# 亲子训练课程文案范文通用20篇

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2025-03-25

*亲子训练课程文案范文 第一篇一、活动主题幸福生活与您成长二、活动目的本次活动做为与幼儿园合作的切入点，建立长期合作关系三、幼儿简介幼儿园创办于1963年，是一所由教育部门主办的公立幼儿园，该幼儿园的家长大部分由公务员、老师、企业主，该类客户...*

**亲子训练课程文案范文 第一篇**

一、活动主题

幸福生活与您成长

二、活动目的

本次活动做为与幼儿园合作的切入点，建立长期合作关系

三、幼儿简介

幼儿园创办于1963年，是一所由教育部门主办的公立幼儿园，该幼儿园的家长大部分由公务员、老师、企业主，该类客户都是我们行需要争取的目标客户。

四、活动对象

全体幼儿园小朋友、家长和老师

五、银行行参加人员

张三、李四、王五

六、活动具体流程

(一)出发时间

月日早上9：00于广场集中，9：10准时出发。

(二)活动流程

1、亲子热身运动：、。

2、亲子比赛：

(1)袋鼠蹦蹦跳跳：孩子用腿夹球从起点出发跳到家长处，把球交

给家长，家长用腿夹球跳到终点。

(2)大脚踩小脚：孩子双脚踩在家长脚上，从起点走到终点，快者为胜。

(3)摘水果：家长背着孩子，让孩子取下高处的水果图片，取下数量最多者为胜。

3、分组烧烤。

**亲子训练课程文案范文 第二篇**

活动目标：

1、通过组织幼儿外出活动，真正让幼儿走进大自然，开阔孩子们的眼界，增强孩子们的团队意识。

2、结合4月主题活动“小花园”，让幼儿感受春天的变化。

活动地点：松江月圆园艺术园

活动人物：教师( 名)、幼儿( 名)、家长( 名)

活动时间：周一(4月24日)

活动过程：

1、观察“松江月圆园艺术园”的树木、花草，感受春天的美丽景色。

2、游戏活动：

集体活动：玩沙、参观大榕树、跳跳云、迷你长城、迷宫等

亲子游戏：

(1)揪“尾巴”

准备：“尾巴”若干

玩法：游戏开始时，一位家长和孩子各自将红色带的三分之一塞进裤腰里，其余的部分拖在外面当“尾巴”。“尾巴”不可太短，否则孩子不容易抓住。家长和孩子面对面站立，同时数“一，二，三”，两人同时开始左右挪动，互相揪对方的“尾巴”，先揪到“尾巴”的为胜。

(2)沙地寻宝

准备：各种“宝藏”若干

玩法：在沙地中已藏好“宝藏”，幼儿和家长组成一个寻宝队，把沙地中的“宝藏”找出来，哪队找出来的最多为胜。

(3)袋鼠抱

玩法：8个家庭为一队，每队分成两组，面对面站立。幼儿学袋鼠抱紧家长的头颈，双腿夹住家长的腰，家长不能用手抱孩子。游戏开始，第一个家长跑向对面的家长，拍一下对面家长的手，对面家长则跑至对面。哪队家长先跑完为胜。

**亲子训练课程文案范文 第三篇**

亲子园音乐课程教案2岁10个月至3岁，人数不超过六个，本班课时设计为50分钟。

对家长的要求：最好是孩子的母亲或父亲共同上课，同时孩子的家长要准备把课堂上的音乐和游戏录下来，回到家后做延展工作，利用不上课的时间反复复习课上学习的内容，让孩子加深印象。

对老师的要求：带课老师要熟练掌握课堂内容，事先备好课，上课时精力充沛，热情活泼，要充分调动起家长和孩子的积极性，富有感染力、号召力和亲和力。在课前准备好所需要的音乐和游戏光盘，准备好教具，毛绒玩具大象，手鼓。三位带课老师事先要沟通和协调好。

这堂音乐课的目的：通过游戏和音乐的形式使孩子感知四分之三拍的节奏和特点，知道四分之三拍的强弱弱可以用很多方法表现出来，对四分之三拍的音乐有个初步的了解和认识。

课程内容为六个部分：第一部分：走线目的：通过走蒙式圆圈线，稳定孩子的情绪。

具体操作过程：结合2岁10个月到3岁孩子的特点走蒙氏线应增加难度。先由一位老师在教师里轻声说：“现在是早上九点钟了，音乐班的孩子们，我们开始上课了。”这时舒缓，轻柔的音乐响起，第二位老师在蒙氏线上带领孩子们开始走线，第三位老师把一个长柄塑料勺交给孩子的左手，并在勺里放一个玻璃球，让孩子们一边走蒙氏线，一边用左手端着勺子，如果玻璃球掉了也没关系，可捡起来再放回孩子的小勺里，继续走线。家长要与孩子一起走线，直到音乐结束。老师说：“让我们在线上找一颗小松树，坐下来。”等孩子和家长坐好后，老师在对面坐下。这个过程五分钟。

第二部分：自我介绍

目的：通过孩子们的自我介绍，使大家互相认识，让孩子们锻炼胆量，学会与人交往，学会讲礼貌，学会倾听别人讲话，使孩子不再害羞，变得开朗大方。

具体操作过程：孩子们对面的老师说：“让我看看今天谁最勇敢，第一个跑过来介绍一下自己。”对第一位跑过来的小朋友说：“你今天真勇敢，真棒！好了，先给大家问个好，再让我们听听你叫什么名字？”小朋友说：“大家好。我叫某某某，小名某某。”老师说：“你今年几岁几个月了？”小朋友说：“我今年×岁×月了。”老师说：“你是个男孩子还是个女孩子呢？”小朋友说：“我是个男孩子。”老师教小朋友说：“请大家记住我吧，谢谢大家！”小朋友说完后再让给大家鞠个躬，然后依次让每个小朋友到前面介绍自己，如果有个别小朋友不想上来介绍，也不用强迫他，可让小朋友站直了，妈妈蹲在旁边，由妈妈介绍，这样上过几次课后，他认识了老师和同学，再受到其他小朋友的感染，应该很快就能自动跑上前做自我介绍了。几堂课后，老师不再提醒小朋友，由小朋友自己从头到尾作自我介绍。这个过程十分钟。

第三部分：节奏问好

目的：通过节奏问好，培养孩子的节奏感，一边拍手，嘴里一边问好，锻炼孩子眼睛观察，手部配合，使孩子能够手眼协调。

具体操作过程：老师对着孩子们坐好，跟着嘴的节奏拍手掌，老师说：“宝宝好。”拍三下手掌，家长和孩子们一起说：“老师好。”也拍三下手掌。老师说：“小宝宝，小宝宝，上午好。”拍九下手掌，家长和孩子们一起说：“申老师，申老师，上午好。”也拍九下手掌，做过几遍之后，老师说：“现在让我们把声音咽下去，只张嘴，但不发出声音，手掌按节奏拍。”做过几遍以后，老师说：“每个小朋友表现的都很好，都做得很认真，下面老师要奖励你们，给你们讲一个故事，你们要竖起耳朵认真听，看谁能记住，一会儿来给老师讲一遍。”这个过程五分钟。

第四部分：老师讲故事

目的：把要教孩子学唱的歌编成一个故事，这样会让孩子对歌曲的内容加深印象，容易记住歌词，当孩子感到轻松有趣时就更愿意学习。

具体操作过程：老师说：“大家都介绍完了自己，互相都认识了，现在老师给大家介绍一个动物朋友，请大家猜猜它是谁？它的身体很庞大，它有四个粗粗的腿，它有两个大大的耳朵，它的鼻子特别长，甩过去，甩过来，它会用鼻子吸很多水，然后再从鼻子里把水喷出来，小朋友猜猜，它是谁啊？”小朋友说：“大象。”老师把毛绒玩具大象和小象拿出来说：“大家真聪明，平时大家观察得真仔细。看我手里的大象和小象，现在我要讲一个象儿子和象妈妈的故事。在茂密的森林里生活着一个象儿子和他的象妈妈，有一天小象正用鼻子吸水玩，忽然他想起一个问题，就去问象妈妈：我们大象鼻子为何这么长啊？妈妈说：鼻子长才最漂亮啊！妈妈说我也有一个问题要问你，你是喜欢爸爸还是喜欢妈妈呀？小象歪着头想了想说：我好像比较喜欢我的妈妈。象妈妈听了以后开心地笑了，后来象妈妈就领着小象快快乐乐地回它们的家了。好了，故事讲完了，让我们闭上眼睛听一段歌曲，看看跟老师刚才讲的故事一样不一样。开始放音乐，这时妈妈和孩子都闭上眼睛听音乐，妈妈可用手按节奏轻拍小朋友的肩头，音乐节奏为强弱弱。

