

# 幼儿园体育竞赛方案(汇总9篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 幼儿园体育竞赛方案篇一

1. 知道原地拍球的基本方法，练习排球的基本动作。
2. 能收养手眼，协调的控制好皮球。
3. 对皮球感兴趣，体验玩皮球的快乐。

皮球人手一个

2. 出示皮球，引导幼儿自由探索并相互学习球的各种玩法。
  - (1) 出示皮球，激发幼儿兴趣，讨论：球可以怎样玩儿？
  - (3) 请个别幼儿演示不同拍球方法，其他幼儿相互学习。
3. 教师示范原地拍球方法，指导幼儿学习原地拍球的动作要领。
  - (2) 指导幼儿练习原地拍球，初步掌握拍球动作。
4. 放松活动：教师引导幼儿利用皮球在身体上滚一滚，放松全身。

## 幼儿园体育竞赛方案篇二

- 1、尝试用不同方法玩飞盘，发展走，跑、跳，往上抛等动作。
- 2、体验玩飞盘的乐趣。

1、幼儿拿着飞盘边听音乐边玩着飞盘进场。

2、热身运动：快乐的小飞盘

请多名幼儿演示不同的玩法，边说边做。全体幼儿观看评议。

2、教师组织幼儿做游戏：

## 幼儿园体育竞赛方案篇三

小班幼儿喜欢追逐、奔跑，“踩影子”这节户外活动可以为幼儿提供一个追逐、奔跑的机会，让幼儿在游戏中提高奔跑、躲闪的能力，体验合作游戏的快乐。

1、提高幼儿奔跑的能力。

2、初步培养幼儿在奔跑过程中的躲闪能力。

3、进一步了解光和影子的关系，体验游戏的乐趣。

1、阳光灿烂的户外场地。

2、事先用粉笔在场地上画好一个大圆圈。

一、师：小朋友，今天阳光明媚，天气暖暖的，我们一起出去做游戏好不好？

二、幼儿：好。

带幼儿到活动场地。先带领幼儿热身，让他们走走跑跑跳跳，活动一下四肢。

三、玩游戏“踩影子”

1、踩自己的影子

让小朋友们先找一找自己的影子在什么地方？它是什么样子的？接着，让小朋友们分散开来想办法踩自己的影子。

2、踩好朋友的影子

踩过自己的影子之后，接着我又开始引导幼儿踩别人的影子。两个幼儿一组，一个踩另一个的影子，另一个边跑边躲闪。

3、创新玩法

等幼儿大致熟悉了这个游戏之后，开始让幼儿四散开来玩“踩影子”的游戏，幼儿进行游戏，教师也可以参与到游戏中，启发幼儿动脑筋怎样才能不被捉影人捉到。（跑到阴凉处，没有影子也就捉不到）

交换角色，尽量多地给幼儿当捉影人的机会。在体验到游戏的快乐之中，培养幼儿在奔跑过程中的躲闪能力。

孩子们真棒，现在休息休息，甩甩胳膊踢踢腿，我们准备回教室了。

## 幼儿园体育竞赛方案篇四

1、在游戏中掌握生活小常识：海绵能够吸水

2、感知初步的积累和对比

足够的. 海绵块，

6个小水桶、6个脸盆，6把尺子

认识海绵

1、小朋友们知不知道海绵宝宝，看看，你们手里可都有一个哟！

2、捏一捏海绵你有什么感觉？（很柔软）

3、把海绵放进水里，再拿出来你发现了什么？（会吸水）

4、挤一挤，你又发现了什么？（水被挤出来了）

吸水接力赛

讲述规则：和小朋友们一起分成6个小组，每个小组的小朋友在听到老师说开始时一起用海绵把水桶里的水运到脸盆里，当老师说停时大家停止运水，最后我们比比哪一组运的水最多。

分成苹果、香蕉、葡萄、草莓、橘子、西瓜6个小组，贴上图片。

游戏开始，幼儿开始用海绵运水。

游戏结束，和幼儿一起用尺子测量哪个小组运的水多。

## 幼儿园体育竞赛方案篇五

塑料圈是幼儿所喜欢的活动器具。那么在体育活动中怎样根据幼儿身体动作的发展水平，在玩圈的技能和方法上给予幼儿更多的运动经验的体验，激起他们继续玩圈的兴趣，并发挥“塑圈”这一运动器械一物多玩的功能，所以特设计本次体育活动的重点考虑所在。

