛的开始，先让我们一起来为自己加加油吧!(鼓气势：嘿嘿嘿，我最棒!)看来小朋友们对这次比赛非常有信心，让我们赛出友谊，赛出精神。

二：下面进入我们的亲子游戏环节。

1、游戏名称：活板桥

游戏玩法：

游戏分两对比赛，每队相同人数。

每个家庭两块纸板，家长移动纸板，幼儿交替在板上跳，绕过终点线再和家长一起跑回原地，最快送完为获胜者。

游戏规则：

前进时脚不离纸板。

## 2、二人三足

游戏玩法：参赛队用带子把大人和孩子相邻的一条腿绑在一起，站在起跑线后，听到口令，一起跑向终点，然后返回，先返回终点的为胜利者。

## 3、游戏名称：踩气球。

游戏玩法：

家长背着孩子为一组，家长腿上绑好气球，互相踩别的气球。气球剩得多的组为胜利者。

## 4、小树熊

幼儿抱在家长的脚上，用绳子捆好，站在起跑线上，听到口令，家长和孩子一起跑，绕过弯处，接着往回跑，谁先跑到终点谁就是胜利者。

## 5、打保龄球

游戏准备：矿泉水瓶2个，球2个

游戏玩法：幼儿在指定地位，用力推动皮球，将矿泉水瓶子

击倒。然后同家长跑回起点就算赢。

## 6、运西瓜

游戏准备：西瓜球若干、棍子若干、大的可乐瓶5个。

游戏玩法：妈妈(爸爸)与幼儿在指定的地位，两人拿着棍子夹好西瓜球准备，两人夹着西瓜球绕过汽水瓶然后沿路返回，谁最快回来的那组为胜。

## 7、袋鼠跳

游戏玩法：每个家庭由一名家长和一名幼儿参加，首先让幼儿穿着米袋扮鼠跳到转弯处，然后同家长一齐走回来，先到的为胜利者。

## 8、推小球

家长把球推到转变弯处，然后幼儿把球推回起点就算胜利者。

## 9、夹球跑

游戏玩法：幼儿抱球从起点跑至终点，将球交给家长。家长将球夹在腿间跑回终点，快者为胜。如球掉需捡回球夹住，继续走。

## 10. 快乐一家人

游戏规则：孩子投球，爸爸拿桶子接球，妈妈指导投中1个后，爸爸妈妈孩子返回，以先返回到起跑线者为胜。

## 三：结束语指导

在欢乐的氛围中，我们的活动也该结束了。通过这次亲子运动会，我们的感触一定都很深。小朋友们展示了个人的魅力，

小朋友们和爸爸妈妈展示了良好的积极合作精神。我想说“小朋友真棒!大朋友更棒!”其实比赛的结果并不重要,重要的是今天大家都很快快乐,最后祝小朋友们健康成长,祝我们的家长朋友们家庭幸福、永远快乐!

## 亲子游戏锻炼孩子篇二

生活中的点点滴滴,教育的契机无处不在。

目标:锻炼幼儿小肌肉灵活性。培养合作能力。

准备:大盆5个,筷子(双)、小盘每人一个。山核桃若干斤,核桃夹子。

地点:班级活动室

玩法:

1、请家长与幼儿简要说说山核桃特征、味道、对人身体的益处以及生长在什么地方。

2、游戏“快乐夹夹夹”。以桌为组。中间放一个大盆内有山核桃若干,用筷子夹,从大盆夹到自己的小盘里。(在相同时间内,以夹的多的为胜。)

指导建议:游戏的次数以幼儿兴趣、能力而定。

## 亲子游戏锻炼孩子篇三

一、亲子活动目的:

1、增进与家长之间的交流,向家长宣传新的教育观、儿童观,让家长了解孩子在园的生活、学习情况,了解幼儿园的教育教学工作,能主动配合,做到家园互动。

2、增进亲子间的情感，激发幼儿和家长积极参与亲子游戏的热情和兴趣。

3、培养幼儿在成人面前大胆表现自己。

二、亲子活动流程：

(一)教师发言

(二)亲子游戏

三、亲子游戏

游戏一：猴子捞月

讲一个故事：从前，有个小猴在湖边玩耍，看到月亮的影子落到了湖里。它吃惊地叫起来：“不得了啦！月亮掉到湖里啦！”“大家快动手来捞月亮吧！”一只大猴子说，“如果没有了月亮，今晚就不好玩啦！”

目的：发展幼儿动作灵活性。

怎么玩：

1、游戏在一个大房间里玩，告诉幼儿这是湖，不能跑到外面去，跑到外面就算是输。

2、爸爸和妈妈扮演两只猴子，幼儿扮演月亮。

3、爸爸和妈妈手掌交叉，成半圆状，不能松开，去捞“月亮”。幼儿躲闪，如果被抓住就算捞到“月亮”，游戏结束。

提示：可以交换角色，重新开始玩。

再念一首儿歌：月亮月亮怎么了？月亮掉到湖里啦！猴子猴子别急呀，齐心协力来捞吧。

## 游戏二：蜈蚣竞走

先讲一个故事：森林里举行运动会，蜈蚣报名参加了赛跑。一大早蜈蚣妈妈就把小蜈蚣从床上拉了起来，叫他吃好早饭后赶到比赛现场。说完妈妈便到屋后菜园种菜去了。好半天，忽然听见小兔在喊：“蜈蚣，蜈蚣，比赛快开始啦！你怎么还不快去呀？”蜈蚣妈妈想着：“这孩子跑到哪去了？”推开门一看，可把她吓了一跳。原来小蜈蚣在忙着穿鞋呢。他的脚太多太多，穿了好半天都还没穿完。