音乐停止。老师说：“让我们睁开眼睛，小朋友，多好听的歌曲呀！下面老师来教小朋友们一起唱一唱，我们一边唱一边用手鼓来打节奏好吗？现在每个小朋友到老师这里取一个手鼓，我看谁最有礼貌跟老师说谢谢。”让小朋友取手鼓时对老师说：谢谢。取完后小朋友坐下后开始学习这首歌和用四分之三拍的节奏，强音时用手拍一下手鼓，弱音时轻拍两下腿，小朋友做不好可让妈妈帮忙。这个过程十五分钟。

第五部分：做游戏

目的：小朋友们坐久了，会坐不住的，这时通过做游戏的方法，一方面可以让小朋友对歌曲的内容有个更深的理解，一方面蹦蹦跳跳的可以让小朋友更开心，也学得更好。

具体操作过程：老师说：“刚才我们学了一个大象的歌，大家都学得很快，我们现在跟妈妈一起学学大象走路好不好？大家跟我一起站起来，沿着蒙氏线，排成一个圆圈，弯着腰，两臂伸直，双手抱在一起，左右甩甩，两只脚踏着节奏往前走，如果是强音就重重地踩地，弱音就轻轻的踩地。现在大家一起来，看谁学得最好。”音乐响起，大家一起走几遍，然后换一种方式：让妈妈背着孩子，边听音乐边踩着节奏走蒙氏线，如果是强音，妈妈要狠狠地踩地板，可让孩子稍微往这一侧倾斜，如果是弱音，妈妈要轻轻地踩地板，不让孩子倾斜，让孩子通过身体地感觉来认识强和弱的关系。这个过程十分钟。

第六部分：涂涂色

目的：大运动过后，小朋友和家长都累了，一方面做休息调整，另一方面通过自己动手涂涂颜色，可以让小朋友更具体地认识事物，也可以发挥想象力并且培养孩子做事情，前有开始，中有过程，后有结尾，事后检查复习的好习惯，同时留有作业，也可督促家长回到家后做延展工作。

具体操作过程：老师说：“好了，刚才大家都蹦蹦跳跳地学了半天，谁记住了这个故事来给老师讲一遍。”如果小朋友记不住也没关系，老师可以先讲前半句，让小朋友接后半句，或者只让小朋友讲讲大象的特征也行。老师说：“我这里有一幅画，小朋友来看看它是谁，“原来是一头大象，它有着灰灰的身体，白白的象牙，再看另外这几副画，也是一头大象，但是这头大象没有颜色，不够漂亮，请小朋友把这副没有颜色的大象带回家，给大象穿上漂亮的衣服，涂上颜色，下星期上课的时候再给老师，看看谁的大象最漂亮，好不好？如果哪位家长要录磁带，把磁带交给老师，录完了以后妈妈拿回家给小朋友们听，好不好？这堂课就上到这里，宝贝们，再见，我们爱你们！下星期再见！”这个过程五分钟。

通过亲子互动、歌唱、听力、音准、节奏、肢体律动和乐器玩奏等多种方式训练婴幼儿的基础音乐能力，培养好的行为习惯。事实证明，越早给孩子提供优美丰富的音乐氛围，孩子们的音乐潜能就会被越早唤醒。优美、健康的音乐能开发婴幼儿的大脑，陶冶孩子们的情操为大脑发育提供营养。

**亲子训练课程文案范文 第四篇**

1、秋风羽，天气淡淡的转凉。然而这人的秋在今天更加迷人，不是因为它的秋高气爽，也不是因为它的明媚阳光，是因为今天的人儿倍加精神气爽。看！运动场上那一幕幕，一股股，无论是哭是笑，市喜是悲，其中都融入了他们的.汗水、辛劳。他们是真正的矫健者，是运动场上的骄儿，更是我们心中的英雄。

2、你们快如离弦之箭；疾似撒疆野马；你们的速度让我们惊叹；你们的精神让我们钦佩；流汗千日，只为今日一搏；疾踏百步，只为终点一触；胜利在向你微笑；成功在向你招手；加油啊！健儿们！

3、掌声响起来这里需要激情，这里需要呐喊，这里同样需要掌声。当你乘胜而归，我们为你鼓掌，为你祝贺，当你失败而来，我们同样为你鼓掌，为你骄傲。当掌声再一次想起的时候，你已经站在了起跑线上，朋友，向前冲！我们在为你鼓掌。

4、大海如此的浩淼，鼓声多么美妙，运动员们，你们不再像平时那样渺小，我们默默的祈祷，以你们为骄傲，我们会永远为你们叫好，看，终点就在眼前，听，同学为你呼喊。鼓起勇气奋力向前，用你的荣誉带给我们期望。

5、你永远是我们心目中真正的英雄，第一个冲过终点的人当然是我们的偶像，而尚在跑道上为了奥林匹克精神奋力拼搏的，更值得我们敬崇。永不放下，永不服输。终点并不是真正的终点，体育必将冲破人类的极限。

6、你用行动述说着过城的重要，没有无尽的终点，没有无法攀登的险峰，期望载着终点在向你微笑，拼搏吧！经历是一种精彩，迸发你全部的能量，成功是你汗水的写照。

7、起跑线上，你们一字排开，健美的肌肉蕴涵着爆发力量，坚定的目光充满了自信。枪响了，你们开始了并不长的征程，笔直的跑道上，有你们稳健的足迹；不远的的终点，将留下你们冲刺时矫健的身影。拼搏吧，掌声将为你响起；奋斗吧，胜利和鲜花将属于你们。

8、你的毅力令我们全班折服，你的努力，令我们全班佩服，你是我们班的焦点，你是全班的中心，不屈不挠，坚持不懈，你让我们真正体会到奥运精神，我们为你而骄傲，为你而喝彩。

9、理想毕竟不同于现实，失败是生活的一部分，谁也无法选择，无法拒绝。人生要自己去拼搏，去奋斗，在风雨中百折不挠勇往前进，在集资的每个驿站上都留下一段不悔的回忆。流泪不是失落，徘徊不是迷惑，成功属于那些战胜失败，坚持不懈、勇于追求梦想的人。加油吧，运动健儿们！

10、青春在飞扬，个性在张扬，运动场上的运动健儿们，拿出你们的热情，拿出你们的自信，让运动展现你们的风采吧！伴随着激动人心的音乐，你的心一定在跳跃着。让行动证明你们的魅力吧！我们永远支持你们，无论成败，无论结果如何，你们始终是我们心中的英雄。

**亲子训练课程文案范文 第五篇**

亲子拓展课程教案

【课时安排】 每节课分为两个部分 第一部分：亲子互动 第二部分：益智拓展 【第一部分教案】 【活动目标】

1、培养积极的心态，营造融洽氛围；

2、体验亲子互动，融入集体，感受欢乐；

3、促进家长与孩子之间的情感沟通，培养孩子们之间的快乐交流。【活动过程】

一、导入引发兴趣

通过老师和亲子之间的问好，以及带领亲子们集体做快乐按摩热身操，调动大家积极参与，活跃活动气氛。

二、亲子互动

1、手牵手：家长和孩子之间手牵手，通过“小蜜蜂”抓手游戏，体验亲子间的快乐互动及情感交流；

2、抱抱我：家长和孩子分别代表1个数，大家围成一个圆圈队形，老师报1个数，家长和孩子在规定时间内迅速抱在一起组成老师所报的数，体验亲子及集体互动的快乐与交流。

【第二部分教案】 【活动目标】

1、培养小朋友和家长之间的感情；

2、智力开发教育，锻炼动手、动脑及协调能力；

3、培养集体荣誉感，体验融入集体的快乐； 【活动过程】

一、导入引发兴趣

先让孩子们分别做个拼图游戏，再引导家长和孩子们一起完成七巧板拼图游戏比赛。

二、益智拓展亲子活动大赛

1、老师向亲子们介绍比赛规则：家长和孩子一起进行七巧板拼图游戏，各小组从统一起点出发，比赛中点看图，根据图示在比赛终点进行拼图，最先完成拼图任务的小组即为优胜团队；

