# 最新亲子运动会的活动方案(4篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-06-11

*方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。亲子运动会的活动方案篇一1.积极邀请家长来园参加亲...*

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

**亲子运动会的活动方案篇一**

1.积极邀请家长来园参加亲子活动。

2.准备游戏需要的材料。

3.布置活动场地。

4.奖品。

活动时间：xx年xx月29日上午8点半

活动主题：我运动我健康我快乐

活动流程：

1、以班级为方队入场

2、集体韵律操表演

3、园长致开幕词

4、运动员退场

5、亲子运动会比赛

6、为幼儿及家长颁奖

比赛程序：

一、 拍皮球

准备：皮球若干

玩法、规则：参赛选手听到哨声同时拍球，如果拍球过程中球拍掉下来，马上退出比赛，坚持到最后的五名选手均获奖。

二、 接力运球

准备：皮球若干

玩法、规则：参赛家长以班级为单位，看哪队能最先运完球，最先运完的班级就获胜，取一二三等奖。

三、 两人三足

准备：布绳若干

玩法、规则：每个班级四个家庭协作接力完成，幼儿家长结伴，用绳子将靠近的两腿绑在一起，注意一定要击掌另一家庭才能开始走，最先结束的班级获胜。

四、 投篮

准备：海洋球若干，塑料篓6个。

玩法、规则：相同人数的队员每人站在规定的红线后投10个海洋球，家长站在一定距离外相对应的红线后手持篓子接球，以接到球数多的家庭获胜。

五、 跑步

准备：赛道，彩绳

玩法、规则：每六人一组比赛，听到哨声才能起跑，抢跑不能超过三次，否则算犯规退出比赛。

**亲子运动会的活动方案篇二**

二、活动时间：12月xx日~xx日

三、活动地点：幼儿园操场

四：主持人：沈x

五：活动主题：大手牵小手，一起来运动

活动内容：20xx年冬季亲子运动会

六：活动过程简要程序记录：

20xx年冬季亲子运动会活动方案

一、 活动构思：

本次活动围绕“大手牵小手，一起来运动”为主题，为孩子和家长创造一个亲子合作体育游戏的机会，培养孩子们积极向上、勇于克服困难夺得胜利的体育精神，让孩子们在游戏中锻炼，在锻炼中成长！促进孩子与家长、家长与幼儿园之间的交流与沟通。

二、活动目标：

1、通过活动让幼儿体验运动的快乐，培养幼儿活泼开朗的个性，增进亲子之情。

2、在活动中，培养幼儿自信、大胆、团结合作、勇于克服困难的品质。

3、通过形式多样的亲子游戏，增强家长与孩子之间的情感交流，更好地促进家园双沟通。

三、活动时间：

小班12月1日上午9：00，中大班和小小班12月2日上午午9：00。（9：00准时听音乐进场开幕式，各班提前做好准备。小小班周五上午参加走队，其余班级周四、周五都参加走队。）

四、活动主题：“大手牵小手，一起来运动”

五、活动场地：幼儿园操场

六、活动准备：

1、各班提前发放通知，请家长了解自己和孩子参与的运动项目，知道需要配合的事宜。（附后）

2、游戏中所需物品材料由各运动项目组负责准备。

3、各班要提前将游戏项目制定到人，指导家长和孩子熟悉游戏方法，提醒家长与孩子要遵守游戏规则。

4、游戏场地布置（大横幅：2024年城南幼儿园首届冬季亲子运动会和：大手拉小手，一起来运动。）；座位安排：操场南侧由东向西，周四上午大一、中一、中二、小一、小二、小三、小四；周五上午大一、中一、中二、小一、小二、小三、小四、宝宝、贝贝。

