# 幼儿园优秀趣味体育游戏（57个）（含5篇）

来源：网络 作者：雨后彩虹 更新时间：2024-06-28

*第一篇：幼儿园优秀趣味体育游戏（57个）幼儿园优秀趣味体育游戏（57个）适用于大班的游戏主题教学活动当中，让幼儿学会帮熊伯伯运东西玩法，捉尾巴玩法，小树苗快快长玩法，勇敢小动物玩法，捕蛇玩法，滚轮胎搭房子玩法，给娃娃打领结玩法等，快来看看...*

**第一篇：幼儿园优秀趣味体育游戏（57个）**

幼儿园优秀趣味体育游戏（57个）适用于大班的游戏主题教学活动当中，让幼儿学会帮熊伯伯运东西玩法，捉尾巴玩法，小树苗快快长玩法，勇敢小动物玩法，捕蛇玩法，滚轮胎搭房子玩法，给娃娃打领结玩法等，快来看看幼儿园优秀趣味体育游戏（57个）吧。

1、捉尾巴玩法：幼儿两人一组，各自在后腰带上系上彩绳当尾巴。游戏开始，四散跑开，每一对幼儿要想办法捉对方的尾巴，同时你要保护自己的尾巴。抓到对方尾巴者为胜。（只能在圆圈内跑，抓到后快速回到老师处）提出要求后，与幼儿共同游戏。游戏结束后教师针对情况，及时表扬鼓励。

2、帮熊伯伯运东西玩法：将幼儿分成三组，首先要走过一座独木桥，然后跳过房子，在小心的走过小路，最后拿起绳子，双脚踩绳向前跳过小河，运上东西后跳绳返回，放入小篮内，拍第二个小朋友的手，游戏以此进行，在规定的时间内运回最多的胜利。

3、小树苗快快长玩法：幼儿分别拿着太阳、水珠图片、站在起点线上，家长戴着树苗头饰蹲在终点线上。游戏开始，幼儿读“我是水珠和太阳，能帮树苗快快长”之后向前跑，跑过场地的中间的曲线，到达终点的树苗的后面把手中的卡片举起，家长马上站立表示树苗长大了，以最快者为胜。

4、勇敢小动物玩法：将幼儿分成人数相等的2路纵队，老师发令后，各队第1名幼儿蹬滑跑冰车钻过“山洞”、到达“浮桥”。上桥救起1个小动物，并带着小动物踩脚踏车原路返回，第2名幼儿再出发。在规定时间内比哪一队救到的小动物数量多为胜队。

5、捕蛇玩法：一个小朋友尾长绳当蛇，其余的小朋友要争取踩住绳子“捕”到“蛇”，要是被绳子碰着了就算是被“蛇”咬了。

6、赶小猪准备：钻圈9个、羽毛球拍3个、小皮球3个、折返标志3个玩法：将幼儿分成三组，于起跑线后作好准备。游戏开始，三名幼儿沿各自跑道起跑，沿途套圈三个，用羽毛球拍赶动皮球向前行进，至折返标志处返回至起点，以先返回者为胜。

规则：1、套圈时，要求将圈从头套至脚下。2、赶小猪时，手不能碰球，球不能离拍。

7、采果子准备：圈18个、长绳1根、筐6个、小皮球12个玩法：将幼儿分成三队，于起跑线后作好准备。游戏开始，每队排头的幼儿双脚跳过圆圈奔跑，俯身钻过由长绳拉成的障碍，跑至终点的筐中取一球沿途返回起点，将球放进筐中，第二名幼儿继续取球、放球，依次进行，先将全部球运回者为胜。

规则：1、跳圈时脚不能碰圈。2、前一名幼儿取球返回放球入筐后，后一名幼儿方可进行。

8、协作寻宝准备：大积木6块、小凳15个、小筐3个、小积木若干玩法：每次游戏分成三组，每组由一名家长与一名幼儿组成，游戏开始幼儿用两块大积木分别搭桥，家长双脚踩在积木上，以过河的方式前进至小凳搭成的桥处，两人过完桥后，家长捡积木，幼儿跑至终点拿筐，将积木全部装进筐中，两人一起跑回起点，先到者为胜。

规则：1、过河时家长必须踩在积木上前进，双脚不能着地；2、过桥时必须踩在凳子前进，脚不能着地；3、两人须同时返回9、采蘑菇准备：圈15个、环15个、长条积木3块玩法：三名幼儿于起跑线准备，游戏开始，双脚跳圈沿途捡拾5个环，行进至积木处将环套进积木，跑回起点，先返回者为胜。

规则：1、跳圈时脚不能碰圈。2、捡环时环不能掉在地上。

10、运西瓜准备：塑料棍2根、皮球2个、筐2个玩法：幼儿分成两大组，两人组合抬筐站于起跑线，游戏开始，每组排头一对装球跑出至终点处再返回，将筐交于下一对幼儿继续进行，先完成者为胜。

11、探宝准备：长条凳3根、篮球3个、大圈3个玩法：一名家长与幼儿于起跑线处准备，游戏开始，幼儿上独木桥，家长牵其手协助过桥，跑至山洞（大圈）处，两人前后跨钻山洞，幼儿取过篮球交于家长，家长拍球跑，幼儿紧随其后跑回起点，两人必须同时到达，先到者为胜。

规则：1、幼儿过桥时脚不能着地。2、跨钻山洞不能碰圈。3、返回时两人必须同时到达。

12、冲出火海儿歌：楼房里、起大火，火焰熊熊烟雾多。小朋友、别慌张，动动脑筋冲出来。

玩法：火灾警报响起，幼儿念儿歌，念完后，排头第一个小朋友将毛巾放进桶里“弄湿”，将水桶翻倒“淋湿全身，一手用毛巾捂住鼻子，低下身体先绕跑过”浓烟区“、钻爬过”火区“、然后横躺在”沙地“滚动将身上的”火苗“熄灭，最后跑到”电话亭“拨”119“报警。后面的小朋友依次进行。

13、滚轮胎搭房子玩法：幼儿分成两组，每名幼儿手持一个轮胎，教师发出指令，排头幼儿开始滚轮胎，到达目的地时把轮胎放好，按原路返回拍第二名幼儿的手。第二名幼儿接着滚轮胎，到达目的地把轮胎搭好返回拍第三名幼儿的手，直至全部完成，最后评出搭的最快的一组和房子搭的最好的一组。分别发给奖牌。

14、给娃娃打领结玩法：幼儿分成人数相等的四队，各队第一名幼儿手拿领结站在起点线后，游戏开始，教师指令，各队第一名幼儿迅速向前跑，给娃娃系好领结后跑回起跑线，并拍第二个幼儿的手，跑去给娃娃系领带，哪队幼儿先系完跑回起跑线，哪队就胜利。

15、捉尾巴玩法：准备彩绳若干条，在场地上画出四散跑的范围。幼儿两人一对，各自在后腰上系上彩绳当尾巴。游戏开始，四散跑开，每一对幼儿要想办法捉对方的”尾巴“，同时要保护好自己的”尾巴“，抓到对方”尾巴“为胜。