2、亲子团分组，把若干个亲子家庭组合在一起进行分组，准备比赛；

3、组织比赛，控制比赛过程，宣告比赛结果；

三、总结当天课程所学能容并表示感谢。

我们共同努力让孩子健康快乐成长！

**亲子训练课程文案范文 第六篇**

一、活动目的

家长和孩子牵手投身大自然，相伴走进大社会，开阔孩子视野，密切亲子感情，密切家园关系，促进家园合作。亲子活动通过亲子群体间的活动交流，增进亲情，增进家长及孩子间的感情，以提高孩子的综合能力，增强家长与孩子之间的透明度、信任度，更好地发展儿童的社会交往能力。帮助家长营造与孩子间的交流、交往，从而促进孩子健康成长的氛围。提高家长育儿的理念和技能，促进孩子的健康成长.指导家长和孩子开展有情趣的亲子游戏活动，使孩子在欢乐的游戏中长身体、开心智。

二、活动时间：

三、活动地点：

四、活动流程：

一.热身----大树与松鼠

活动目的：活跃气氛打破僵局

材料：无

时间：5-10分钟

活动程序：

1、事先分组，三人一组。二人扮大树，面对对方，伸出双手搭成一个圆圈;一人扮松鼠，并站在圆圈中间;培训师或其它没成对的学员担任临时人员。

2、培训师喊“松鼠”，大树不动，扮演“松鼠”的人就必须离开原来的大树，重新选择其他的大树;培训师或临时人员就临时扮演松鼠并插到大树当中，落单的人应表演节目。

3、培训师喊“大树”，松鼠不动，扮演“大树”的人就必须离开原先的同伴重新组合成一对大树，并圈住松鼠，培训师或临时人员就应临时扮演大树，落单的人应表演节目。

4、培训师喊“地震”，扮演大树和松鼠的人全部打散并重新组合，扮演大树的人也可扮演松鼠，松鼠也可扮演大树，培训师或插其他没成对的人亦插入队伍当中，落单的人表演节目。

二.主题活动

活动名称----盲行之风雨人生路

活动目的：

增进亲子之间的感情，父母与子女互换角色，体验彼此换位后的感觉。通过角色互换增进彼此之间的了解。材料：绳子、木头、瓶子等障碍若干活动步骤：

1、工作人员先在场地上用绳子布置障碍

2、以家庭为单位组队，一对亲子一组(由父母与子女中各挑选任意一人参加)

3、多组同时参加(根据现场道具决定上场的组数)

4、首先用黑布将子女的眼睛蒙上，开始时父母牵着子女的手从场地的启始点开始往终点行进，其间父母要带领子女在自己的话语的指导下绕过各种障碍到达终点，然后父母返回起始点并用话语指导子女如何绕过障碍物从终点走回起始点。

5、父母子女角色互换，让父母蒙上黑布，由子女牵引父母行进，重复以上的步骤，直到最后一组成员会到起始点，活动结束

6、各组成员分享自己的活动感受。

7、分享结束，让子女拥抱父母，并对他们说我爱你或感想。

8、，有时候亲人之间并不缺少爱，缺少的可能只是一种沟通，在活动中父母与子女通过彼此的互换角色从而站在对方的角度上思考问题，子女更加深刻的体会到作为家长的艰辛与不易，使他们懂得珍惜那份爱，父母也可从中体会到多花些时间与子女沟通多了解了解子女的感受或许比一味的给与要来的更重要。

备注：组织者提供分享的方向：

一、父母为领路人

1、被领路者：

(1)当父母带着你一起穿越障碍的时候有什么感觉?(感觉到安全感了么，还是自己长大了不需要父母的跟从了)

(2)当只有你一个人走的时候的感觉跟父母在一起走的感觉有什么区别么?(可联系到生活中，当父母不再你身边时而需要你自己来克服困难的时候你会有什么心情呢)2领路人

亲子活动策划方案5篇亲子活动策划方案5篇

作为家长，当看着自己的子女一个人穿越障碍时是什么样的心情呢?(焦急但只能间接的帮助他们，该放手让他们自己独立成长呢，还是继续给予子女无限的关怀，孩子将来的路还是得靠他们自己来走)二、孩子为领路人1被：

(1)被孩子引导穿越障碍，你的感觉?(放心还是忐忑?是否觉得孩子长大或者将要长大了呢?他们也都有了独立自主的能力了呢?，他们的指导语让你放心么?作为父母的有时候是不是也该听取一下孩子的意见呢?)

2、：

(1)由你来引导父母穿越障碍，有什么感触?(1.父母带着自己走过这么多年的人生历程充满了坎坷很不容易2.明白父母的艰辛，学会感激和体谅他们)

3、广告剧的设计

活动目标：让亲子充分发挥创造性的意念，锻炼语言表达能力。活动形式：由组织各小组进行设计活动。

材料：准备写有饼干、饮料、香皂、营帽等日常用品的卡片活动程序：

(1)布置活动要求：各小组以所抽到的卡片为内容进行广告设计。广告内容由小组讨论决定，要求包含主题、表演出广告内容及一个有创意的代言POSE，表演时间为3分钟，每一位参加者必须承担其中的一个角色。

(2)统一发给每个小组一份制作道具用的材料。

(3)组织小组成员设计，注意掌握好时间。

(4)请观察员和所有小组进行评比，评出创作、演绎、演员、合作奖等4个奖项。

4、画图游戏----我们未来的家

材料：4A的白纸，彩笔。现在请大家以家庭为单位，一起合作画一幅你们理想的未来之家，并为这个家命名。时间为5分钟，并同大家分享你们的想法。

5、尾声

请用一句话说说今天的感受。

**亲子训练课程文案范文 第七篇**

幼儿园亲子园(苹果班)活动安排

8：20教师到园教学活动准备

8：20～9：00接待宝宝

1．热情接待宝宝来园，轻声问好，鼓励宝宝和老师问好。

2．鼓励幼儿大胆的玩户外大型玩具。

9：00～9：20健康时光：韵律操

请家长与宝宝跟着音乐和老师一起动动小手、小脚。

9：20 ~9：30问候时光

过程：

球宝宝找朋友。家长协助宝宝接住滚过来的球，并在接住球以后，引导宝宝大声地作自我介绍：“我叫×××。”

（通过这个环节，发展宝宝的口语表达能力，培养宝宝初步的社会交往能力，帮助宝宝克服胆怯、害羞。）

9：30～9：45小手动一动（精细动作）：搓面条。

宝宝一个人上来取操作材料，要求做到：小手握中间，小肚子上靠一靠。同时学说“谢谢”。操作时，家长也可以引导宝宝认识颜色。

（发展宝宝手指的精细动作和双手的协调能力）

9：45～9：50 休息时光

请爸爸妈妈带着宝宝小便、喝水。

9：50～10：10体能锻炼（大动作）：投纸球

活动目标：

1．锻炼宝宝手部肌肉能力和手眼协调能力。

2．培养幼儿投掷的准确性。

活动准备

1．每个幼儿一个纸球。

2．场地。

活动过程

1．每位家长与幼儿对站着。

2．教师讲解，并示范投法过程。

3．幼儿练习投纸球。家长配合（锻炼宝宝的臂力，发展宝宝的动作协调性）

10：10～10：25欢乐时光开开心心：好朋友

目标：在游戏中感受交往的乐趣。

过程：

1．教师念儿歌引出活动。

教师：“找呀找呀找朋友，找到一个好朋友。宝宝们都是好朋友，对吗？今

天我们要玩一个‘好朋友’的游戏。”

2．教师示范游戏玩法。

3．向家长提出指导要求：帮助宝宝热情地打招呼，以自己的情绪感染宝宝；

平时带宝宝外出，碰到小伙伴时，家长要经常主动帮助宝宝打招呼，让宝宝尝试和小伙伴拉拉手，感受交往的乐趣。

10：25～10：35 再见时光

**亲子训练课程文案范文 第八篇**

一、活动背景与目的

为进一步加强学校与家长之间的沟通与交流，丰富孩子的业余生活，给每一位学生展现自我才能的机会，使每一位学生在学习之余好好锻炼身体;同时，使每一位家长发现孩子的优点，注意各种才能的挖掘和培养，育文小学四年级部与家长委员会共同协商举办此次亲子趣味运动会。

二、活动宗旨

友谊第一，比赛第二。

三、活动主题

娱乐身心、欢乐童年、加强交流、展现自我。

四、活动简介

1、活动时间：20\_\_年3月?日(周六上午)