目的：锻炼孩子的耐力和腿部力量。准备：给孩子看蜈蚣的图片，让孩子知道蜈蚣走路的方式。

怎么玩：

- 1、由孩子做排头，家长将手搭在孩子肩上，蹲下。
- 2、随着一、二、一、二……的口令，孩子和家长向前行走，脚步要协调，不能乱。

提示：可以多叫几个家庭成员一起参加。

再念一首儿歌：一百只脚的小蜈蚣，穿起鞋来不轻松，不轻松，快用功，赶紧上路急匆匆。

## 游戏三：小羊过河

先讲一个故事：春天到了。小羊咩咩嚷道：“妈妈，妈妈，我要吃春笋。”妈妈笑着说：“河对岸就有啊，那边有红壳笋、白壳笋……我们跳过河去采好不好？”小河一点儿也不宽，河水也不急。妈妈和咩咩轻轻一蹦就过去了，他们每次采一根春笋，运回河对面，放进竹筐里。妈妈说要多采一些，带回家给奶奶吃。咩咩还说要和妈妈比赛，看谁采得快，采得多。目的：发展孩子双脚并拢向前跳的能力。准备：橡皮筋4

根，积木5块(积木代表春笋)，积木放在筐里，摆在终点。怎么玩：

- 1、家长用4根橡皮筋拉成2条“河”状，1条宽1条窄。
- 2、家长先出发跳过2条“小河”，到终点线处，从筐里拿出1块积木放在地上，然后再跳过2条“小河”回来。
- 3、孩子接着出发，到终点处从筐里拿出1块积木，叠在第一块积木的上面再回来。
- 4、如此反复，直至5块积木叠在一起。

再念一首儿歌：小山羊，咩咩叫。采好春笋再睡觉。蹦过河去跳一跳。妈妈见了开怀笑！

#### 游戏四：警察和司机

先讲一个故事：在马路中央，警察叔叔穿着制服，戴着帽子，嘴里含着口哨。他笔直地站着，时而向左指，时而向右指，还不时转转身，吹几声哨子，好威风哦。司机驾驶着方向盘，紧紧盯着红绿灯，随时听从警察叔叔的指挥。红灯亮了，就该停车，等绿灯亮了才能朝前走。警察叔叔还用手势指挥司机应该朝左拐弯还是朝右拐弯。就这样，马路上有了红绿灯和警察叔叔，车辆才会安全地来来往往，我们也可以放心地过马路啦。

目的：培养孩子的观察能力和反应能力。学习日常交通规则。

准备：塑料筐1只(方向盘)、红绿色的纸(红绿灯)。怎么玩：

- 1、先由家长做警察，手拿“红绿灯”，孩子双手握塑料小筐似开车状。
- 2、“司机”根据“警察”的各种提示、信号作出相应的反应。

如“红灯”、“绿灯”、“开快车”、“转弯”等。

提示：家长和孩子可以互换角色。

幼儿园亲子游戏1、《螃蟹夹球》：一名家长与孩子背对着背手拉手，将一个球放在上面，用身体夹着气球运送到终点站。用时最短运的球最多算赢。

幼儿园亲子游戏2、《两人三足》：幼儿的一腿与一名家长的一腿绑起来，成两人三足状，从起点走向终点，先到者为胜。

游戏五：亲子美工制作：“种子粘贴画”

活动目标：

- 1、在说说做做中分享亲子制作的乐趣。
- 2、学习制作种子粘贴画，激发幼儿对粘贴画的兴趣。

活动过程：

一、教幼儿认识各种种子

秋天是个丰收的季节，许多的东西在秋天收获了，桌上的豆类我们都很熟悉，爸爸妈妈不妨让孩子说说它们的名字。

二、介绍种子粘贴画的制作方法

- 1、这些种子不但可以种进泥土生根发芽，还可以制作成美丽的图画，今天我们要和孩子一起来尝试一下。
- 2、先请爸爸妈妈和孩子一起选一幅喜欢的图画。
- 3、请爸爸妈妈在画好的轮廓线内粘贴上双面胶。