16、彩绳跳玩法：每人一根一米长的短绳，两手拉紧绳子的两端，双脚踩在绳子的中间部位，两手拉紧绳子，双脚用力向前跳。

17、小猴摘桃玩法：幼儿分四队站在起跑线后，游戏开始，教师发出信号，各队第一个幼儿向前跑去，两手两膝着地爬过山洞，跑到横竿下，双脚向上跳起摘一个桃子，转身直接跑回，将桃子放进小篮拍第二个幼儿的手，站到队尾，依次进行，最后以先摘完桃子的队为胜。

18、猫捉老鼠玩法：今天来了一只特别爱吃偷水果的小老鼠，（有老师带头饰扮演）小朋友们就是它爱吃的水果宝贝，小老鼠一个个点小朋友的头一边大声用英语说出水果的名称，若干个后老鼠指定一个小朋友做猫，并大声念出”cat“后马上就跑，而被指定为猫的小朋友就要起身去抓他，如果在老鼠跑回原位前仍未捉到，就要由他来当老鼠进行游戏，如果老鼠在回位置前被捉到游戏就要继续进行。

19、移动的墙玩法：1.快跑--汽车启动、加油门，加速开得快（移动第一次）；慢跑--汽车减速开得慢（移动地第两次）；下蹲跑--汽车下坡（移动第三次）；起踵跑--汽车上坡（移动第四次）幼儿行进跑的过程配上相应的音乐，增强游戏的气氛；2.移动第一次后，将隐藏在每个停靠站的喜洋洋图片，以游戏的口吻坐上每辆公共汽车，图片贴在每一队排头小朋友的身上。

20、渔夫捕鱼玩法：先指定一幼儿为渔夫，教师带幼儿念儿歌《鱼儿游呀游》，当教师回答到”X人来变幼儿游“时，幼儿根据回答中的人数迅速合作，即兴由一幼儿当鱼头，后面的幼儿一一用绳子套住前面一幼儿的腰，两手拿住绳子的末端跟着”鱼头“游。待幼儿随机组合完毕，此时渔夫可去抓任意一条鱼的”鱼头“，当”鱼头“被抓住或”鱼身“散掉就算被捕住，当鱼被逼离出海面，即到沙滩也算被捕住。以最后剩下的一队为优胜队，可由优胜队的幼儿推选出一幼儿当”渔夫“，游戏重新开始。

附儿歌：鱼儿游呀游师：小小鱼儿游呀游，在哪游？

幼：在这游。几人来变鱼儿游？

师：X（一般为2-5人）人来变鱼儿游。

21、过”桥“游戏玩法：让幼儿自我选择从纵向放置的一个长凳、两个并排的长凳、两个并排但左右分开的长凳上用各种方法走过”桥“。然后从一旁的塑料弧形积木拼成的”弯曲桥“上走回来。

22、电羊玩法：教师请小朋友扮小山羊，这当中有老师事先指定的几名”电羊“。小羊在场地上一边玩耍，一边念儿歌：”头上两只角，身上长白毛。爱吃青青草，咩！我是小山羊。“另选一幼儿扮大灰狼，背对”羊群“站立。儿歌念完，”大灰狼“转身喊：”我来吃羊啦！“即追逐”羊群“，”羊群“四散跑开。如果大灰狼捉住了”小山羊“，就可把”小山羊“带出场外。如果”大灰狼“抓住电羊，电羊就发出”的铃铃“的声音，”大灰狼“触电，站着不能动。千万注意，不能让”大灰狼“和其它”小山羊“知道谁是电羊。

23、小熊斗怪兽玩法：每个幼儿手执”炸弹“，自由通过各种”桥“，跑到”怪兽“区进行投击。当击中5个”怪兽“后，从奖励台上领取一枚”胜利奖章“，接着回到起点继续游戏，直至所有”胜利奖章“被取完为止。

24、捉单不捉双玩法：幼儿在场地中四散跑动，当捉人的幼儿跑来时，就应与周围的同伴拉手或抱在一起。如拉手的同伴或抱在一起的同伴是双数时，”捉人“的幼儿应立即去捉别的同伴；当在一起的同伴是单数时，就算作被捉住，停玩一次游戏。

25、投沙包玩法：幼儿分组比赛，可同时五六个儿童一起投，投到5米线得一分，投到6米得二分，投到7米得三分，没有投到线的不得分，投到后把三次所得的分加在一起为总分。最后比赛谁得分最多谁为优胜者。

26、小动物找家玩法：小动物分为5组。每一组的小动物分别要模仿你头上戴的小动物的样子，再根据铃鼓节奏的快慢来完成走、钻火圈和踩高跷的动作，然后快速坐在自己的家中就算是最后的胜利者。

27、跳圈找颜色玩法：将幼儿分成人数相等的两组，分别站在各自的起跑线上。老师说”开始！红色！“两组的第一名幼儿手里拿着篮子开始跳圈跳向终点（可以单腿跳也可以双腿跳），然后在纸箱里选择带有老师指定颜色的玩具放到篮子里（玩具上只有有一种颜色符合就可以），带着篮子跑回起跑线。最先回来并且带回指定玩具多的小组获胜。

28、同心协力玩法：场地中有5个不同颜色的圆圈，每个圆圈都不是很大。游戏规则是每个圆圈中要站满5个小朋友，这5个小朋友除了脚以外，身体的其他部位不能着地，同时所有小朋友的脚必须踩在圆圈里面，身体可以露在外面。看哪个圆圈中的小朋友通过集体协作，能共同配合完成游戏。

29、大风和树叶玩法：幼儿扮演树叶，四散蹲在场地上，教师扮演大风。游戏开始，风说：”起风了“，并张开两臂绕幼儿走，小树叶站起来轻轻的跑。风又说：”大风刮起来了“，张开双臂发出”呼呼呼“的风声，幼儿开始快跑。风说：”风小了“，幼儿开始慢跑。重复几次。风说：”风停了“，幼儿蹲下。

30、爱护小树玩法：老师把小树放在圆的中间，因为风好大，小树快被吹倒了。所以我们先请一位小朋友站在圆内用手扶着小树。圈上的小朋友就要手拉手边走边念：”小树，小树，我们都爱护。“这时，扶树的小朋友可以随便叫一个小朋友的名字，比如：”XX，请你来护树。一、二、三！“说完就松开手，被叫到的小朋友就要马上跑上去扶住小树，两人交换位置。如果被叫的小朋友在叫他的小朋友到他位置前没扶到树，就是接着扶树。老师要看看，哪个小朋友反应最快，最注意。

31、把球踢出圈外玩法：在地上画一个圆圈，两个人进到圆圈内.其他的人站在圆圈外,连续不断地把球投进圆圈内。圆圈内的人则要迅速地把球踢出圆圈。如果留在圆圈内的球超过了三个，则圆圈外的一方获胜。也可以考虑其他适合的规则。

32、圆形场地内的足球游戏玩法：在一个大的圆形场地内，参加游戏的人分成两队，每队四五人争夺一个球。射门成功得一分。设置两个以上的球门玩起来也很有意思。

33、多人的射门玩法：分两队各自排成一列横排。在两队中间放上多个足球，根据信号向前跑，把球踢到对方一侧，踢过去多的一方为胜方。

34、接球游戏玩法：两人面对面站立，其中一个人把球抱在胸前，突然使球落下，另一个人要迅速把球接住而不要让球落地。待动作熟练后，可抱着两个球，突然落下其中一个球让对手去接。落球的一方还可以加进一些假动作以迷惑对手。