2、活动地点：育文中学操场

3、参赛对象：育文小学四年级部学生及家长

五、比赛项目及规则

1、绑腿跑(2人3足)

参赛人数：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离：20米距离

裁判员：发令1人，记录1人。

规则：(1)家长的一只脚与孩子的一只脚绑在一起。(2)比赛开始了，2人从起点向终点走去或跑去，一对走完或跑完后另一

对开始，依次类推;(3)最后哪一组所用的时间最少，哪一组就是获胜队。

2、背靠背运球

道具：大球

参赛人数：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离：20米距离

裁判员：发令1人，记录1人

规则：(1)一位家长与一位孩子配对成1对，背夹一球，步调一致向前走;(2)向前走时，双手必须在前方，不能碰到气球;

(3)家长与孩子到达终点后，家长再模防兔子跳返回起点;(4)另一对家长与孩子继续开始，依次类推;(5)最后哪一组所

用的时间最少，哪一组就是获胜队。

3、袋鼠跳接力赛(布袋跳)

道具：袋鼠袋(麻袋)跳绳

参赛人员：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离：20米距离

裁判员：发令1人，记录1人

规则：(1)家长在起点线、孩子在折返线。(2)家长将双脚套在麻袋内，用手提着。(3)比赛开始，双手提着袋口向前跳，

沿跑道前行20米，通过折返线后，孩子跳绳返回起点线;比赛中途跌倒，可爬起继续(4)另一对家长与孩子继续开始，依次类推;(5)最后哪一组所用的时间最少，哪一组就是获胜队。

4、障碍跑组合游戏

道具：障碍跳绳

参赛人员：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离：20米距离

裁判员：发令1人，记录1人

规则：(1)家长在起点线、孩子在折返线，跳绳在中间;(2)比赛开始，家长与与孩子分别原地转三圈后，越过障碍跑向中间

(3)家长与与孩子到达中间后进行双人跳绳5个后牵手跑向终点;(4)另一对家长与孩子继续开始，依次类推;(5)最后哪一组所用的时间最少，哪一组就是获胜队。

5、集体跳大绳

道具：跳绳

参赛人员：每班为1组，共4组，每组6名家长，4名孩子参加比赛。

比赛时间：2分钟

裁判员：每组发令1人，记录1人

规则：(1)每队10人参赛，2人摇绳，8人跳绳。

(2)8人全部起跳开始计数，时间两分钟，跳的次数多的获胜。

6、齐心协力拔河比赛

道具：大绳

参赛人员：每班为1组，共4组，每组5名家长，10名孩子参加比赛。

裁判员：发令2人，记录2人

规则：(1)第一轮四.一班与四.二班,四.三班与四.四班进行比赛，赢者进入下一轮，输者淘汰;(2)第二轮由第一轮中赢得比赛的2个班进行比赛;(3)拔河绳中间系一红布条，各队队员必须依次交错站在河界外，裁判员发出“预备”口令后，运动员全部蹲下，但不能用力拉绳，裁判员鸣哨后开始比赛。比赛结束以红布条与拔河绳的系点过河界为准。

六、其他

1、友谊第一，比赛第二，赛出风格，赛出水平。

2、家长裁判必须做到公平、公正、公开。

3、请家长同志仔细解读比赛项目细则，更加清楚各项比赛流程和规则。

4、务必保持场地的卫生，请自备饮水及休息椅。

5、欢迎家长踊跃报名参加，给自己的孩子一次展示自我的机会。

6、如因天气问题或全校性活动，比赛日期另行通知。

七、活动预算

本着友谊第一，比赛第二的原则，同时也为了活跃气氛，提高同学们的积极性，每位参加的同学均发纪念品一份，费用由家长自理，请报名参加的家长交活动经费?元，此经费仅作为给参加的孩子们买纪念品用，多退少补，谢谢合作。

**亲子训练课程文案范文 第九篇**

一、活动背景与目的

为进一步加强学校与家长之间的沟通与交流，丰富孩子的业余生活，给每一位学生展现自我才能的机会，使每一位学生在学习之余好好锻炼身体;同时，使每一位家长发现孩子的优点，注意各种才能的挖掘和培养，育文小学四年级部与家长委员会共同协商举办此次亲子趣味运动会。

二、活动宗旨

友谊第一，比赛第二。

三、活动主题

娱乐身心、欢乐童年、加强交流、展现自我。

四、活动简介

1、活动时间：20\_年3月?日(周六上午)

2、活动地点：育文中学操场

3、参赛对象：育文小学四年级部学生及家长

五、比赛项目及规则

1、绑腿跑(2人3足)

参赛人数：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离：20米距离

裁判员：发令1人，记录1人。

规则：(1)家长的一只脚与孩子的一只脚绑在一起。(2)比赛开始了，2人从起点向终点走去或跑去，一对走完或跑完后另一

对开始，依次类推;(3)最后哪一组所用的时间最少，哪一组就是获胜队。

2、背靠背运球

道具：大球

参赛人数：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离：20米距离

裁判员：发令1人，记录1人

规则：(1)一位家长与一位孩子配对成1对，背夹一球，步调一致向前走;(2)向前走时，双手必须在前方，不能碰到气球;

(3)家长与孩子到达终点后，家长再模防兔子跳返回起点;(4)另一对家长与孩子继续开始，依次类推;(5)最后哪一组所

用的时间最少，哪一组就是获胜队。

3、袋鼠跳接力赛(布袋跳)

道具：袋鼠袋(麻袋)跳绳

参赛人员：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离：20米距离

裁判员：发令1人，记录1人

规则：(1)家长在起点线、孩子在折返线。(2)家长将双脚套在麻袋内，用手提着。(3)比赛开始，双手提着袋口向前跳，

沿跑道前行20米，通过折返线后，孩子跳绳返回起点线;比赛中途跌倒，可爬起继续(4)另一对家长与孩子继续开始，依次类

推;(5)最后哪一组所用的时间最少，哪一组就是获胜队。

4、障碍跑组合游戏

道具：障碍跳绳

参赛人员：每班为1组，共4组，每组6-8对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

**亲子训练课程文案范文 第十篇**

爱贝尔亲子启蒙1班教程

适宜月龄：4个月—6个月

训练内容：让宝宝在视觉、听觉、味觉、触觉等方面得到发展，活跃肢体动作

课堂流程：

1、走线。（家长和宝宝一起跟着老师听音乐、按节奏、有规律、秩序的走在老师指定的线上，目的是稳定和安抚宝宝的情绪，能让宝宝以最佳的状态融入到整个教育活动中）—5分钟

2、老师上课，和宝宝打招呼。——5分钟

3、教师操作（5---8分钟）

4、宝宝操作（15分钟）

5、音乐之声（唱名字、音乐欣赏、歌曲、律动）任选—（5分钟）

6、抚触操（5分钟）

7、游戏（10分钟）

8、教育评价，奖励小贴纸，再见。——（5分钟）

附注：唱名字曲谱1=C调

|3 5 3 5 | 1 2 3— | 3 5 3 5 | 1 2 2— | 5 6 5 3 | 2 2 1— | 你的名字 叫什么 我的名字 叫X X 你的名字 真好听 教程操作介绍：

教程操作第一课时

操作一：好听的声音在哪里 准备：手铃

目的：

1、训练宝宝头部转动的灵活性

2、发展宝宝听觉和视觉追踪能力。步骤：

1、教师展示用手摇动手铃，使手铃发出声音

2、让宝宝跟着手铃的移动而移动

操作二：神奇的水杯 准备：玻璃杯子 冷水和温水 目的：

1、发展宝宝手部的触觉。

2、让宝宝感知冷和热。步骤：

1、教师展示用手来触摸杯子

2、表示出感觉“冷的”和“热的”

3、家长引导宝宝进行练习

3、家长引导宝宝进行练习 游戏：听音寻物 材料准备：小鼓

游戏目的：通过小鼓的声音来训练宝宝的听觉，同时让感受节奏的快 和慢

游戏方法：

1、出示小鼓，使小鼓发出声音

2、教师一边走一边敲小鼓，走的忽快忽慢

3、教师将小鼓藏在身后，站在教室的任何角落，敲一下 小鼓，观察宝宝是否可以找到声源

**亲子训练课程文案范文 第十一篇**

亲子活动主要是以亲缘关系为主要维系基础，以孩子们跟家长的互动游戏为核心内容，全方位开放孩子的多种能力，帮助孩子们初步完成自然人向社会人的过度的一种活动。

目前，在家庭教育中，亲子互动往往被爸爸妈妈所忽视。这对于密切亲子关系和促进孩子身心健康发展是极大的损失。为了帮助家长进一步学习亲子游戏的方式、方法，我广场决定开展亲子运动会来为孩子们带来一份美好的回忆。活动主题：大手牵小手，你我共成长