5、各班级要进行进退场的演练，确保活动的有序开展，保证幼儿安全；（按秩序从东楼梯口出场。中大班家长方阵在各自班级后面，小班和小小班家长均牵着孩子走方阵。）

6、各班茶水供应要保证孩子运动会结束后有温水喝；

7、两个上午均有舞蹈队热身助力；

8、运动员进行曲；

9、国旗；

10、小椅子上午7：40保育教师按要求摆放到操场指定处。用好后请各班家长将椅子带回自己教室；

11、班牌明天上午请各班保育老师到单主任处领取放到班级，开始练习；

12、国旗手四名（大班）

13、比赛结果公示牌；

14、家长签到表；

15、小车、轮胎、体操垫、布、交通标识

七、活动流程：

（一）家长入园签到，到各班主任处报到。

（二）播放出场音乐，教师组织幼儿及家长到指定地点。播放进行曲，开幕式走场至操场中间所有班级面朝北。

（三）主持人宣布活动开始：

尊敬的各位家长朋友，亲爱的小朋友们：大家好！

（四）周四上午小班的游戏项目

游戏一：小小领路人

准备材料：蒙眼布条每班8根。

参赛人数：每班8对亲子为一组，一轮两组，玩两轮。（小一对小二，小三对小四）

玩法：家长蒙住双眼，由孩子牵引绕过障碍物到达终点后拿掉布条再和孩子跑回起点，跟下一位家长击掌，下一位家长与孩子出发，快者胜。

游戏二：快乐爬，过山洞

参赛人数：每班10对亲子为一组，一轮两组，玩两轮。（小一对小二，小三对小四）

玩法：家长身体靠在一起站成一排，弯下腰用身体为幼儿搭建一个“山洞”，幼儿依次从“山洞”下钻过。接着幼儿从家长的后背上依次爬过。最先过完为胜。

游戏三：抱娃拍球

准备：各班准备皮球一只。

参赛人数：每班8对亲子为一组，一轮两组，玩两轮。（小一对小二，小三对小四）

玩法：孩子在家长胸前双手抱住家长脖子，双脚勾住家长腰，家长左手抱着孩子，右手拍球，从起点到终点绕过障碍再拍到起点交给下一位家长和孩子，快者胜。

游戏四：过小河

准备材料：垫子每班两块

参赛人数：每班8对亲子为一组，一轮两组，玩两轮。

玩法：家长和幼儿都站在起点，家长拿“石头”交替往前，幼儿紧跟其后一起踩在“石头”上，到达终点后两人拎好“石头”跑到起点交给下一家长和幼儿。快者胜。

**亲子运动会的活动方案篇三**

活动时间：

xx年11月24日 早上9：00

活动地点：

幼儿园操场

活动准备：

1、集体讨论活动的有关事项，拟订此方案。

2、发布《大班亲子活动宣传》，统计参与活动人数，主题横幅等。

3、教师准备相应的活动器材和场地布置。

4、图章、参赛纸。

活动对象：

大班幼儿及家长。

活动目标：

1、通过活动，让家长在重温民间体育游戏的同时和幼儿一起体验亲子运动的快乐。

2、在活动中培养孩子的集体意识和竞赛意识。

3、通过活动让家园的距离更近，更好地进行家园的沟通和情感交流。

活动过程：

一、运动员入场

二、升旗仪式

三、运动员热身（广播操）

四、集体比赛项目活动形式：

1、以班级集体为单位进行运动比赛。

1）拔河比赛，每班选取8位家长参加比赛，两个两个班进行比赛；

2）跳绳比赛，每班选取4位家长进行比，最后4位获胜者进行比赛。

五、分场地依次进行个人比赛项目

（一）活动形式：

1、以家庭为单位进行亲子游戏比赛

2、每一项比赛分若干组，每组决出第一、二、三名，到裁判处领取贴纸。

（二）具体项目：

一、集体项目

1、跳绳比赛：每班各请4位家长参赛，每人跳绳30秒钟，最后累加个数最多的班级为胜。并选出每班跳的最多的家长进行比赛，决出最后获胜者。

2、拔河比赛：每班各请8位家长参赛，两两班级之间参加比赛，决出最后获胜班级。

二、个人项目

一）运动场西面（平时运动的玩车区）

a、螃蟹走路：家长和孩子背对背坐在滑板车上，双脚用力前进，先到终点为胜。

b、运水果：孩子坐在扭扭车绕过障碍前进，到终点后孩子下来数5个水果装进扭扭车运回来。

二）运动场东面（平时运动的玩球区）

c、家庭投篮：家长将篮筐背在胸前，孩子站在规定的线后投篮，规定时间内投进最多的为胜。