35、手递手传球玩法：采取与前面的”抢球游戏“时一样的身体姿势，做背对背、坐姿、卧姿等的传球游戏。此外，还可以进行传球接力跑的练习。

36、夹球接力跑玩法：游戏的人分成两队，不是进行普通的接力跑，而是用膝关节处夹球跳着跑。如果用手抱球或球落地均为犯规，要返回出发地重跑。为了夹球方便，不要使用过大的球。

37、捉老鼠玩法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。

玩法2：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。

38、好玩的红绸子玩法1：风儿与浪花孩子们一起把绸子提起来当作”小河“，听老师的口令”小风吹来了“，幼儿轻轻地抖绸子；”大风吹来了“，孩子们一起用力抖绸子；”狂风吹来了“，孩子们更加用力抖绸子；”龙卷风吹来了“，孩子们”一、二、三“一起用力把绸子抛起来，表示起浪花了。

玩法2：快乐的小鱼请部分幼儿抖动绸子作小河，部分幼儿扮演小鱼，从抖动的绸子上面、下面或抛起来的”浪花“下面快速跑过去。

玩法3：捕鱼绸子做渔网，两位老师扮演”捕鱼人“，分别抓住绸子的两端，从一边跑向另一边，幼儿扮演”小鱼“，当渔网到来的时候，幼儿要快速地躲过渔网(可从绸子下面跑过去，也可从绸子上面跳过去)，幼儿一旦被”渔网“拦住，表示”小鱼“被捕到，要到”鱼缸“里休息。

39、挑水玩法：①把九把小椅子摆成左右交错的两排。②幼儿用小棒挑着小水桶，在两排椅子上交错前进，从一端走向另一端。游戏可以反复进行。

40、滚铁环玩法：幼儿手持一根顶端有弯槽铁棍，推一直径一尺多的铁环向前飞跑，发出”哗唧哗唧“的声音，可以在场地宽阔的地方玩。比一比谁滚的时间最长谁就赢了。

41、踢毽子玩法：踢毽的方法，形式多样。形成了以盘踢、磕踢、拐踢、绷踢为主的四种基本踢法，并在此基础上形成了以接落、绕转、穿插、跳踢、头顶等相互关联的花样踢法。

42、捉”龙尾“玩法：游戏者中选一人当”龙头“，一人当捉”龙尾“者，其余幼儿一个接一个地拉住前一位的后衣摆接在”龙头“后面做”龙身“，最后一人当”龙尾“。”龙头“带着”龙身“左右移动跑，让”龙尾“躲避捉拿。注意”龙身“不要脱节。如”龙尾“被捉，要自动退下，倒数第二人自然成为”龙尾“。此游戏具体玩法与”老鹰捉小鸡“相似。

43、转陀螺玩法：先将鞭上的绳子缠在陀螺的上部，缠紧，随后用手按住，另一只手拿鞭子，用力拉绳，同时松开按陀螺的手，当陀螺在地上转了起来以后，再用鞭子顺着抽绳子的方向去抽打陀螺。随后幼儿开始进行打陀螺比赛。幼儿一起准备，听教师发出”开始“口令，一齐抽打陀螺，看谁的陀螺转得最久即获胜。

44、推小车玩法：三人猜拳决胜负，胜者先趴下做”车“，其余两人分别把胜者的小腿抬起，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。

45、挑花线玩法：两人一组，游戏者用一细绳套在双手手指上，勾挑出各种花样，常见花样有四层楼梯、花手巾、大轮船、锯子等。

46、拍纸方（甩纸泡）玩法：两人以上，每人各自拿相同数量的纸泡，各把一个纸泡放在地上，一方先用自己的的纸泡用力向对方的纸泡甩，如果被甩翻，就可赢得对方的纸泡，否则，就由另一方甩，游戏结束时纸泡多者赢。

47、斗鸡玩法：两人面对面站立，各把一条腿弯起来，用一只手抓住弯起来的脚，用另一条腿跳着去顶撞对方，使对方站立不稳，抓住脚的手松下来，但不可用手推，弯起的脚落下来为输者。也可多人分成两队，各自站在场地的一边，放一样东西作为宝物，抢到对方宝物的为胜。

48、抬轿子儿歌：吱呀吱呀动。七铬七格蓬，花轿抬新娘，噼里啪啦轰。

玩法：3人一组，2人当轿夫，1人当新娘。当轿夫的幼儿将右手握住自己的左手腕，再用左手握住对方的右手腕。蹲下，扮新娘的孩子分别将两只脚跨入两轿夫的双手臂之间，两只手分别搭在轿夫的肩上，”轿夫“立起，开始行走，大家一起边走边说儿歌。儿歌终止”新娘下轿“。换角色重新进行。

49、编花篮玩法：3-6人参加，参加者伸出右脚，勾住前人，形成一个编出的圈，一手搭住前面小朋友的肩膀，边念儿歌，边单脚往前跳，直至儿歌念完。

50、打水漂玩法：在小池塘边捡一些薄薄的小石片，往水面投掷过去，使小石片在水面向前跳跃几次，出现多个水花。

51、翻骨牌（抓七子）玩法：参加者轮流进行翻麻将的竞赛，每人经过下面几轮抛接与翻动的活动，才算完成一局。第一轮：抛出沙包，翻动一块骨牌，然后又迅速接住沙包，直至把全部骨牌翻成背朝上，最后抛出沙包，一把抓起七个骨牌，接住沙包。第二轮：在抛出沙包后把所有骨牌一一横着站起来，最后一把抓起。第三轮，在抛出沙包后把所有骨牌一一竖着站起来，最后一把抓起。

52、跳皮筋玩法：长橡皮筋一根，两头打结。游戏时三名幼儿用猜拳方式决定先后顺序，两头各站一人，把橡皮筋绷直，中间请赢的一名幼儿跳各种花样，跳错换下一个幼儿。

53、调龙灯儿歌：杨柳青，树苗绿。娘舅外甥调龙灯。调得慢，调得快，一调调到家门口。

玩法：2人相对站立，手拉手，边念儿歌，边向两边摆动。等儿歌念完后，2人一边手高举，同时身体钻过手臂翻转180度。接着举起另一边手，身体翻转另一个180度，可连续翻转多次，直至不能翻为止。

54、打张玩法：参加者手持竹竿当长呛，分成两方，躲在掩护体后面模仿打张，被对方”击中\"就退出比赛，哪一方的人先被打光，就算输。

55、官打捉贼玩法：四人一组，准备四张小纸条，上面分别写有四个人：县官、打手、捕快、坏蛋，四人每人摸一张纸条，自己看一下，不能说出自己的身份，捕快凭感觉在另外三人中捉出一个坏蛋，如果捉对，就由县官说打几下。如果捉错，就由县官让打手惩罚捕快。