活动时间：20\_年10月1日

活动场地：\_\_商业广场中心

活动目标：

1.通过孩子和家长的游戏，增进孩子与家人之间的感情

2.让孩子们体验活动带来的快乐

3.通过活动来宣传广场知名度

活动准备：

1.做好活动前的宣传工作，招募参加活动的家庭

做活动宣传海报、宣传册，可在各个小区发宣传单等，在广场设立报名点;

2.准备活动所需的材料

3.布置活动场地

4.设置奖品

可以自行购置奖品或是广场赞助商消费劵、广场消费劵等。人员分工：

总负责：

具体负责：

具体实施：

活动具体内容

活动主要流程

一、1.主持人致欢迎词：

2.注意事项：

1)在活动中请注意看好您的孩子，以免发生事故。

2)在活动中请遵守游戏规则。

3)在游戏中请勿拥挤，应相互谦让。

4)每个参加活动的家庭都会有精美的小礼品，在游戏中表现优异的孩子能够获得特别礼品。

二、介绍游戏名称：

游戏开始：

活动1

运球走(每个家庭一大一小)

材料准备：乒乓球、乒乓球板和瓶盖、计时器

游戏玩法：孩子和家长分别站在场地的两端，游戏开始，家长手持乒乓球拍，托球跑到孩子处将乒乓球放在孩子的瓶盖上，孩子手托瓶盖将球运到终点，先到达终点者为胜。

活动2

带你走(每个家庭一大一小)

材料者准备：报纸

游戏方法：家长把两张报纸依次铺在地上，让幼儿从报纸上走到对面。以计时的方法评比，先跑完的队伍为胜。

活动3

运球跑(每个家庭一大一小)

游戏方法：家长好孩子面对面或背对背，把一个球夹在中间，合作把球运到指定对地点，最先运到的家庭获胜。在运球的过程中，手不许碰到球。途中如球掉下或破碎，则返回起点，重新开始。

活动4

踩气球(每个家庭一大一小)

材料准备：气球、绑绳

游 戏方法：在一个5平方米的区域内用脚踩破他人脚上绑的气球，直到游戏时间结束。一个小朋友和一个家长分别脚上绑3个气球，每个人不能出圈，只能用脚，否则 视为违规，取消继续比赛的资格。在比赛时间内踩别人的气球，并躲开别人不让踩破自己脚上的气球，剩下多的2个小朋友获得奖励。

三、抽奖活动

在广场设立一个填写抽奖区域在活动开始时结束填写。每个活动结束后由活动胜利家庭抽取幸运观众，并发奖品。

四、为孩子和家长颁奖：

对各家庭活动进行评价，由活动主办方为获奖的孩子和家长搬出相应的奖励。可引导孩子们自我评价、互相评价如：

1.今天你快乐吗?为什么?

2.你觉得你和家长今天表现怎么样?

3.下次你想玩什么游戏?为什么?

五、活动结束：

由于活动全程都要摄影师的跟踪，每个家庭所付出的汗水都记录在我们的摄影和录像中，我们会送每个家庭一张甜美的全家福照片以及精美小礼品。

六、活动应急措施：

1.事先熟悉活动地点的环境，了解周围是否有安全隐患，若有应及时整改。

2.做好活动组织工作，强化活动纪律，确定负责人，事先制定好。照顾孩子的安全，注意孩子活动时的安全。

3.对孩子进行安全教育，游戏活动强度应适中，家长应时刻关注孩子在游戏中的表现，发现异常，及时给予关注。

4.活动时，要及时提醒孩子安全第一，比赛第二。

5.随时供应孩子饮水，在活动过程中，安排孩子适当休息。

**亲子训练课程文案范文 第十二篇**

1、不长不短的距离，需要的是全身心全程投入，自始至终你们都在拼尽全力，此时此刻，你们处在最风光的一刻，无论第几，坚持胜利的信心，只要跑下来，你们就是英雄。

2、踏着春天的气息，迈着轻盈的脚步，我们迎来了心仪已久的运动会。那里就是展示自我的舞台。我们向往高山的坚忍不拔，我们渴望大海的博大精深，还有，我们更痴迷于你们的速度激情。

3、在步伐优美的助跑后，一跃，身体在空中划出一道弧线，迅速沉身，收脚。过。真是优美的跳高姿势。每一次，都是挑战，是超越。为了每一次超越喝彩。

4、也许流星并不少见，但它燃烧的刹那，留给人间最美丽的回忆！也许笑脸并不少见，但胜利的喜悦，总会留给世界精彩的一瞬！是的，那些以往美妙的东西仅有短短的一瞬间，但却把最辉煌的一刻留给了人间。胜利，是每个人所追求的，胜利的喜悦，是胜利与重新开始的转折，胜利是新的开始！

5、开场式开始了。我们个个斗志高昂，迎接这新一年的运动会。大家动作一致，整整齐齐的走过。其中最引人注目的是彩带队：他们个个身披彩带，手里舞着彩带，真壮观啊。手里的彩带如同一个个仙女一样，翩翩起舞，引起了全校师生的目光，成了焦点。

6、阳光不锈，秋阳普照大地，那攒动的人群在呐喊声与歌声中意气风发，那奔跑的身影融入秋日的阳光。阳光不锈，青春的阳光在悄悄地流淌，流淌在那鼓声里，流淌在那奔跑的脚步里，流淌在那发令枪的声响里，生命浸润在阳光中，阳光不锈。

7、在沉寂和悄然中，他们已经为我们栽种了火种，相信在今年的运动会上，我们与时俱进，开拓创新，在运动精神的鼓舞下，一定会赛出好成绩的！

8、泥泞的路走过无数，累了，告诉自己：快了，再坚持一会儿；身上的伤流出血来，疼了，告诉自己：别哭，会好的；摔倒了，告诉自己：快爬起来，世上很少有坦途。

9、大地属于你，蓝天属于你，在你一跃的瞬间，同时跃出了我们的希望。草儿欣赏你，白云欢迎你，身轻如燕，飞跃蓝天，奥林匹克精神在你身上体现，跳吧，跳出你的自信，跳出你的顶尖，跳出你的胜利山颠。

10、今日的你们英姿飒爽，今日的你们一马当先。不要放下，不要气馁。相信自己，你是最棒的！你永远都是我们心中的体育健儿！加油！

**亲子训练课程文案范文 第十三篇**

活动目标：

1.通过孩子和家长的游戏，增进孩子与家人之间的感情

2.让孩子们体验活动带来的快乐

3.通过活动来宣传广场知名度

活动准备：

1.做好活动前的宣传工作，招募参加活动的家庭

做活动宣传海报、宣传册，可在各个小区发宣传单等，在广场设立报名点;

2.准备活动所需的材料

3.布置活动场地

4.设置奖品

可以自行购置奖品或是广场赞助商消费劵、广场消费劵等。人员分工：

总负责：

具体负责：

具体实施：

活动具体内容

活动主要流程

一、1.主持人致欢迎词：

2.注意事项：

1)在活动中请注意看好您的孩子，以免发生事故。

2)在活动中请遵守游戏规则。

3)在游戏中请勿拥挤，应相互谦让。

4)每个参加活动的家庭都会有精美的小礼品，在游戏中表现优异的孩子能够获得特别礼品。

二、介绍游戏名称：

游戏开始：

活动1

运球走(每个家庭一大一小)

材料准备：乒乓球、乒乓球板和瓶盖、计时器

游戏玩法：孩子和家长分别站在场地的两端，游戏开始，家长手持乒乓球拍，托球跑到孩子处将乒乓球放在孩子的瓶盖上，孩子手托瓶盖将球运到终点，先到达终点者为胜。

活动2

带你走(每个家庭一大一小)

材料者准备：报纸

游戏方法：家长把两张报纸依次铺在地上，让幼儿从报纸上走到对面。以计时的方法评比，先跑完的队伍为胜。

活动3

运球跑(每个家庭一大一小)

游戏方法：家长好孩子面对面或背对背，把一个球夹在中间，合作把球运到指定对地点，最先运到的家庭获胜。在运球的过程中，手不许碰到球。途中如球掉下或破碎，则返回起点，重新开始。

活动4

踩气球(每个家庭一大一小)

材料准备：气球、绑绳

游戏方法：在一个5平方米的区域内用脚踩破他人脚上绑的气球，直到游戏时间结束。一个小朋友和一个家长分别脚上绑3个气球，每个人不能出圈，只能用脚，否则视为违规，取消继续比赛的资格。在比赛时间内踩别人的气球，并躲开别人不让踩破自己脚上的气球，剩下多的2个小朋友获得奖励。

三、抽奖活动

在广场设立一个填写抽奖区域在活动开始时结束填写。每个活动结束后由活动胜利家庭抽取幸运观众，并发奖品。

四、为孩子和家长颁奖：

对各家庭活动进行评价，由活动主办方为获奖的孩子和家长搬出相应的奖励。可引导孩子们自我评价、互相评价如：

1.今天你快乐吗?为什么?

