# 中班体育手指游戏和户外游戏（5篇可选）

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-01-09

*第一篇：中班体育手指游戏和户外游戏中班体育手指游戏和户外游戏适用于中班的体育主题教学活动当中，让幼儿学习几个＂宝贝手指谣＂，包饺子，我有一双小小手，我有一双小小脚，大猫小猫去钓鱼，小松鼠找树洞等手指游戏和户外游戏，快来看看幼儿园中班体育手...*

**第一篇：中班体育手指游戏和户外游戏**

中班体育手指游戏和户外游戏适用于中班的体育主题教学活动当中，让幼儿学习几个＂宝贝手指谣＂，包饺子，我有一双小小手，我有一双小小脚，大猫小猫去钓鱼，小松鼠找树洞等手指游戏和户外游戏，快来看看幼儿园中班体育手指游戏和户外游戏教案吧。

几个＂宝贝手指谣＂

俗话说：“十指连心”、“心灵手巧”。著名哲学家康德曾说：“手是身体的大脑”，著名教育家苏霍姆林斯基也曾说：“儿童的智慧在他的手指尖上”。对于婴幼儿来说，手指的活动，是大脑的体操。活动的是手，得到锻炼的是大脑。手的动作与人脑的发育有着极为密切和重要关系，对语言、视觉、听觉、触觉等的发展也有极大的助益。