56、拉绳游戏玩法：两人一组，每人拉住绳子的一投放在自己的腰间。双脚分开站立，出其不意的将绳子抽动，迫使对方移动双脚。如果对方双脚移动就算输。游戏重新开始。

57、背萝卜儿歌：背钉耙，翻萝卜，翻到一个红萝卜。背钉耙，锄萝卜，锄到一个白萝卜。

玩法：2人一组，背靠背站立，边念儿歌边向前弯腰，用臂力和背力背起对方。背时注意站稳脚跟，被背的人要双脚离地。

本文扩展阅读：合理适度的游戏允许人类在模拟环境下挑战和克服障碍，可以帮助人类开发智力、锻炼思维和反应能力、训练技能、培养规则意识等，大型网络游戏还可以培养战略战术意识和团队精神。

**第二篇：体育趣味游戏**

1、背对背夹球跑比赛规则：名同学为一参赛组(男女不限)2 人背对背家夹住篮球横向向前跑，途中如出现掉球现象，捡起球后从起点开始继续比赛，在比赛期间 2 人只可以用背部接触篮球，如发现用手托球等现象将作违例处理，长度为 50 米。

2、跳长绳比赛规则 （1）、以班级为单位参加比赛，每队 10 人，其中 2 人摇绳，其余 8 人跳绳，男、女比例不限。

（2）、两名同学摇绳，其余同学列队需从绳的一侧跳至另一侧，跳过的同学绕过长绳回到队伍末端排队，循环接替。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不记为通过，失误同学归到队末，比赛继续进行。

（3）、每次跳的人数不限（即可有两名或两名以上同学同时跳），但同时跳的同学中有任意一人失误，该跳所有人全部不记通过，并同时归到队末，比赛继续进行。

（4）、跳长绳比赛规定时间为 5 分钟，以成功跳过的人次（如一人跳过计一人次，两人同时跳过计两人次，以此类推）多少判定胜负。

（5）、参赛队队员列队跳过长绳的跑动轨迹和跳跃方式不限 3、赶猪比赛规则：一名同学在左右宽为 50 厘米的跑道上同用一木棍向前 推实心球，距离为 50 米，用时最少者为胜。推出跑道或中间

用手、脚接触球 即为犯规。

4、摸石过河比赛规则及奖项：

【参赛人数】每组比赛 4 名队员。

【比赛器材】过河砖

【比赛方法】比赛开始前，参赛队员站于起跑线后的第 1、2块河石上，手拿第 3 块河石。裁判发令后，队员依次将河石踩在脚下交替向前行进，赛程为 20 米 以参赛队员的任一脚踩在越过终点线所在垂直平面的河石上为计时停止，用时少者名次列前。

【比赛规则】

（1）比赛开始前，参赛队员必需立于起跑线后的河石上。

（2）比赛过程中，参赛队员不得越出其指定赛道；若有队员变道或阻碍其他 非本队队员将直接取消其比赛资格。

（3）比赛过程中，任何参赛队员被推或被迫脱离指定赛道，只要未获得实际 利益，可以继续保留其比赛资格。

（4）比赛过程中身体的任何部位不得直接触碰除河石之外的支撑物，否则视

为犯规。

（5）比赛过程中，队员每犯规一次，就在该队员最终用时中加上 3 秒；若有 队员在一轮比赛中累计犯规次数满五次，则直接取消其比赛资格。

4、协同作战:(2 人)

器械:足球

参赛者背对背，互相挽住对方的手臂，中间夹一足球，站在起跑线后。比赛开始，二人迅速侧身向前跑，绕过标志物跑回将球交给后面的队员，依次进行，以先跑完的队为胜。

规则:(1)不得松开手臂。(2)球若掉下必须拾起重新开始。

5、运球接力:(10 人)

器械:篮球

参赛队员分甲乙两组分别站在起终点线后成一路纵队，比赛开始甲组第一名队员运球至乙组将球交给乙组第一名队员，乙组第一名队员接球后迅速向甲组运球并将球交给甲组第二名队员，依次进行，以先完成的队为胜。

规则:(1)不得抱球跑。(2)不得扔球。

10、单足跳接力:(男、女各 5 人)

器械:接力棒

学生成一路纵队站立在起跳线后，距离起跳线 20 米处放

一标志物，教师发令后，排头用单脚连续跳，绕过标志物跳回，拍第二人的手，自己站到排尾。依次进行，以先跳完的队为胜。

11、快快跳起来:(男、女各 10 人)

器械:短绳

学生成一路纵队，前后一臂距离。比赛开始，第一与第二人各持短绳一端向排尾跑去，每个队员依次迅速跳起来，让绳从脚下通过。到排尾后，第一人留下，第二人跑回与第三人持绳跑向排尾。如此依次进行，以先跳完的队名次列前。

12、拍球比多:(男、女各 5 人)

器械:篮球 学生手持一球，比赛开始，学生原地运球，以单位时间内拍球次数判定名次。

17、定点投篮:

器械:篮球

每队五名队员，手持篮球站在罚球区罚球线后.，比赛开始，每人投 10 个球，最后以五人投中总数判定名次。

31、沙包投准:(男女各 5 人)

器械:沙包若干、塑料筐 I 个

在场地上画一半径 4-6 米的圆，学生每人持 5 个沙包站在圆上，圆心处放置一塑料筐。比赛开始，学生将沙包投向塑料筐，最后以投入沙包数量判定名次。

32,保龄球:(男女各 5 人)器械:篮球 10 个、塑料瓶若干(装

水)

在场地上画两条相距 10 米的平行线，一条做为投掷线，另一条为摆放瓶子的线。比赛开始，运动员持篮球滚向瓶子，最后以碰倒 瓶子的总和多少判定名次。

42、多足虫竞走:(男女各 8 人)

参赛队员成一路纵队蹲下,后面队员将双手放在前面队员的肩上。比赛开始，全队协同一致交替迈步向前，以排尾通过终点线为比赛结束，用时少的队为胜。

59、行路难:(男女各 6 人)

器械:体操棒

各队分成两组相距 15 米准备，排头将一体操棒放在两脚脚面上。比赛开始，用后脚跟着地向前行进，到对面将体操棒交给第一人，依次进行，每人跑一次，先跑完的队为胜。

64、大猩猩赛跑:(男女各 5 人)器械:软式排球

参赛队员成一路纵队，第一人用腹部加紧软式排球做好准备，比赛开始，由第一人开始向前跑出，绕过标志物跑回，将软式排球交 给第二人，依次进行，以先完成的队为胜。

69,青蛙跳接力:(男女各 8 人)器械:标志物 两人一组侧对前进方向，背对背全蹲，两人手臂相挽准备。发令后，两人协同向前跳出，以迎面接力的方式进行，用时最少的队为 胜。

规则:跳进中手臂不得分开 74,青蛙部队

器械:!呼啦圈两人一组，一人摆放呼啦圈，一人用立定跳远的方法向终点前进。发令后摆放呼啦圈的队员把手中的两个呼啦圈摆在起点线前，另 一队员从后圈跳进前圈，摆放呼啦圈的队员等跳的队员跳过后圈，立即将后圈拿起摆放为前圈，跳跃队员依次向前。到终点后互换 角色，再返回起点。比赛采用接力形式进行，先完成的队为胜。