2.你觉得你和家长今天表现怎么样?

3.下次你想玩什么游戏?为什么?

五、活动结束：

由于活动全程都要摄影师的跟踪，每个家庭所付出的汗水都记录在我们的摄影和录像中，我们会送每个家庭一张甜美的全家福照片以及精美小礼品。

六、活动应急措施：

1.事先熟悉活动地点的环境，了解周围是否有安全隐患，若有应及时整改。

2.做好活动组织工作，强化活动纪律，确定负责人，事先制定好计划。照顾孩子的安全，注意孩子活动时的安全。

3.对孩子进行安全教育，游戏活动强度应适中，家长应时刻关注孩子在游戏中的表现，发现异常，及时给予关注。

4.活动时，要及时提醒孩子安全第一，比赛第二。

5.随时供应孩子饮水，在活动过程中，安排孩子适当休息。

**亲子训练课程文案范文 第十四篇**

1、今日的你们英姿飒爽，今日的你们朝气蓬勃，今日的你们一马当先。相信自己，你是最棒的！不要放弃，不要气馁。成功永远属于你们。运动员啊！加油啊。

2、泥泞的路走过无数，累了，告诉自己：快了，再坚持一会儿。身上的伤流出血来，疼了，告诉自己：别哭，会好的。摔到了，告诉自己：快爬起来，世上很少有坦途。

3、运动健将某某某，用你的实力，用你的精神，去开拓出，一片属于你的长跑天地！踏上跑道，是一种选择。离开起点，是一种勇气。驰骋赛场，是一种胜利。

4、不长不短的距离，需要的是全身心全程投入，自始至终你们都在拼全力此时此刻，你们处在最风光的一刻，无论第几坚持胜利的信心，只要跑下来，你们就是英雄。

5、深深的呼吸，等待你的是艰难的接力赛。相信胜利会属于你们。但在这征途上，需要你勇敢的心去面对。我们在为你加油，你是否听到了我们发自心中的呐喊？困难和胜利都在向你招手，去呀，快去呀，不要犹豫。快去击败困难、快去夺取胜利！相信你会送给我们一个汗水浸湿的微笑！

6、漫漫长路，你愿一人独撑，忍受着孤独与寂寞，承受着体力与精神的压迫，只任汗水溶于泪水，可脚步却从不停歇。好样的，纵然得不了桂冠，可坚持的你，定会赢得最后的掌声。

7、踏着秋天的气息，迈着轻盈的脚步，我们迎来了心仪已久的运动会。那里就是展示自我的舞台。来吧，尽情释放你的活力。你的每一次冲刺，都叩动着我们的心弦；你的每一次跨越，都吸引着我们的视线；你的每一次起跳，都绷紧我们的神经。我们为你呐喊，我们为你自豪，我们为你疯狂。加油，xx班的你们永远是最棒的的！

8、加油吧，运动健儿们！阵阵有力的步伐，声声有劲的呐喊，运动场上洒下我们青春的点点滴滴。旗摇摇，鼓声声，那里挡不助的是青春活力；枪声响起，“预备起跑”，挡不助的是健儿们如火般的气势。英雄舍我其谁，胜利当仁不让，声声誓言浸透着健儿们的昂扬斗志。朋友们，为运动健儿们喝彩，为运动喝彩吧！场上精彩纷呈，空气里的每一个分子浸透着自信。

9、坚定而又有力量，眼睛看着的不是眼前的跑道，而是那最终的目标，不管汗洒如雨，步伐迟缓到后，不退缩，不气馁，加油，健儿！

10、虽然你们在场上的时间很短暂，但你们的身影依然停留在人们的脑海里，因为你们是赛场上最可爱的人！

**亲子训练课程文案范文 第十五篇**

>一、内容与要求：

1、知道三月八日是妇女节，是妈妈的节目。

2、了解妈妈的工作和妈妈的喜好，喜欢妈妈。

3、通过表演节目和妈妈一起游戏，表达对妈妈的祝贺。

>二、重点和难点：知道三八节，并用各种方式向妈妈表示祝贺。

>三、材料准备：

1、一些歌曲音带，如〈我的好妈妈〉、〈世上只有妈妈好〉等。

2、幼儿事先准备好送给妈妈的礼物。

3、通知妈妈参加活动。

4、妈妈准备发言。

>四、活动过程：

（一）主持人引出活动

（二）庆祝活动

1、在歌颂妈妈的乐曲中，邀请妈妈们入座。

说明：座位安排，可让妈妈坐在舞台前，幼儿坐在周围。

2、活动进行。

主持人引导幼儿说说庆祝会的意义。

按节目单表演节目。

说明：幼儿在表现自己时，感受到快乐的情绪，同时也使妈妈为自己孩子的表现在高兴。主持人的语言应根据节目内容有所设计。

幼儿说说妈妈在家的辛苦及对自己的关爱

个别妈妈表演本领

老师小结：我们的妈妈真能干、真辛苦呀，我们一起来谢谢妈妈：“妈妈您辛苦了。”

妈妈说心声。

说明：通过妈妈代表说心声，体会妈妈爱“我们”的情感同时也激发幼儿爱妈妈。

幼儿与妈妈一起游戏。

**亲子训练课程文案范文 第十六篇**

一.活动目的：

1.通过参加活动会，培养孩子踊跃进取、英勇刚强的精良品德。

2.通过发展亲子运动会，增强家长与子女之间的感情交换，增添孩子之间、家长之间、老师和学生、老师和家长之间的沟通机遇。

3.发展孩子动作的和谐性和机动性，增进身材全面发展。

4.通过体育活动，造就孩子与父母或错误独特战胜艰苦夺得成功的精力，培育孩子加入体育运动的兴致，亲自休会体育活动的魅力。

二.活动时光：

\_\_年3月22日下战书1：00

三.活动对象：

一班全部学生跟家长，特邀校长、钱老师、戴老师及一班所有任课老师参加。

四.活动地点：

集云试验学校操场

五.活动方法：

将班里的学生分为四组，每组13人(家长和本人的孩子分在统一组)，每一组选出家长和小孩组长各一名。根据每一个比赛项目标游戏规则进行比赛，每一个项目取前三名，分别加30、20、10分，所有的项目得分进行累积记入集团总分，最后按团体总分高下来评定名次。设一等奖一组，二等奖一组，三等奖两组。

六.活动程序：

1.主持揭幕;

2.家长和孩子在韵律操音乐中自在施展做准备动作;

3.按竞赛名目顺序依次进行比赛;

4.颁奖、结束。

七.活动准备资料：

音响装备(蔡文骥家长负责);

横幅(叶奕帆家长负责);

红黄蓝紫胸牌、拍照(陈池浩然家长负责) ;

记分牌、盘算器

器、剪刀、勾线笔、矿泉水、四种色彩气球(红黄蓝紫)、啦啦队材料(叶晨阳家长负责);

摄像(陈破翰家长负责);

桌子、椅子、

八.活动内容及规则

1. 亲子接力

准备：20米长场地

游戏规矩：四组所有同学和家长(一人)参加，四组同学和家长分离站在场地两边按次序排好，听到口令后，四个小组的第一个同窗同时从出发点疾速的跑，将接力棒传到对面的家长，家长接到接力棒后，再跑到对面将接力棒传到第二个同学，顺次类推，最后按接力的速度取前三名，分辨给小组加30、20、10分。

2. 妈妈队拍球表演

3. 我的小球拍拍拍

筹备：皮球(13个)