1、发展幼儿膝盖套圈走、跳的能力。

2、继续培养幼儿玩圈的乐趣。

重点：幼儿把塑圈套至膝盖，两腿分开套住圈，不使其掉下来，在场地上自由地走、跳。

难点：两腿分开套住圈，不使其掉下来。

1、布置场地：红起跑线、四小桥、四椅子。

2、塑料圈与幼儿人数相等、荣誉帽若干。

3、音乐（快乐宝贝）。

一）开始部分：情景导入3分

“小朋友走，我们听着音乐一起去运动吧！”

（律动“快乐宝贝”）

二）基本部分：学习阶段

a□自由玩圈5分

“你们的圈操做得真神气，圈可以做操还可以怎么玩呢？”

(5幼儿自由说)

“找个空点的地方和你的朋友一起去玩玩。”

(幼儿自由探索各种玩圈方法：跳圈、滚圈、转圈、套圈等)

(吹哨) “围成一个大圆圈，1——2——3，表扬\*\*、\*\*\*。”

“把圈放在地上，坐下来。” “谁来说说刚才你是怎么玩的？” (一幼儿)

“有谁玩的更有趣的？” (三幼儿)

“你们来玩一玩。” (五幼儿)

“你觉得谁玩的最好？”

“我们一起来学学。”

“我看见小朋友是这么玩的，我们来学学。”

b□教师示范新玩法5+2+5分

1、师示范幼儿练习5分

“我这也有一个新玩法，瞧！看清楚了！” (师示范)

“谁来说说我是怎么玩的？” (一幼儿说：把圈套到膝盖边，然后两腿分开，不让圈掉下来)

“谁愿意来学这个本领？”

“谁来和老师一起学一学。”

(幼儿和老师一起学) “走、走、走，跳、跳、跳。”

“谁学会了？”

“圈要放在哪的？”

“再来，走走走，跳跳跳，走走走，跳跳跳。”

“他的圈为什么会掉下来？”

“哦，对了，我们要用膝盖把圈绷紧。看我的腿有一点弯哦。”

“好，再来试试。走——走——走，跳——跳——跳，走一走，跳一跳一跳，走走走，跳跳跳。”(师幼练习)

## 2、幼儿自由练习2分

“好玩吗？”

“找个朋友一起去把这本领练一练，可以互相帮忙，也可以比一比哦。”(幼儿自由练习)

“学会了可以玩给倪老师看看。”

## 3、集体练习3分

“好，听我口令，一起往前走，排成四组。”

“走走走，跳跳跳。”(慢快)

## c□幼儿分组比赛10分

“把圈取下来拿在手里。”

“这本领有没有都学会了？”

“刚才你和朋友比赛了没有，谁赢了？”

“那我们就分组来个圈圈乐比赛吧！看前面有什么？”

“听清楚游戏是怎么玩的？”

“听到我的口令第一个小朋友就快速出发，跳过小河，绕过椅子，返回来，回来的时候也要跳过小河哦。”

“有没有听明白？”

“比赛时圈一定要套在哪里（膝盖边），小手可以做有趣的动作（叉腰、伸直等），要和别人不一样。不能扶着圈哦，如果圈掉下来可以怎么办？”

“谁愿意来试一下。”（一幼儿示范）

“你发现了什么问题？”（圈掉下来、双脚一起跳）

“返回后可别忘拍第二个小朋友的手哦，然后把圈挂起，排在后面为朋友助威。”

“记住了吗？请你们先把圈套在膝盖边准备好。”

（幼儿分组比赛）

“表扬第\*组小朋友，还有个别小朋友要犯规，下次游戏我们要注意哦。”

3、结束部分：舒展身心2分

“刚才哪组小朋友得冠军了，我们请客人老师为冠军组颁奖。”



“给你前面的小朋友套上圈，做条毛毛虫，走回教室吧。”