**第三篇：幼儿园大班体育游戏：趣味篮球**

【活动目标】

1、幼儿在已有篮球技巧经验的基础上，学习进退拍球和高低交替运球技巧。

2、引导幼儿自主探索，交流进退拍球和交替运球的最佳方法。

3、幼儿能在运动中勇于面对困难，体验玩球的快乐。

【活动准备】

五号篮球幼儿人手1只；入场准备：四纵队。

【活动过程】

一、热身运动。

1、变队入场。

幼儿听口令四队变两队进入圆形热身场地。

2、玩游戏：找朋友。

3、听音乐热身（全美职业篮球季后音乐）和老师一起热身。

4、分组取篮球站四队，四队变两队对面做左右手定点高低拍球。

二、探索新的玩球技巧。

1、探索进退拍球

师：我们都能原地用左右手做高低拍球。可是，我们在看篮球对抗赛的时候，怎么没有发现队员们原地不动拍球呢？这是为什么？

小结：是的，原地不动的话球就容易被对方球员抢走。更投不到对方的篮筐里去。所以，我们的篮球要灵活的动起来。

2、教师示范进退排球

师：大家有没有仔细看我是怎么拍球的？

小结：这叫进退拍球。你自己先试一试。然后，把你拍球的方法讲给大家听。

幼儿交流进退拍球的方法后，教师做技巧指导：

前进拍的时候，用力点放在球的背面，轻轻往前推，球就会随着身体往前行。后退的时候，用力点放在球的正面，球就会随着身体往后退。

3、幼儿在练习中熟悉并掌握高低进退运球技巧。

4、中场动静调节：高抬腿绕球、地面绕八字

三、熟练运球技巧进行高低交替运球。

师：看，在我们的正前方有两条线，分别是红色和绿色和蓝色。下面我们分二组运球，到第一道红线时请你停下来做先低后高拍球各五下。到绿线时做进退拍球三次然后到对面站好。

（赶小猪到圆形场地）

师：老师要和你们玩一个小游戏，叫圆圈转转转，我和你一起走，你一遍拍球走一边看我，看到我停下蹲着吹哨，你就停下来做低拍，看到我停下站着吹哨你就停下来做高拍。我要转身，你就往相反的方向走，听我的哨声继续做动作，明白了吗？

四、放松活动，结束。

幼儿坐在圆上和老师一起放松手臂，脚腕和全身。

**第四篇：体育趣味游戏策划书**

热文推荐：《体育趣味游戏策划书》

一、活动目的：

为了丰富大学的业余生活，给大家一个体现团队精神及凝聚力的空间，在活动中让大家体验运动和游戏的趣味和快乐，从中学会团结，培养全体学生的集体荣誉感和竞争意识，打造一个我院同学相互交流，相互学习的平台，我院学生会组织开展以“友谊，从运动开始”的趣味体育游戏竞赛。通过这个活动，加深同学之间的友谊，构建团结友爱的校园气氛。

二、活动主题：友谊，从运动开始

三、活动对象：体育学院10级全体新生

四、活动时间：2024.10.30(拟定)

五、活动地点：田径场

六、组织机构: 体育学院

七、活动形式：

1.活动设计以宿舍团队为单位，活动项目男女咸宜;

2.活动具有全员参与性，宿舍人员都可参加;

3.活动流程具有较大的弹性和余地，即便参加者比较随意，活动亦可顺利进行;

4.活动形式轻松、快乐，注重沟通、交流、互动、融合;

5.活动场地要求不大，在院田径场就可进行;

6.老师、学长亦可踊跃参加，组成临时团队。

八、活动流程：

大赛筹备及宣传

前期：这是学生会的全面而细致的策划准备时期，我们将以天为单位进行海报为主的告知性宣传，并接受报名;再进行抽签分组，安排赛程。对裁判和工作人员做好培训、分工，并召开赛前个舍队长会议，赛前裁判工作会议。为比赛的一切事宜做好准“备。做到有备无患，防范突然事件。

中期：这是活动进行得如火如荼的时期，每一场，每一轮都会有更多的精彩。我们将认真地做好赛事进行时的各项组织工作，认真的布置赛场，维护比赛秩序，做好每轮比赛的赛果宣传，在每轮比赛后，做详细的工作总结。

后期：活动的收尾阶段，以决赛和颁奖仪式为重头戏，做到最大的宣传力度和影响力，使比赛绽放最绚丽的色彩。继续宣传攻势，做好攻坚的宣传工作。赛程结束，打扫活动场地卫生，做活动的总结，给比赛画上个圆满的句号。

宣传方式：

1、在学校各校区的布告栏冠以德州学院体育学院“友谊，从运动开始”标题，以大海报进行比赛活动的宣传。

2、对比赛场地精心布置，悬挂大块横幅和彩旗等，渲染活动气氛。

3、在校广播台、本部网站上进行活动的宣传报道，校学生会网站将放置广告，并对活动进行跟踪报道。

可行性分析：

通过这次“友谊，从运动开始”的活动，是体育学院全体10级新生都一起参与的活动，所以可以加强各个宿舍队伍的交流和沟通，给大家一个体现团队精神及凝聚力的空间，加深同学之间的友谊，构建团结友爱的校园气氛。(本次大赛预计招收30支队伍参赛，按胜负积分排名)

比赛时间：

8：30am—11：00am 14：30pm—17：00pm

活动项目：

1、齐心协力

规则：参赛两名选手背靠背夹着气球，在规定时间、场地及要求内越过路障到达终点，按时间给分。

2、搬运工

规则：参赛两名选手左右脚互绑，在规定时间及场地内拍打篮球到终点，按时间给分。

3、“瞎子背瘸子”

规则：参赛两名选手自选角色，在规定场地内完成规定要求，按时间给分。

4、赶猪跑

规则：一名参赛选手在规定比赛场地内手持木棍，在规定时间内将一篮球和一排球赶到终点，按时间给分。

5、吹泡泡

规则：一名参赛选手用指定道具吹出泡泡后用嘴将泡泡吹到5m外铁环中，按达到规定时间内完成个数多少给分。

6、行路难

规则：三名参赛选手进行接力比赛，第一名选手两脚并起来，在脚踝处放一接力棒，用脚跟行走进行接力，5m为一个单位，总长为20m，接力棒不能掉地下，每人有三次机会，在规定时间内到达终点，按完成时间先后给分。

7、一队造句

规则：第一次每队选出五人，每人写一字，这个队所有成员所写字连在一起连成一句话，就为成功，然后再依次增加队伍人数及句子长度，以13字句子为限，按所写句子个数给分。

8、倒着说

规则：由主持人随机挑选成语或者熟语进行提问，参赛成员将主持所说的成语或者熟语颠倒过来(主持人：万马奔腾——参赛人员：腾奔马万)，每人有5秒的考虑时间，在规定比赛时间内，按正确答案个数给分。

九、注意事项：

1、如遇到活动时间与中心活动相冲突，我们将做出相应的调整;

2、如遇活动期间天气的变化，我们将另行通知各部门或宿舍队伍负责人;

3、为保证活动正常举行，请所有参与人员与8点前到指定位置集合;

4、比赛时注意安全，由各部门或宿舍队伍负责人维护安全秩序。

十、活动效果：

推进各宿舍相互交流、相互勾通、相互融合，使同学间的互动了解达到前所未有的层面，增进了人与人之间的情感和友谊，促进10级全体新生“多宽容、多理解，多互动，多善行”的良好生活方式，打造和-谐校园。

