

中学体育游戏设计方案(大全6篇)

为了确定工作或事情顺利开展，常常需要预先制定方案，方案是为某一行动所制定的具体行动实施办法细则、步骤和安排等。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编精心整理的方案策划范文，仅供参考，欢迎大家阅读。

中学体育游戏设计方案篇一

一、活动目标：

1. 通过多种形式的听信号抢椅子游戏，提高身体动作的灵敏性。
2. 想办法克服人多位子少的困难，发展团结、合作的意识。

二、活动准备：

和幼儿人数相同的椅子、空阔的场地、场地上的标线、小旗子。

三、活动过程：

(一)趣味热身运动

1. 通过快速辨别方向来进行热身

我们都是小小机器人，老师手里有一个遥控器，遥控器指到哪个方向，机器人也要指到哪个方向。

2. 幼儿热身

(二)游戏：抢椅子。

1. 听指令做游戏

舞小旗子时，幼儿快速跑回椅子上做好。

2. 用听觉来分辨有效信号和无效信号

朋友变换位置。

3. 用视觉来分辨有效信号和无效信号

换位置。

(三) 游戏：我们都是好朋友

1. 讲解游戏规则

，还要想办法帮助没有抢到椅子的小朋友坐下来，不能让一个小朋友站着，否则算全体失败。

2. 幼儿游戏

3. 讨论怎样帮助没有椅子坐的小朋友

师：你们是怎么帮助没有位子的小朋友坐下来的？

向空间不足的情况下，想办法增加纵向空间，完成任务。

4. 幼儿再次游戏。

(四) 放松活动

播放轻音乐，好朋友之间互相捶捶背，揉揉腿。

中学体育游戏设计方案篇二

- 1、在轻松的`游戏情境中学习双脚同时向前跳，发展幼儿的跳、爬、平衡等动作；
- 2、鼓励幼儿积极思考、大胆尝试，并感受拔萝卜活动的乐趣；
- 3、让幼儿在游戏中体验助人之乐。

(1) 将幼儿分成两组

(2) 取萝卜经过草地，然后要过一座小桥，最后要经过山洞，才能到地里面。

(3) 先请小朋友示范，再进行比赛。

(4) 第一个小朋友拔完萝卜之后，回来需要排第二个小朋友的手，第二个人才能继续。

中学体育游戏设计方案篇三

《当当快递员》设计人xxx年龄段： 中班

1、练习骑三轮车，能在宽约80cm的车道内直行、调头、停止，发展上下肢动作的协调性；创设情境让幼儿拿书、放书发展手部小肌肉动作。

2、体验快递员工作的快乐与辛苦，了解并遵守简单的交通规则。

物质准备：三轮车4辆、快递纸袋4个、塑料筐子红色、绿色各4个、图画书若干本，布置游戏场地：长100cm□宽80cm的车道八个，场地画上开始、终止线、直行调头标志和绿化带。

精神准备：幼儿有骑三轮车的经验，简单了解送快递员工作，认识直行、调头等简单的交通标志。

1、游戏玩法：

幼儿分成四组分别为当当网的红、黄、蓝、绿快递小分队，每队配备的图画书数目一致。每组的快递员依次从起点骑三轮车靠右行驶将放入纸袋中的图画书送到终点的指定筐子内，然后调头靠右行驶骑三轮车返回起点，将三轮车调转方向后交给本组下一名小快递员，最先完成送快递任务且图画书完整无损的小组获胜。

2、游戏规则：

每位快递员每次只送1本书，确保书的完好；在行驶过程遵守交通规则；返回后把车调整到向前的方向。

3、游戏组织：

（1）导入提出任务，当当网招聘快递员，引出活动。

小结：你们真是助人为乐、敢于挑战的好孩子。

（2）展开

a□讲解示范：将要送的书放在专用快递袋里，骑上三轮车直行向前行驶，不要碰到中间的黄线和旁边的绿化带。到达终点之后，快递员从纸袋中拿出要送的书，整齐地放在书筐里，然后调头返回，在返回的车道里沿直线行驶。返回后把三轮车调整好向前的方向，交给下一位快递员继续送书。

b□组织形式：为了快一点完成考核，我们分四队进行，分别是红队、黄队、蓝队、绿队四个快递小分队，这里都是顾客订的图画书，需要小朋友骑三轮车送到对面的筐子里。看哪

一队队员能全部通过考核。

强调规则：每次送一本书，拿书放书都要爱惜图书；来回都要在车道内行使，不能碰到中间的黄实线和两边的绿化带；返回后把车子调整到向前的方向才算结束任务。

c□组织游戏：教师及时指导调控，确保游戏顺利有序开展。同时注意对个别幼儿进行适时指导。

d□游戏讲评与延伸：一是表扬幼儿助人为乐、敢于挑战自我的精神，体验快递员劳动的辛苦与快乐。二是以应聘优秀快递员的形式提出更高的游戏目标，在达到普通快递员要求的基础上，能两人一起骑三轮车同时送两本书。