4、与孩子商量选择喜欢的种子，一起均匀地粘贴好，（要沿着画好的轮廓线粘贴）装饰成一幅美丽的画。（粘贴的任务最好让孩子完成。）

三、将种子粘贴画做成展版，供大家欣赏。

今天的亲子活动到此结束了，无论您是否满意我们的活动，都请您提出宝贵的意见，让我们和您一起为宝宝的健康成长做出努力！谢谢大家的参与！

## 亲子游戏锻炼孩子篇四

此活动主要是让孩子感知语言的韵律，了解各种动物的主要特征，培养孩子的想象力和创造力。

活动准备：

各种动物的图片

活动建议：

家长和孩子面对面坐着，一边拍手，一边说儿歌。

可以有几种形式：

开始的时候，家长说，孩子对

当孩子对儿歌的内容基本了解后，家长与孩子一起说。

当孩子把儿歌的内容都记住了，让孩子说，家长对。

当这首儿歌熟悉后，可以适当改变内容，如哪个爱在水里游，可以回答“鸭子爱在水里游”，也可回答“鱼儿爱在水里游”。

# 亲子游戏锻炼孩子篇五

目标：

1. 在玩纸箱的过程中体验发现的惊喜与制作的快乐，萌发探索兴趣。
2. 在游戏互动中理解绘本内容，学说简单对话，发展语言表达能力。
3. 体验绘本阅读及纸箱游戏带来的快乐。

准备：

大纸箱，绘本《大纸箱》ppt轻音乐。

过程：

一、发现大纸箱，产生活动兴趣

师：请你们看一看，活动室里有什么？(大纸箱。)

师：你们玩过大纸箱吗？是怎么玩的？

二、观看图1，产生阅读绘本的兴趣

师：有一个宝宝也找到了一个大纸箱，还玩起了游戏。你们想不想知道他是怎么玩纸箱游戏的？好，我们大家来看一看。

三、自主阅读绘本，发现纸箱的变化

1. 自主阅读。

师：请你们自己看看宝宝和小兔子是怎么玩纸箱游戏的，可以把自已的发现告诉旁边的小朋友哦。

(教师重点培养幼儿的阅读习惯，如轻轻翻书、爱护图书等，鼓励幼儿和同伴交流宝宝、小兔子的玩法。)

## 2. 交流讨论。

师：宝宝和小兔子把纸箱变成了什么玩具？

## 四、亲身体验，感受纸箱“变化”的乐趣

### 1. 观看图2、图3。

师：宝宝和小兔子在哪里？你们想不想到大纸箱里面去看一看、玩一玩呢？

(教师带领幼儿边游戏边念儿歌：大纸箱放放好，小手要把箱扶牢。小腿轻轻抬，慢慢走进来。小心蹲下身，快快藏起来！)

师：咦，怎么天一下子黑了？怎么办呢？(引导幼儿发现一扇小窗户。)

### 2. 观看图4、图5。

师：宝宝和小兔子正玩得开心，突然天气怎样了？(播放下雨的音乐。)

师：宝宝和小兔子躲在哪里？大纸箱变成了什么？宝宝会对小兔子说什么？

师：雨停了，他们还会继续和纸箱一起玩游戏吗？

### 3. 观看图6、图7。

师：瞧，宝宝现在在干什么呢？

师：宝宝为什么要把好好的纸箱剪了呢？他们会把纸箱变成什么呢？

师：看，变成了什么？纸箱做的飞机飞得高不高啊？你从哪儿发现的？

4. 观看图8、图9。

师：飞机降落了。听，咕噜咕噜……这是什么声音？

师：原来是肚子饿了，在咕噜咕噜地叫。

师：吃饭需要桌子。谁会把飞机变成桌子呢？（幼儿尝试操作。）

师：我们来看看他们有没有成功。看，宝宝和小兔子正坐在他们“变”出来的桌子前点菜呢。

5. 观看图10、图11、封底。

师：吃饱了，宝宝和小兔子又想干吗呢？这次他们将纸箱变成了什么？

师：你从哪儿看出这是一座房子？

师：天黑了，星星、月亮出来了，宝宝在干什么？

师：对，宝宝、小兔子进入了甜蜜的梦乡。宝宝做了一个梦，梦到了一个纸箱。

五、活动总结，拓展延伸

师：看，故事中一个废旧的大纸箱能变出这么多好玩的东西。如果有很多纸箱，一定会有更多有趣的事情发生。你们家里有纸箱吗？请你们和爸爸妈妈一起玩一玩，然后到幼儿园来告

诉大家你们是怎么玩的。

## 亲子游戏锻炼孩子篇六

父母和宝宝一起玩游戏对于双方之间的情感交流非常有利，很多父母也很愿意和宝宝一同玩耍，但是当宝宝年纪较小，理解能力还不够高的时候，步骤太多的游戏并不合适，父母也很犯愁。

培养孩子的控制能力、方向感，吹气过程中锻炼肺活量。

1、将纸裁剪后折叠成大小不一的纸船，家长用大船，宝宝用小船。

2、在盆里（或者浴缸）里放满水，将纸船放进去。

3、和宝宝一起鼓足气，看谁能一口气将船吹得更远。

1、如果宝宝吹不远，家长可以教宝宝怎么吹气。

2、可以选择在洗手间或者院子里这些不怕地板被溅上水的地方玩，让宝宝享受和爸爸妈妈一同玩水的乐趣。

这个小游戏简单易懂又乐趣无穷，爸爸妈妈们可以马上和宝宝一同试试。