十一、奖项设置：

一等奖1名4G优盘一个;二等奖1名2G内存卡一张;三等奖1名洗发水一瓶;参与奖每队扑克一副。

十二、经费预算：气球3包30￥ 4G优盘一个50￥ 2G内存卡一张30￥ 洗发水一瓶20￥ 扑克27副27￥ 合计157

查阅更多相关策划书范文，请点击：http://feisuxs/cehuashu/

**第五篇：幼儿园大班趣味体育游戏57个**

幼儿园大班趣味体育游戏57个

1、捉尾巴

玩法：幼儿两人一组，各自在后腰带上系上彩绳当尾巴。游戏开始，四散跑开，每一对幼儿要想办法捉对方的尾巴，同时你要保护自己的尾巴。抓到对方尾巴者为胜。（只能在圆圈内跑，抓到后快速回到老师处）提出要求后，与幼儿共同游戏。游戏结束后教师针对情况，及时表扬鼓励。

2、帮熊伯伯运东西

玩法：将幼儿分成三组，首先要走过一座独木桥，然后跳过房子，在小心的走过小路，最后拿起绳子，双脚踩绳向前跳过小河，运上东西后跳绳返回，放入小篮内，拍第二个小朋友的手，游戏以此进行，在规定的时间内运回最多的胜利。

3、小树苗快快长

玩法：幼儿分别拿着太阳、水珠图片、站在起点线上，家长戴着树苗头饰蹲在终点线上。游戏开始，幼儿读“我是水珠和太阳，能帮树苗快快长”之后向前跑，跑过场地的中间的曲线，到达终点的树苗的后面把手中的卡片举起，家长马上站立表示树苗长大了，以最快者为胜。

4、勇敢小动物

玩法：将幼儿分成人数相等的2路纵队，老师发令后，各队第1名幼儿蹬滑跑冰车钻过“山洞”、到达“浮桥”。上桥救起1个小动物，并带着小动物踩脚踏车原路返回，第2名幼儿再出发。在规定时间内比哪一队救到的小动物数量多为胜队。

5、捕蛇

玩法：一个小朋友尾长绳当蛇，其余的小朋友要争取踩住绳子“捕”到“蛇”，要是被绳子碰着了就算是被“蛇”咬了。

6、赶小猪

准备：钻圈9个、羽毛球拍3个、小皮球3个、折返标志3个

玩法：将幼儿分成三组，于起跑线后作好准备。游戏开始，三名幼儿沿各自跑道起跑，沿途套圈三个，用羽毛球拍赶动皮球向前行进，至折返标志处返回至起点，以先返回者为胜。

规则：

1、套圈时，要求将圈从头套至脚下。

2、赶小猪时，手不能碰球，球不能离拍。

7、采果子

准备：圈18个、长绳1根、筐6个、小皮球12个

玩法：将幼儿分成三队，于起跑线后作好准备。游戏开始，每队排头的幼儿双脚跳过圆圈奔跑，俯身钻过由长绳拉成的障碍，跑至终点的筐中取一球沿途返回起点，将球放进筐中，第二名幼儿继续取球、放球，依次进行，先将全部球运回者为胜。

规则：

1、跳圈时脚不能碰圈。

2、前一名幼儿取球返回放球入筐后，后一名幼儿方可进行。

8、协作寻宝

准备：大积木6块、小凳15个、小筐3个、小积木若干

玩法：每次游戏分成三组，每组由一名家长与一名幼儿组成，游戏开始幼儿用两块大积木分别搭桥，家长双脚踩在积木上，以过河的方式前进至小凳搭成的桥处，两人过完桥后，家长捡积木，幼儿跑至终点拿筐，将积木全部装进筐中，两人一起跑回起点，先到者为胜。

规则：

1、过河时家长必须踩在积木上前进，双脚不能着地；

2、过桥时必须踩在凳子前进，脚不能着地；

3、两人须同时返回

9、采蘑菇

准备：圈15个、环15个、长条积木3块

玩法：三名幼儿于起跑线准备，游戏开始，双脚跳圈沿途捡拾5个环，行进至积木处将环套进积木，跑回起点，先返回者为胜。

规则：

1、跳圈时脚不能碰圈。

2、捡环时环不能掉在地上。

10、运西瓜

准备：塑料棍2根、皮球2个、筐2个

玩法：幼儿分成两大组，两人组合抬筐站于起跑线，游戏开始，每组排头一对装球跑出至终点处再返回，将筐交于下一对幼儿继续进行，先完成者为胜。

11、探宝

准备：长条凳3根、篮球3个、大圈3个

玩法：一名家长与幼儿于起跑线处准备，游戏开始，幼儿上独木桥，家长牵其手协助过桥，跑至山洞（大圈）处，两人前后跨钻山洞，幼儿取过篮球交于家长，家长拍球跑，幼儿紧随其后跑回起点，两人必须同时到达，先到者为胜。

规则：

1、幼儿过桥时脚不能着地。

2、跨钻山洞不能碰圈。

3、返回时两人必须同时到达。

12、冲出火海

儿歌：楼房里、起大火，火焰熊熊烟雾多。小朋友、别慌张，动动脑筋冲出来。

玩法：火灾警报响起，幼儿念儿歌，念完后，排头第一个小朋友将毛巾放进桶里“弄湿”，将水桶翻倒“淋湿全身，一手用毛巾捂住鼻子，低下身体先绕跑过 “浓烟区”、钻爬过 “火区”、然后横躺在“沙地” 滚动将身上的“火苗”熄灭，最后跑到“电话亭”拨“119”报警。后面的小朋友依次进行。

13、滚轮胎搭房子

玩法：幼儿分成两组，每名幼儿手持一个轮胎，教师发出指令，排头幼儿开始滚轮胎，到达目的地时把轮胎放好，按原路返回拍第二名幼儿的手。第二名幼儿接着滚轮胎，到达目的地把轮胎搭好返回拍第三名幼儿的手，直至全部完成，最后评出搭的最快的一组和房子搭的最好的一组。分别发给奖牌。

14、给娃娃打领结

玩法：幼儿分成人数相等的四队，各队第一名幼儿手拿领结站在起点线后，游戏开始，教师指令，各队第一名幼儿迅速向前跑，给娃娃系好领结后跑回起跑线，并拍第二个幼儿的手，跑去给娃娃系领带，哪队幼儿先系完跑回起跑线，哪队就胜利。

15、捉尾巴

玩法：准备彩绳若干条，在场地上画出四散跑的范围。幼儿两人一对，各自在后腰上系上彩绳当尾巴。游戏开始，四散跑开，每一对幼儿要想办法捉对方的“尾巴”，同时要保护好自己的“尾巴”，抓到对方“尾巴”为胜。

16、彩绳跳

玩法：每人一根一米长的短绳，两手拉紧绳子的两端，双脚踩在绳子的中间部位，两手拉紧绳子，双脚用力向前跳。

17、小猴摘桃

玩法：幼儿分四队站在起跑线后，游戏开始，教师发出信号，各队第一个幼儿向前跑去，两手两膝着地爬过山洞，跑到横竿下，双脚向上跳起摘一个桃子，转身直接跑回，将桃子放进小篮拍第二个幼儿的手，站到队尾，依次进行，最后以先摘完桃子的队为胜。