## 幼儿园体育竞赛方案篇六

1、利用器械练习助跑跨跳等动作，发展幼儿身体动作的协调性，灵敏性。

2、引导幼儿积极动脑，积极探索新玩法，提高幼儿克服困难及与同伴合作的意识。

3、在游戏活动中培养幼儿遵守活动规则和活泼开朗的性格。

1、音乐：每天做运动

2、纸棒若干（纸棒分为红、绿两种）。

1、老师告诉幼儿，今天请小朋友当孙悟空的小猴子。

（因为幼儿是参加体育活动，戴头饰影响幼儿视力，所以让幼儿知道自己扮演的角色就可以了。）

2、出示纸棒问：看！这是什么？（金箍棒），它是我们锻炼身体的好伙伴。

3、孩子们跟着猴王一起来做动作：耍棒、爬山、采果、眺望、挠痒。

1、教师引导：你们能想出玩纸棒的很多玩法吗？

我们大家一起想办法，一定能想出很多很多的`玩法的，大家积极动脑筋哟！

2、小猴分散自由玩纸棒

双脚立定跳过纸棒、用手顶纸棒、击剑、助跑跨跳纸棒等。

引导幼儿学习别人有新意的玩法。

教师观察各种不同发展水平幼儿的活动状况。

1、教师：孩子们把纸棒都摆成小河，跟着猴王一起来学习跨过小河。

2、讲解动作要领：

两手半握空拳，屈肘于体的两侧，距小河5—8步，跑到小河前，一只脚用力蹬地，另一条腿跨跳过小河，单脚落地，保持平衡。

3、幼儿自由练习数次

帮助胆小的幼儿能跳过20厘米的距离，鼓励敢于尝试难度大的幼儿。

4、教师随机观察指导

教师：你们的本领练得怎样了？

集中鱼贯练习，一个跟着一个，分组进行。

1、幼儿自由选择不同难度、内容的路径运果子。

2、游戏分两遍

舒缓动作，坐下互相捶捶腿，放松自己。

听音乐做放松动作回教室。

## 幼儿园体育竞赛方案篇七

1、乐于探索绳的不一样跳法，初步学会双人跳绳的技巧。

2、增强动作的协调性，发展幼儿腿部肌肉的跳跃本事。

3、感受跳绳的乐趣和与他人合作带来的欢乐。

每位幼儿一根跳绳，幼儿已有双脚同时跳绳的经验。

教师带领幼儿排成四列纵队入场后，听口令进行热身运动。

（根据情景可将绳对折，带领幼儿进行上肢、体转、腹背、跳跃等动作练习。）

1、交流讨论绳子的多种玩法。

2、自由玩绳：教师带领幼儿自由玩绳，刚开始能够探索一个人玩绳的方法，然后探索两个人玩绳的方法，最终能够探索许多个人一起玩绳的方法。每当有幼儿想出一种好玩的方法时，教师能够先请这个幼儿示范，然后带领大家跟这个孩子一起玩。

3、教师一起参与幼儿跳绳，并与幼儿配合“双人跳”。请幼儿观察并尝试结伴跳，教师提示两个人要动作一致，可经过喊拍子让幼儿同步跳。

4、在教师的引导下，尝试玩法多人跳绳的方法。

（1）引导幼儿尝试找出多人跳绳的方法。

（2）根据幼儿描述，教师交代玩法和规则后进行示范练习。

（3）幼儿团体参与多人跳绳的练习，感受跳绳的乐趣和与他人合作带来的欢乐。

小结：多人跳绳离不开大家的合作，仅有大家一起跳齐了才能顺利的跳下一个，所以这就需要大家合作的默契。

教师带领幼儿做放松活动后，带幼儿回教室。

## 幼儿园体育竞赛方案篇八

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。

## 幼儿园体育竞赛方案篇九

活动目的（宗旨）：

本次活动旨在推动学校体育文化建设，丰富大学生课余生活。引导同学们正确的认识到参加体育锻炼的重要性，从中体会到参与体育运动得乐趣。从而响应国家“全民健身，全民运动”的号召。同时也为热爱这项运动的同学供给一个展现自我的舞台。