游戏规则：在一分钟内一组的同学(13人)同时拍皮球，第二组的家长数数，接着第二组的同学拍皮球，由第三组的家长数数，依次类推，最后按小组拍皮球的数量取前三名，分别给小组加30、20、10分。

4. 亲子跳绳

准备：每人一条绳索

游戏规则：在一分钟内一组的同学(13人)和家长同时亲子跳绳，第二组的家长数数，接着第二组的同学和家长跳绳，由第三组的家长数数，依次类推，最后按小组跳绳的数目取前三名，分别给小组加30、20、10分。

5. 夹弹珠

准备：弹珠、塑料碗、筷子

游戏规则：在一分钟内一组的同学(13人)同时夹弹珠，第一组结束后由第二组进行夹弹珠，依次类推，按每组累积所夹弹珠数量多少取

前三名，分别给小组加30、20、10分。

6. 抢椅子

准备：13张椅子

游戏规则：分四轮，每轮各组派出三人(第四轮派出4人)，依据音乐节奏进行抢椅子，每轮胜出一人，四轮累积胜出最多的组为第一名，加30分，第二名加20分，第三名加30分。

7. 钓鱼

准备：六十个易拉罐和十三根鱼杆

游戏规则：每组的同学在一分钟内同时钓鱼(家长从旁帮助)，第一组停止后由第二组进行钓鱼，依次类推，按每组所钓的鱼数量取前三名，分别给小组加30、20、10分。

8. 踩气球

预备：每人四个气球，分别绑在两只脚上;1

**亲子训练课程文案范文 第十七篇**

>一、活动目的

家长和孩子牵手投身大自然，相伴走进大社会，开阔孩子视野，密切亲子感情，密切家园关系，促进家园合作。亲子活动通过亲子群体间的活动交流，增进亲情，增进家长及孩子间的感情，以提高孩子的综合能力，增强家长与孩子之间的透明度、信任度，更好地发展儿童的社会交往能力。帮助家长营造与孩子间的交流、交往，从而促进孩子健康成长的氛围。提高家长育儿的理念和技能，促进孩子的健康成长。指导家长和孩子开展有情趣的亲子游戏活动，使孩子在欢乐的游戏中长身体、开心智。

>二、活动时间：20xx年xx月xx日

>三、活动地点：xx学校

>四、活动流程：

>一、热身——大树与松鼠

活动目的：活跃气氛打破僵局

材料：无

时间：5—10分钟

活动程序：

1、事先分组，三人一组。二人扮大树，面对对方，伸出双手搭成一个圆圈；一人扮松鼠，并站在圆圈中间；培训师或其它没成对的学员担任临时人员。

2、培训师喊“松鼠”，大树不动，扮演“松鼠”的人就必须离开原来的大树，重新选择其他的大树；培训师或临时人员就临时扮演松鼠并插到大树当中，落单的人应表演节目。

3、培训师喊“大树”，松鼠不动，扮演“大树”的人就必须离开原先的同伴重新组合成一对大树，并圈住松鼠，培训师或临时人员就应临时扮演大树，落单的人应表演节目。

4、培训师喊“地震”，扮演大树和松鼠的人全部打散并重新组合，扮演大树的人也可扮演松鼠，松鼠也可扮演大树，培训师或插其他没成对的人亦插入队伍当中，落单的人表演节目。

>二、主题活动

活动名称————盲行之风雨人生路

活动目的：

增进亲子之间的感情，父母与子女互换角色，体验彼此换位后的感觉。通过角色互换增进彼此之间的了解。材料：绳子、木头、瓶子等障碍若干活动步骤：

1、工作人员先在场地上用绳子布置障碍。

2、以家庭为单位组队，一对亲子一组（由父母与子女中各挑选任意一人参加）。

3、多组同时参加（根据现场道具决定上场的组数）。

4、首先用黑布将子女的眼睛蒙上，开始时父母牵着子女的手从场地的启始点开始往终点行进，其间父母要带领子女在自己的话语的指导下绕过各种障碍到达终点，然后父母返回起始点并用话语指导子女如何绕过障碍物从终点走回起始点。

5、父母子女角色互换，让父母蒙上黑布，由子女牵引父母行进，重复以上的步骤，直到最后一组成员会到起始点，活动结束。

6、各组成员分享自己的\'活动感受。

7、分享结束，让子女拥抱父母，并对他们说我爱你或感想。

8、领导者，有时候亲人之间并不缺少爱，缺少的可能只是一种沟通，在活动中父母与子女通过彼此的互换角色从而站在对方的角度上思考问题，子女更加深刻的体会到作为家长的艰辛与不易，使他们懂得珍惜那份爱，父母也可从中体会到多花些时间与子女沟通多了解了解子女的感受或许比一味的给与要来的更重要。

**亲子训练课程文案范文 第十八篇**

一、指导思想

通过开展各种精彩纷呈的亲子活动，增进家长与孩子之间的情感交流，密切亲子关系，形成家庭生活中民主、平等和欢乐祥和的气氛，对创建和谐家庭具有深远的意义。

二、活动目标

亲子活动的开展有助于提高孩子的智力，提高其动手能力、反应能力与创造能力，使孩子能在德、智、体、美等各方面得到全面地发展，有益于孩子的身心健康与发展;在各项活动中限度地发掘孩子的内在潜能，全面系统地提高孩子的综合素质，有助于孩子的个性发展与完善。

亲子活动策划方案5篇活动方案

三、流程

各位家长、小朋友们，大家好：

首先我代表\_\_旅行社和漳州师范学院教育系健康咨询服务中心欢迎各位家长、小朋友们的到来，感谢你们在享受轻松假期的同时抽出时间来参加此次亲子活动，对此我们表示衷心地感谢与热烈的欢迎。本次活动希望可以通过轻松有趣的游戏增进家长与孩子之间的情感交流。

我们总共为大家准备了四个游戏项目：1、热身游戏二人三足跑，2、夹球比赛，3、一路有你，4、踩气球。

(1)首先，进入我们的热身游戏:二人三足跑

游戏规则是：家长与孩子并排站在起跑线后，两人内侧的两只腿要用绳绑住，裁判发令后必须绕过指定的标志物才能返回。以先跑完的队为胜。

道具：绳子若干障碍物(具体依场地情况定)

有不清楚的地方请及时提出来，下面我们要开始玩游戏咯。

游戏ING(为每个家庭加油)

分享要点：

1.刚才在游戏的过程中，哪个家庭遇到了问题?是什么?怎么解决的?从中学会了什么?

2.哪个家庭对自己的表现很满意，有什么经验体会可与大家分享?3.大家一起总结如何才能做得又快又好。

(2)刚才是我们紧张刺激的热身游戏，接下来进行一个需要全家总动员共同完成的游戏：夹球比赛

这个游戏的具体玩法是：在每孩子的衣服里装一个排球，蹲着夹球并拿回形针前进比赛，每次移动1枚，在40秒内转移的回形针数量最多者获胜。(以家庭为单位)

道具：回形针一盒排球若干

如果大家都清楚规则的话我们就开始玩游戏咯!

游戏ING(为每个家庭加油)

分享要点：

1.胜的家庭谈谈胜利的经验与心得。

2.成绩不太理想的家庭有没有什么总结是什么原因失败的?

3.父母，孩子分别谈谈希望对方如何配合自己，怎样合作可以使结果。

(3)接下来的这个游戏仍然需要全家人的努力来争取胜利。游戏：一路有你

游戏规则：孩子带上眼罩，先转3圈，然后在家长的搀扶和言语指引下跨过障碍到达指定位

置后，然后家长放手，学生在家长的言语指导下独自走向前方。最先到达终点的家庭为胜利。

道具：眼罩，障碍物(具体依场地情况定)

大家准备好了吗，我们开始咯!

游戏ING(指导注意安全)

分享要点：

1.孩子们谈谈蒙上眼睛的感受，在行走过程中的感受。

2.谈谈如何建立亲子间的信任关系。

(4)最后一项很刺激的游戏是踩气球

游戏规则：每个家庭派两人参加，其中一名必须是孩子，我们在参赛队员的两只脚上各拴4

只气球，裁判员发令后，参赛的各家庭相互踩气球，时间为30秒钟，最后那个家庭剩下的

气球多者取胜。

道具：气球绳子

游戏ING

分享要点：

1.父母，孩子分别谈谈希望对方如何配合自己。

2.讨论如何合作才能很好地完成游戏。

欢乐的时光总是那么短暂，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。让我们一起为各位创建和谐家庭做出努力!谢谢大家的参与!再见!