18、猫捉老鼠

玩法：今天来了一只特别爱吃偷水果的小老鼠，（有老师带头饰扮演）小朋友们就是它爱吃的水果宝贝，小老鼠一个个点小朋友的头一边大声用英语说出水果的名称，若干个后老鼠指定一个小朋友做猫，并大声念出“cat”后马上就跑，而被指定为猫的小朋友就要起身去抓他，如果在老鼠跑回原位前仍未捉到，就要由他来当老鼠进行游戏，如果老鼠在回位置前被捉到游戏就要继续进行。

19、移动的墙

玩法：1.快跑——汽车启动、加油门，加速开得快（移动第一次）；慢跑——汽车减速开得慢（移动地第两次）；下蹲跑——汽车下坡（移动第三次）；起踵跑——汽车上坡（移动第四次）幼儿行进跑的过程配上相应的音乐，增强游戏的气氛；2.移动第一次后，将隐藏在每个停靠站的喜洋洋图片，以游戏的口吻坐上每辆公共汽车，图片贴在每一队排头小朋友的身上。

20、渔夫捕鱼

玩法：先指定一幼儿为渔夫，教师带幼儿念儿歌《鱼儿游呀游》，当教师回答到“X人来变幼儿游”时，幼儿根据回答中的人数迅速合作，即兴由一幼儿当鱼头，后面的幼儿一一用绳子套住前面一幼儿的腰，两手拿住绳子的末端跟着“鱼头”游。待幼儿随机组合完毕，此时渔夫可去抓任意一条鱼的“鱼头”，当“鱼头”被抓住或“鱼身”散掉就算被捕住，当鱼被逼离出海面，即到沙滩也算被捕住。以最后剩下的一队为优胜队，可由优胜队的幼儿推选出一幼儿当“渔夫”，游戏重新开始。

附儿歌：鱼儿游呀游

师：小小鱼儿游呀游，在哪游？

幼：在这游。几人来变鱼儿游？

师：X（一般为2—5人）人来变鱼儿游。

21、过“桥”游戏

玩法：让幼儿自我选择从纵向放置的一个长凳、两个并排的长凳、两个并排但左右分开的长凳上用各种方法走过“桥”。然后从一旁的塑料弧形积木拼成的“弯曲桥”上走回来。

22、电羊

玩法：教师请小朋友扮小山羊，这当中有老师事先指定的几名“电羊”。小羊在场地上一边玩耍，一边念儿歌：“头上两只角，身上长白毛。爱吃青青草，咩！我是小山羊。”另选一幼儿扮大灰狼，背对“羊群”站立。儿歌念完，“大灰狼”转身喊：“我来吃羊啦！”即追逐“羊群”，“羊群”四散跑开。如果大灰狼捉住了“小山羊”，就可把“小山羊”带出场外。如果“大灰狼”抓住电羊，电羊就发出“的铃铃”的声音，“大灰狼”触电，站着不能动。千万注意，不能让“大灰狼”和其它“小山羊”知道谁是电羊。

23、小熊斗怪兽

玩法：每个幼儿手执“炸弹”，自由通过各种“桥”，跑到“怪兽”区进行投击。当击中5个“怪兽”后，从奖励台上领取一枚“胜利奖章”，接着回到起点继续游戏，直至所有“胜利奖章”被取完为止。

24、捉单不捉双

玩法：幼儿在场地中四散跑动，当捉人的幼儿跑来时，就应与周围的同伴拉手或抱在一起。如拉手的同伴或抱在一起的同伴是双数时，“捉人”的幼儿应立即去捉别的同伴；当在一起的同伴是单数时，就算作被捉住，停玩一次游戏。

25、投沙包

玩法：幼儿分组比赛，可同时五六个儿童一起投，投到5米线得一分，投到6米得二分，投到7米得三分，没有投到线的不得分，投到后把三次所得的分加在一起为总分。最后比赛谁得分最多谁为优胜者。

26、小动物找家

玩法：小动物分为5组。每一组的小动物分别要模仿你头上戴的小动物的样子，再根据铃鼓节奏的快慢来完成走、钻火圈和踩高跷的动作，然后快速坐在自己的家中就算是最后的胜利者。

27、跳圈找颜色

玩法：将幼儿分成人数相等的两组，分别站在各自的起跑线上。老师说“开始！红色！”两组的第一名幼儿手里拿着篮子开始跳圈跳向终点（可以单腿跳也可以双腿跳），然后在纸箱里选择带有老师指定颜色的玩具放到篮子里（玩具上只有有一种颜色符合就可以），带着篮子跑回起跑线。最先回来并且带回指定玩具多的小组获胜。

28、同心协力

玩法：场地中有5个不同颜色的圆圈，每个圆圈都不是很大。游戏规则是每个圆圈中要站满5个小朋友，这5个小朋友除了脚以外，身体的其他部位不能着地，同时所有小朋友的脚必须踩在圆圈里面，身体可以露在外面。看哪个圆圈中的小朋友通过集体协作，能共同配合完成游戏。

29、大风和树叶

玩法：幼儿扮演树叶，四散蹲在场地上，教师扮演大风。游戏开始，风说：“起风了”，并张开两臂绕幼儿走，小树叶站起来轻轻的跑。风又说：“大风刮起来了”，张开双臂发出“呼呼呼”的风声，幼儿开始快跑。风说：“风小了”，幼儿开始慢跑。重复几次。风说：“风停了”，幼儿蹲下。

30、爱护小树

玩法：老师把小树放在圆的中间，因为风好大，小树快被吹倒了。所以我们先请一位小朋友站在圆内用手扶着小树。圈上的小朋友就要手拉手边走边念：“小树，小树，我们都爱护。”这时，扶树的小朋友可以随便叫一个小朋友的名字，比如：“XX，请你来护树。一、二、三！”说完就松开手，被叫到的小朋友就要马上跑上去扶住小树，两人交换位置。如果被叫的小朋友在叫他的小朋友到他位置前没扶到树，就是接着扶树。老师要看看，哪个小朋友反应最快，最注意。

31、把球踢出圈外

玩法：在地上画一个圆圈，两个人进到圆圈内.其他的人站在圆圈外,连续不断地把球投进圆圈内。圆圈内的人则要迅速地把球踢出圆圈。如果留在圆圈内的球超过了三个，则圆圈外的一方获胜。也可以考虑其他适合的规则。

32、圆形场地内的足球游戏

玩法：在一个大的圆形场地内，参加游戏的人分成两队，每队四五人争夺一个球。射门成功得一分。设置两个以上的球门玩起来也很有意思。

33、多人的射门

玩法：分两队各自排成一列横排。在两队中间放上多个足球，根据信号向前跑，把球踢到对方一侧，踢过去多的一方为胜方。

34、接球游戏

玩法：两人面对面站立，其中一个人把球抱在胸前，突然使球落下，另一个人要迅速把球接住而不要让球落地。待动作熟练后，可抱着两个球，突然落下其中一个球让对手去接。落球的一方还可以加进一些假动作以迷惑对手。