d、点球大赛：家长和幼儿分别在射球点上各射门五次，进球个数多的为胜。

三）大二班门前场地（平时运动的跳跃区）

e、抬花轿：两个家长一个孩子三人为一组，家长抬花轿幼儿坐轿子，拿到娃娃后返回原点，先到者为胜。

f、两人三足：家长和孩子两个脚绑在一起，共同前进，绕过椅子返回起点，先到为胜。

四）塑胶场地中间（平时运动的平衡钻爬区）

g、踩高跷：脚踩高跷往前走，到达终点后走回，先到者为胜。（家长站在对面，当幼儿踩着高跷过来时，家长给幼儿身上的篮筐里装4个沙包，看最终谁先到终点。）

五、幼儿根据自己得到贴纸的个数去领取奖品。

**亲子运动会的活动方案篇四**

秋高气爽，最适合户外活动了。亲子活动一直也是老师们比较头疼的问题，今天，小编带来亲子活动方案和项目，快带家长和孩子玩起来！

一、设计意图

在运动会活动中，通过设计好玩有趣的亲子体育运动项目，让全园亲子共同参与开幕式入场队列的练习和表演，在运动项目的练习和竞争中，感受运动的快乐，激发幼儿积极参加体育运动的兴趣，促进幼儿身体动作的发展。

二、活动总目标

1、发展跑、跨、钻、平衡、运球等动作，促进身体的协调性、灵活性，培养坚持到底的意志品质。

2、激发参与亲子运动会的兴趣，感受和父母一同运动的快乐。

三、活动准备

（一）组织工作

1、向全园家长和幼儿发出活动倡议。

2、各年龄阶段教师商定适合本年龄段幼儿年龄特点的运动项目。

3、组织亲子报名工作。

4、各班组织做好运动会开幕式运动员方阵进场的队列练习。

5、做好运动会上的人员分工。

（二）经验准备

幼儿和家长事先了解各项目的玩法，在家中或晨区体育活动中进行练习。

（三）物质准备

1、活动倡议书，海报，运动场布置，活动横幅，环境创设等。

2、各运动项目所需的用品。

四、活动过程

开幕式

1、主持人致开幕词。

2、开场舞表演。

3、运动员进场。

4、升旗仪式。（可邀请当地的武警战士为孩子们升旗。）

5、师生齐唱园歌。

6、园长讲话。

7、小小运动员代表发言。

8、家长代表讲话。

9、运动员退场。

10、幼儿团体操表演。

亲子运动会比赛项目

1、小班亲子运动项目

背背乐：幼儿听信号从起点出发，爬过一片“草地”，跨过两个“小坑”，爬上家长的背，由家长背着跑回家。

探宝：幼儿听到指令后，钻过（侧身钻）“山洞”，走过斜坡桥，从百宝箱中找到红色的小球，家长背着孩子爬过“草地”，到达重点。

亲子过“河”：幼儿和家长脚穿鞋子，各自手拿一张报纸，站在报纸上，听到信号后，亲子一同交替用手上的报纸铺路，并依次踩着小路（报纸）往前，到椅子处由家长背着孩子往回跑。

大脚和小脚：幼儿双脚踩在家长双脚上，家长双手拉着幼儿的手站在起点线上，听到信号后，迅速往终点走去。

2、中班亲子运动项目

“小狗运粮食”：“小狗”（幼儿）听到信号，推着载有1袋“粮食”的推车，绕过障碍到达家长处，由家长将“粮食”装进小桶，走过“梅花桩小桥”，送到“小狗”的“家”。

“小猫运球”：“小猫”（幼儿）听到信号后，用羽毛球拍赶球到家长处，与家长一同把皮球放到方布中间，两人一起用方布兜球，钻过“山洞”，走过“小桥”，运到终点，最快的一对为胜。

帮小动物盖房子：幼儿听到指令后，跑到放积木处，抱起积木，跨过“小山”（由两个软垫三角撑起），走过“小桥”，将积木交给家长再回头运积木。家长将幼儿送来的积木按图案拼好房子造型。

3、大班亲子运动项目

走“大鞋”：亲子事先两两穿好“大鞋”，听到信号后，在指定的跑道内两人一起往前走至终点。

滚圈套圈：幼儿每次带一个圈，滚到家长处，并将圈交给家长，由家长投掷圈，看谁先投中。

亲子接力：幼儿听到信号后，走高跷绕着障碍物走s形，到达家长处，家长运球继续走s形障碍物到终点。

瓶球接力：每对亲子十个海洋球，先由幼儿用瓶底顶着海洋球，走到家长处，将球传给家长，再由家长用瓶底顶球送到终点处，先送完十球为胜。

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