WiseMedia

四、备注

1、游戏过程中，一切行动都要听从团体的指挥;

2、要全力维持好游戏过程中秩序，避免出现踩踏或发生安全事故。

3、工作人员在游戏开始之前要对开展团体的场地进行选择以及道具等用品的布置。

**亲子训练课程文案范文 第十九篇**

1、青春的脚步，青春的速度，青春的活力，青春的激情，将会在你们的身上尽情体现。迎接自我，挑战自我，战胜自我！我们相信你们一定能行，加油吧，运动员！终点就在眼前！

2、人们的注视，那是人们对你的希望，祝福在你身边，呐喊在你耳边，希望在你心中。

3、接力棒带着你摩擦出的火光，暖了我的手。在急讯中，我们眼光在煞那间传递的是永恒，是团结，是友爱。

4、你的汗水洒在跑道，浇灌着成功的花朵开放。你的欢笑飞扬在赛场，为班争光数你最棒。跑吧，追吧在这广阔的赛场上，你似骏马似离铉的箭。跑吧，追吧，你比虎猛，比豹强。

5、一滴滴汗水，飘落在绿茵道上，伴随着矫健的步伐，奏出希望的乐章。一种种信念，飘在蔚蓝的天空，伴随着你那深沉的眼光，画出美丽的弧线。人生能有几回搏？

6、掌声响起来这里需要激情，这里需要呐喊，这里同样需要掌声。当你乘胜而归，我们为你鼓掌，为你祝贺，当你失败而来，我们同样为你鼓掌，为你骄傲。当掌声再一次想起的时候，你已经站在了起跑线上，朋友，向前冲！我们在为你鼓掌。

7、广阔的绿茵场，是为你们搭建的舞台。张扬吧，年轻的心，我们将为你永远喝彩！

8、汗水，泪水；笑声，歌声；我们尽情挥洒。开幕式上，运动场上，我们尽情展现，多少艰辛，多少困苦，我们勇敢承担。因为年轻，因为张扬，因为我们知道：用今天的汗水换来明天的微笑！

9、坚定，执着，耐力与期望，在延伸的白色跑道中点点凝聚！力量，信念，拼搏与奋斗，在遥远的终点线上渐渐明亮！时代的强音正在你的脚下踏响。

10、你奔跑的身姿，就是展翅飞翔的苍鹰，天高任鸟飞，高高的苍穹里，骄傲的翱翔，留下飞翔的痕迹见证你的骄傲，实力，精神，刻在跑道上，迈开矫健的步伐，奔向前方，冲刺，撞线，胜利！

**亲子训练课程文案范文 第二十篇**

活动目的

1.通过精心设计的亲子活动，指导和帮助家长更新家庭教育观念，指导和帮助家长重视言传身教，以自身良好的品德修养、行为习惯影响子女，努力建立民主、平等、和谐的家庭关系，积极进行学习型家庭的创建实践,做到:真正形成家庭、学校教育的合力。

2.创设环境，通过孩子对社会生活的模仿，学会与他人协作，使他们的合作交往能力得到充分发展，同时感受成长中的快乐。

3.家长和孩子一起游戏，相互影响、相互促进，共同提高，增进亲情。

活动主题我在快乐中成长。

指导对象二年级(2)班学生以及学生家长。

活动内容与说明

1.我最棒(说明：孩子进行穿衣服、整理书包比赛。此项为必选项目，10人为一个小组，分5个小组，每个小组前5名为优胜者，得分100分。后5名得分50分。)

2.过河(说明：家长和孩子参加，家长和孩子在呼啦圈内向前跳，两组同时进行，先到目的地者为胜得分100分，第二名得分为50分。)

3.同心协力(说明：家长和孩子一起参加，家长蒙着眼睛背小孩走向讲台，由小孩拿毽子，再返回原处。两组同时进行。快、准者为胜，得分100分。否则得50分。)

4.我做你猜(说明：小孩根据屏幕的提示做动作，家长猜相应的字或者词(家长背向屏幕)，共猜两个，每猜对一个得50分。满分100分。)

5.小作坊：学生与家长合作用准备好的材料，制作出有特色的小制作。(此项是必选项目，不评分。)

活动准备

1.丰富生活经验。利用课外活动的时间与学生交流：你们平常在家里是自己穿衣服吗?你会整理自己的书包吗?你是怎样做的?

2.带学生参观中高年级的体育课，组织学生有目的地观察，知道通过合作，小组才能获得游戏的胜利。

3.积累表示

人物动作、表情或动物名称的词语，并且请家长指导动作演示。

4.丰富游戏材料。

a家长和幼儿共同收集废旧材料，如：饮料瓶、蛋糕盒、衬衫盒、旧挂历、彩色塑料袋等。学生在家长的指导下完成小制作。

b老师准备呼啦圈、毽子以及活动的课件等。

5.布置活动环境。将教室打扮成乐园，与当前的主题活动互动，使快乐成为教室里活动的风景线。

活动过程：

一、明确游戏内容及规则，家长与孩子选择游戏

“我 最棒”和“小作坊”是每个同学都要参加的活动，在另外三个活动中再选一个;在“过河”和“同心协力”这两个活动中，你们将会和自己的家长共同努力达到目 标，享受到合作的乐趣;“我做你猜”这个活动可以充分展示你的才华，也能看出你和父母的默契。现在你想参加哪个游戏?为什么?

二、我最棒

师：当你的朋友进行“穿衣服、整理书包”比赛时，你能为他们做些什么呢?

生：我要为他们加油。

我会分享他们成功的喜悦……

师：如果在比赛中没有获得胜利，那怎么办?

生：我会鼓励他不要气馁，以后多加练习……

(第一个小组的十个同学走到活动场地的中间，排好队，铃响，比赛开始，只见他们在快节奏的音乐声中，迅速地拿起外衣穿起来，接着整理书包背起来，动作麻利。周围是同学们和家长的加油声、欢呼声，气氛非常热闹。第二组、第三组……)

结束语：孩子自立自强，自己能做的事自己做，从小事做起，培养孩子独立的品质是学校和家庭共同的任务。

三、过河、同心协力

师：你们知道要顺利完成任务的关键是什么吗?

由家长指导学生具体做法，达成共识。(合作、同心协力)师：老师想请一位同学一起来玩第一轮比赛。谁愿意?

第一轮：第一组(语文老师和学生甲)对第二组(数学老师和学生乙)

第二轮始由学生与家长参加。

(这两项活动在热闹中进行得井然有序，家长带领自己的孩子按照老师安排的顺序参赛。活动的过程中，学生和家长都在边看边总结经验，并且互相交流。)

老师变换角色，采访学生：你刚才做游戏时心情怎样?有的学生说紧张，有的说开心，也有的说不管是否胜利都很开心，因为是父母一起参加的，共同努力了，虽败犹荣。

活动结束：家长与学生交流感受。

师：请问小朋友，当你在活动过程中，你和父母的意见不同或者你们的行进速度不一样时，你是怎样解决这个问题的?(家长可以做适当的指导。)

四、我做你猜

请小朋友到这里来展示你的表演天分，用你丰富的表情和恰当的动作来告诉大家：瞧，我多聪明!

(从前两个稍大运动量的活动过度到这项只需呆在原地就可完成的节目，既让大家的身体得舒缓，又可调节激动的情绪。而大家的热情丝毫不减，如：当屏幕显示“大象”时，表演的学生学着大象的样子勾着“长鼻子”不停地摇摆，那逗人样儿让看的人都忍俊不禁。)

家长谈感受：孩子对字词的感受能力很强，能用动作和表情来表示，说明他们内心世界的情感也是非常丰富的，平常喜怒哀乐形于色，我们应当让孩子在生活中体会到各种情感，这样有利于他们的身心健康成长。

五、小作坊

你们做了些什么小制作?谁来告诉大家，你是怎么做的，遇到了什么困难?怎样解决困难?

(同学们纷纷拿出自己的小制作，小组的同学走到一起交流经验。霎时，活动场地成了“展览馆”：飞机模型、遥控汽车、火箭、轮船、机器人……作品之多让人目不暇接，作品之精巧让你不得不佩服小孩子的创造力。最后每个小组推荐一名同学演示、解说。)

六、活动评价、总结、发奖。

引导学生自我评价，相互评价。

(1)今天，你们快乐吗?为什么?

(2)你觉得你的同学、你的父母今天表现怎样?

(3)下次你想玩什么游戏?为什么?

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！