35、手递手传球

玩法：采取与前面的“抢球游戏”时一样的身体姿势，做背对背、坐姿、卧姿等的传球游戏。此外，还可以进行传球接力跑的练习。

36、夹球接力跑

玩法：游戏的人分成两队，不是进行普通的接力跑，而是用膝关节处夹球跳着跑。如果用手抱球或球落地均为犯规，要返回出发地重跑。为了夹球方便，不要使用过大的球。

37、捉老鼠

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。

玩法2：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。

38、好玩的红绸子

玩法1：风儿与浪花

孩子们一起把绸子提起来当作“小河”，听老师的口令“小风吹来了”，幼儿轻轻地抖绸子；“大风吹来了”，孩子们一起用力抖绸子；“狂风吹来了”，孩子们更加用力抖绸子；“龙卷风吹来了”，孩子们“一、二、三”一起用力把绸子抛起来，表示起浪花了。

玩法2：快乐的小鱼

请部分幼儿抖动绸子作小河，部分幼儿扮演小鱼，从抖动的绸子上面、下面或抛起来的“浪花”下面快速跑过去。

玩法3：捕鱼

绸子做渔网，两位老师扮演“捕鱼人”，分别抓住绸子的两端，从一边跑向另一边，幼儿扮演“小鱼”，当渔网到来的时候，幼儿要快速地躲过渔网(可从绸子下面跑过去，也可从绸子上面跳过去)，幼儿一旦被“渔网”拦住，表示“小鱼”被捕到，要到“鱼缸”里休息。

39、挑水

玩法：①把九把小椅子摆成左右交错的两排。②幼儿用小棒挑着小水桶，在两排椅子上交错前进，从一端走向另一端。游戏可以反复进行。

40、滚铁环

玩法：幼儿手持一根顶端有弯槽铁棍，推一直径一尺多的铁环向前飞跑，发出“哗唧哗唧”的声音，可以在场地宽阔的地方玩。比一比谁滚的时间最长谁就赢了。

41、踢毽子

玩法：踢毽的方法，形式多样。形成了以盘踢、磕踢、拐踢、绷踢为主的四种基本踢法，并在此基础上形成了以接落、绕转、穿插、跳踢、头顶等相互关联的花样踢法。

42、捉“龙尾”

玩法：游戏者中选一人当“龙头”，一人当捉“龙尾”者，其余幼儿一个接一个地拉住前一位的后衣摆接在“龙头”后面做“龙身”，最后一人当“龙尾”。“龙头”带着“龙身”左右移动跑，让“龙尾”躲避捉拿。注意“龙身”不要脱节。如“龙尾”被捉，要自动退下，倒数第二人自然成为“龙尾”。此游戏具体玩法与“老鹰捉小鸡”相似。

43、转陀螺

玩法：先将鞭上的绳子缠在陀螺的上部，缠紧，随后用手按住，另一只手拿鞭子，用力拉绳，同时松开按陀螺的手，当陀螺在地上转了起来以后，再用鞭子顺着抽绳子的方向去抽打陀螺。随后幼儿开始进行打陀螺比赛。幼儿一起准备，听教师发出“开始”口令，一齐抽打陀螺，看谁的陀螺转得最久即获胜。

44、推小车

玩法：三人猜拳决胜负，胜者先趴下做“车”，其余两人分别把胜者的小腿抬起，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。

45、挑花线

玩法：两人一组，游戏者用一细绳套在双手手指上，勾挑出各种花样，常见花样有四层楼梯、花手巾、大轮船、锯子等。

46、拍纸方（甩纸泡）

玩法：两人以上，每人各自拿相同数量的纸泡，各把一个纸泡放在地上，一方先用自己的的纸泡用力向对方的纸泡甩，如果被甩翻，就可赢得对方的纸泡，否则，就由另一方甩，游戏结束时纸泡多者赢。

47、斗鸡

玩法：两人面对面站立，各把一条腿弯起来，用一只手抓住弯起来的脚，用另一条腿跳着去顶撞对方，使对方站立不稳，抓住脚的手松下来，但

不可用手推，弯起的脚落下来为输者。也可多人分成两队，各自站在场地的一边，放一样东西作为宝物，抢到对方宝物的为胜。

48、抬轿子

儿歌：吱呀吱呀动。七铬七格蓬，花轿抬新娘，噼里啪啦轰。玩法：3人一组，2人当轿夫，1人当新娘。当轿夫的幼儿将右手握住自己的左手腕，再用左手握住对方的右手腕。蹲下，扮新娘的孩子分别将两只脚跨入两轿夫的双手臂之间，两只手分别搭在轿夫的肩上，“轿夫”立起，开始行走，大家一起边走边说儿歌。儿歌终止“新娘下轿”。换角色重新进行。

49、编花篮

玩法：3-6人参加，参加者伸出右脚，勾住前人，形成一个编出的圈，一手搭住前面小朋友的肩膀，边念儿歌，边单脚往前跳，直至儿歌念完。

50、打水漂

玩法：在小池塘边捡一些薄薄的小石片，往水面投掷过去，使小石片在水面向前跳跃几次，出现多个水花。

51、翻骨牌（抓七子）

玩法：参加者轮流进行翻麻将的竞赛，每人经过下面几轮抛接与翻动的活动，才算完成一局。第一轮：抛出沙包，翻动一块骨牌，然后又迅速接住沙包，直至把全部骨牌翻成背朝上，最后抛出沙包，一把抓起七个骨牌，接住沙包。第二轮：在抛出沙包后把所有骨牌一一横着站起来，最后一把抓起。第三轮，在抛出沙包后把所有骨牌一一竖着站起来，最后一把抓起。

52、跳皮筋

玩法：长橡皮筋一根，两头打结。游戏时三名幼儿用猜拳方式决定先后顺序，两头各站一人，把橡皮筋绷直，中间请赢的一名幼儿跳各种花样，跳错换下一个幼儿。

53、调龙灯

儿歌：杨柳青，树苗绿。娘舅外甥调龙灯。调得慢，调得快，一调调到家门口。

玩法：2人相对站立，手拉手，边念儿歌，边向两边摆动。等儿歌念完后，2人一边手高举，同时身体钻过手臂翻转180度。接着举起另一边手，身体翻转另一个180度，可连续翻转多次，直至不能翻为止。

54、打张

玩法：参加者手持竹竿当长呛，分成两方，躲在掩护体后面模仿打张，被对方“击中”就退出比赛，哪一方的人先被打光，就算输。

55、官打捉贼

玩法：四人一组，准备四张小纸条，上面分别写有四个人：县官、打手、捕快、坏蛋，四人每人摸一张纸条，自己看一下，不能说出自己的身份，捕快凭感觉在另外三人中捉出一个坏蛋，如果捉对，就由县官说打几下。如果捉错，就由县官让打手惩罚捕快。

56、拉绳游戏

玩法：两人一组，每人拉住绳子的一投放在自己的腰间。双脚分开站立，出其不意的将绳子抽动，迫使对方移动双脚。如果对方双脚移动就算输。游戏重新开始。

57、背萝卜

儿歌：背钉耙，翻萝卜，翻到一个红萝卜。背钉耙，锄萝卜，锄到一个白萝卜。

玩法：2人一组，背靠背站立，边念儿歌边向前弯腰，用臂力和背力背起对方。背时注意站稳脚跟，被背的人要双脚离地。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找