中学体育游戏设计方案篇四

指导语：

1、本组游戏让幼儿练习动作的控制能力、跳跃能力以及合作能力。通过亲子跳跃游戏，发展幼儿肢体协调性。

2、本组游戏一个或几个家庭都合适。

游戏一：袋鼠和狗熊编者：严彩芝游戏功能：

1、训练孩子动作的控制能力。

2、培养亲子情感，营造和谐的家庭气氛。

游戏材料：

袋鼠、狗熊头饰。

游戏过程：

- 1、孩子扮演小袋鼠站在前面，妈妈扮演袋鼠妈妈站在后面。
- 2、家长双手搭在孩子的肩上，然后两人节奏一致地向前跳跃。
- 3、演大狗熊的爸爸从另一处走出，袋鼠妈妈和小袋鼠赶紧站住不动。
- 4、大狗熊绕着他们转一圈，并做一些怪相。
- 5、袋鼠妈妈和小袋鼠不许笑也不许动，直到大狗熊走后才可以继续向前跳。

游戏二：袋鼠赛跑编者：严彩芝游戏功能：

发展协调性和合作配合的能力。

游戏过程：

- 1、父子面相对，孩子的双脚踩在父亲的双脚背上，双手相拉，组成“企鹅”。
- 2、妈妈发令后，从起点出发，孩子的双脚始终不得离开父亲的脚背，全程父亲要跳跃移3、途中需绕过三个障碍物，看爸爸和宝宝是否可以完成。

游戏三：袋鼠妈妈编者：严彩芝游戏功能：锻炼幼儿手部力量和合作配合的能力。

游戏材料：袋鼠头饰游戏过程：

- 1、让袋鼠宝宝双手从前面抱紧袋鼠妈妈的脖子，双腿夹紧妈妈的腰。
- 2、宝宝像小袋鼠一样紧紧的挂在妈妈胸前。

3、妈妈抱着宝宝，双脚向前跳跃，跳至对面爸爸处，再换成爸爸做袋鼠爸爸，和宝宝跳回来。

中学体育游戏设计方案篇五

活动目标：

1. 通过学习原地运球的动作，发展身体协调性，炼上肢力量。
2. 练习拍球的方法和技能，感受物体的弹性。
3. 能在活动中听从指挥，反应敏捷，与同伴合作进行玩球。
4. 通过体验游戏，培养参与球类游戏的兴趣。
5. 喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

活动过程：

一、热身活动

教师带领幼儿转体、踢腿、绕踝关节、跳跃等动作。

二、探索体验

1. 出示材料，鼓励幼儿探索材料的多种玩法。

(1) 教师出示小篮球，请幼儿动脑想想小篮球的玩法

(2) 幼儿自由玩耍小篮球。如：抛、拍等。

(3) 请个别幼儿示范，教师给予肯定与指导。

2. 动作指导原地运球。

- (1) 幼儿分为两组，站成两横排，教师介绍活动内容。
- (2) 个别幼儿示范原地拍球动作，并说一说自己是怎样拍球的。
- (3) 教师示范并总结动作要领。

动作要领：两腿弯曲，上体稍前倾，抬头，眼看前方或侧方；五指自然分开，手心空出，用手指和指跟部位控制球肘关节自然弯曲，以腕关节为轴，上下摆动。

- (4) 幼儿站立成4横排，集体练习原地运球3-4次。

提示：腕关节为轴，上下摆动时，力量不能过大。

三、集体游戏。

(一) 头顶传球

要求：幼儿排成两队，紧接着双手上举，球从第一名幼儿开始头顶传球到队尾，先完成的小组为胜。

提示软球若在传接途中落地，须捡起并从落地处重新开始。

(二) 排球接力

规则：幼儿分成四组站成横排，每组一个皮球，第一个幼儿原地拍球5个后，将球传递给第二个幼儿，以此类推，知道最后一个幼儿完成5个原地拍球后，最先完成的获得胜利。

教师进行评价与小结，使幼儿获得成就感。

四、放松整理

教师带领幼儿一起做放松活动，稍做休息后，教师带领或指导幼儿将材料归放好，收纳过程中教师要注意幼儿的安全。

中学体育游戏设计方案篇六

游戏名称：走步游戏

主要可练习的动作例如：全脚掌着地走、前脚掌走、脚跟走、交叉走、高抬腿走、后踢步走、弹簧步走、轻轻的走、跨步走、顶脚走、闭目行走、屈体向前(后)走、半蹲走、全蹲走、后退走、侧身并步走、变向行走、结合上肢及躯体动作的行走、持物走、推拉物品走、踩高跷走、双人及多人协同走等方式。

走步游戏例如：

听我指挥；我要慢慢长大；看谁做的像；写个字你认认；跨下抓棒；大家一起来帮忙；踩石过河；踩着高跷晃悠悠；掉不下来；闭着眼睛找一找；绳子上的舞蹈；椅子上的行动；小猪别跑；三打“白骨精”；二人三足走；朋友总是在一起。

各年龄段游戏内容要求：

小小班：边走边从低矮的障碍物(如绳子、积木等)上跨过；一个跟着一个走；听信号向指定方向走等。

小班：在指定范围内四散走；模仿各种动物或人物走的姿势；短途远足等。

中班：听信号有节奏地走；用脚尖走、蹲着走；高举手臂走；在物与物之间或平衡板上走；倒退步走、上下坡走等。

大班：一对一整齐地走；听信号变速或变换方向走；较长距离的远足等。