### 一.羽毛球赛规程

#### 1. 比赛名称

华中师范大学武汉传媒学院管理系第一届“青春飞扬杯”羽毛球赛（有待商议）

## 2. 引导词

本次活动为一次师生团体参与的“全民健身”活动，这对于学校师生增强健身意识，提高运动技能，增加体育知识有必须的促进作用。

## 3. 主办单位

华中师范大学武汉传媒学院管理系

## 4. 承办单位

管理系学生会

## 5. 赞助单位（略）

## 6. 比赛时间及地点

日期：（有待商定）

地点：校图书馆四楼室内羽毛球场

## 7. 比赛项目及组别

项目：羽毛球男子单打. 女子单打. 男子双打. 女子双打. 混合双打。

组别：按年级. 专业. 分成不一样组别。例：\_\_级：第一组：电子商务（本科）. 第二组：电子商务（专科）. 第三组：公管（本科）. 第四组：公管（专科）. 第五组：信管. 第六组：文化产业管理(本科)，第七组：教工组。

注：具体分组视报名情景而定。

## 8. 参赛办法（报名条件）

华中师范大学武汉传媒学院管理系师生。

## 9. 比赛办法（赛制及计分方法）

本次比赛采用单循环制（淘汰赛），抽签分组比赛。

## 10. 竞赛补充规定或通知

a:本次比赛具体时间：（有待商定）

b各代表队须到管理系学生会体育部领取秩序册。

c:比赛时在规定时间内15分钟内未到者（参赛队员）视为弃权，对方直接进入下一轮。

d对于比赛过程中因伤不能完成比赛者视具体情景而定。

注：最终解释权归本次羽毛球赛组委会。

## 11. 录取名次及奖励办法

各单项. 团体比赛前三名为冠. 亚. 季军。视具体情景可设“精神礼貌”或“体育道德风尚奖”。对获奖者颁发奖状。

## 12. 裁判员

本次比赛裁判员由体育课部或由管理系学生会派相关人员担任。

## 13. 报名日期. 地点. 联系人

报名开始时间：（有待商定）

报名截止时间：（有待商定）

报名地点：管理系各班班委。

## 二. 竞赛工作

1. 竞赛中裁判组工作资料：把握规程，组织临场比赛裁判工作，使比赛公平. 公正顺利进行。

2. 竞赛中的编排组织工作：在裁判长的带领下理解各队交换比赛运动员出场名单，并配发对应的裁判组记录和公布成绩，修改成册。

### 3. 后勤组

本次比赛后勤组确保场地. 器材和设备不出问题，搞好安保工作。设置医疗站。

## 三. 竞赛委员会工作机构构成

### 1. 学生会主席团

对本次比赛进行总调度。

### 2. 学生会体育部

对本次比赛全程负责，担任本次比赛的筹备. 组织进行和收尾工作。

### 3. 学生会秘书处

负责协助体育部作好各部门间的人员调配工作。以及任务下达。

### 4. 学生会组织部

负责比赛过程中各代表队参赛队员的报到工作以及学生会工



工作人员的签到，并派相应人员协助体育部作好各项工作。

#### 5. 学生会纪检部

主要负责本次比赛的赛场秩序和赛场纪律，并派相应人员协助体育部作好工作。

#### 6. 学生会生活部

主要负责保障场地. 器材和设备不出问题，并设置医疗站。

#### 7. 学生会宣传部

主要负责本次赛事的前期宣传工作. 张贴制作海报。以及制作邀请函。

#### 8. 学生会学习部. 文艺部

作为后勤保障部门。抽调人员协助各部门的工作。

### 四. 赛后收尾

1. 统计成绩（由宣传部负责）

2. 整理场地. 器具和设备（由体育部. 文艺部负责）

3. 财务清算（由相关辅导员及生活部负责）

4. 整理竞赛材料并交主办单位归档（学习部负责）

### 五. 预算

宣传海报. 邀请函. 秩序表. 记录表. 书面材料. 医疗用品（如：创可贴. 纱布. 消毒水。。。）工作人员裁判员饮水等。

注：场地. 器材等由学生会体育部负责协调，各部门予以协助。