其实手指谣并不难，想要宝宝高兴起来也不难，只要你想学就很简单。

1.大拇哥，二拇弟，中鼓楼，四兄弟（唱大戏），小妞妞（抓住孩子的小手，边点着她的手指头边说）

爬呀爬呀爬上山（食指从胳膊一步步点到肩膀）

耳朵听听（捏捏耳朵）

眼睛看看（点点眼睛）

鼻子闻闻（点点鼻子）

嘴巴尝尝（点点嘴巴）

咯吱一下（停顿，突然把手伸到孩子脖劲处，咯吱一下，以后每次孩子都会惊喜地等着这一时刻）

2.爸爸是司机，开汽车，嘀嘀嘀（双手大拇指单伸出来，向下按）

爸爸旁边是妈妈，妈妈洗衣服，刷刷刷（双手食指单伸出来，做搓衣服的动作）

个子最高是哥哥，哥哥打篮球，砰砰砰（双手中指单伸出来，向上做投篮动作）

哥哥旁边是姐姐，姐姐在跳舞，嚓嚓嚓（双手无名指单伸出来，做绕圈动作）

个子最小就是我，我在敲小鼓，东东东（双手小指单伸出来，做敲小鼓动作）

3.我（指着自己，表情夸张）是一个大苹果（双手张开表示“大”）

小朋友们都爱我（双手食指点着前面的人）

请你先去洗洗手（双手做洗手的动作）

要是手脏（用右手食指点着左手手掌）

别碰我！（挥动右手表示“不”）

4.包饺子

小手摊开，咱们来包饺子吧（伸出左手手掌）

擀擀皮（右手在左手上做擀皮状）

和了和了（右手手指立起在左手手掌上做和馅的动作，就象手指在抓挠）

包个小饺子（说一个字，用右手食指依次点着左手的手指）

香喷喷的饺子给谁吃（用右手把左手指包起来，盖住，问孩子）

（然后孩子说给谁吃，就把饺子递到嘴边）

5.小熊小熊圆圆脸（用手在宝宝的手心画圆）

一步一步上上坡（从宝宝的手往手臂上点上去）

几里古噜滚下来（在宝宝身上从上往下做滚状

滚进一个山洞里（用手点到宝宝的胳吱窝挠挠）

6.一根棍，梆梆梆。（在宝宝身上轻轻敲打）

二剪刀，剪剪剪。（用食指、中指在宝宝身上轻轻夹）

三叉子，叉叉叉。（食指、中指、无名指分开伸出，轻触宝宝）

四板凳，拍拍拍。（拇指弯曲，四指并拢，轻打）

五小手。抓抓抓。（五指分开，然后做抓的动作）

六烟斗，抽抽抽。（拇指和小指伸开做抽烟状）

七镊子，夹夹夹。（拇指、食指、中指捏一起，在宝宝身上捏捏）

八手枪，啪啪啪。（拇指食指做手枪状，啪啪啪射击）

九钩子，钩钩钩。（食指弯曲做钩状，在宝宝胸前钩钩）

十麻花。转转转。（中指搭在食指上，食指伸直。双手转动。）

每次做，宝宝都是笑的花枝乱颤的。呵呵

7.我有一双小小手，小手拍一拍，小手拍一拍；（把小手拍一拍）

小手藏起来，小手藏起来。（让宝宝把小手藏在身后）；

小手在哪里？小手在哪里？（留有时间让宝宝想一想）

小手在这里，小手在这里。（把小手从身后拿出来，拍一拍）

我有一双小小脚，小脚踩一踩，小脚踩一踩；（让小脚踏踏地）

小脚藏起来，小脚藏起来。（让宝宝用小手把小脚捂住）；

小脚在哪里，小脚在哪里？（留有时间让宝宝想一想）

小脚在这里，小脚在这里。（把小手拿开，小脚欢快的踏一踏）

8、一栋房、手指动作：两手的食指与拇指相连。

两块糖、手指动作：食指与拇指各捏成一个圆

三把伞、手指动作：一手打开，另一手握圈伸出食指做雨伞

四把枪、手指动作：拇指与食指做枪状

五副眼镜、手指动作：手握拳当眼镜

六碗汤、手指动作：双手并拢端平

七只白兔、手指动作：中指与食指竖起做兔子耳朵

八头象、手指动作：两手大拇指与小拇指连接

加上九朵小红花、手指动作：手做花状

十个朋友喜洋洋。手指动作：伸开手指左右摇晃

户外游戏：

1、大猫小猫去钓鱼

玩法：教师说：“大猫小猫去钓鱼。”幼儿在后面问：“什么鱼？”教师边往前走，边答：“XX鱼……”当说到“大鲨鱼时”幼儿要“回家”（到老师指定的地方躲起来，不让老师住。）

2、大力士

玩法：两个幼儿为一组，背靠背坐在垫子上，两手撑地，两人用力向后顶，把对方顶出垫子的人为大力士。也可见个幼儿分成两队，两队队员背靠背站立，同时顶，哪个队各个多地顶出对方的人为胜对。

3、小松鼠找树洞

玩法：幼儿三人一组，两个幼儿面对面手拉手站立，作为“大树洞”，另一位幼儿钻到树洞“里，另外请两到三名幼儿扮演未钻到树洞里的”松鼠“，站在树旁或来或跑动等待时机，听到教师的口令后，所有的”松鼠“都必须迅速改变位置，设法找到新的树洞，没有找到树洞的松鼠与树洞交换位置，游戏继续进行。

4、组织幼儿利用袋子开展多个游戏。

1）与花袋子握握手：幼儿原地跳或助跑跳起触袋子。

指导语：花袋子，真漂亮，我跳起来和你握握手。

2）钻山洞：部分幼儿把袋子拿起，袋子变山洞，幼儿一个跟一个钻过去。（分男女孩进行）。

指导语：”长布袋变山洞，小朋友们一个一个钻进去“。

3）盲人走路：幼儿将塑料袋套在头上，听声音向指定方向走。

指导语：”请把袋子套头上，听清声音走过来。“。

4）大力士：袋中装适量重物，幼儿可搬、可扛，也可两两合作，将重物运到指定的地方。

指导语：”我们来做大力士，比比谁的力气大“。

5）太阳伞：幼儿每人抓住布边，同时将布从上往下拉，圆布拱起变成太阳伞。

指导语：”大花布变一变，一、二、三，哗！变成美丽的太阳伞\"。

本文扩展阅读：手指是指人手前端的五个分支。手掌的五个终端部分之一，手指一般有拇指、食指、中指、无名指、小指这五个。

**第二篇：中班手指游戏**

中班 手指游戏

第一周：数数歌

山上一只虎，（双手五指张开做老虎状）

林中一只鹿，（双手做鹿角状放在头顶）

路边一只鸭，（双手在胸前做鸭嘴状）

草里一只兔，（双手在头顶做兔耳状）

洞里一只鼠，（左手握空拳、右手食指伸进左手）

大家数一数（双手握拳）

一二三四五（由拇指开始依次伸开五指）

虎、鹿、鸭、兔、鼠。（分别做以上五种动物形状）

第三周：牵牛花

牵牛花呀 顺竿爬，（双手腕相靠360°翻转手腕，由下至上伸到头顶）

条条藤儿把手拉，（手背相对小指、无名指、中指食指依次相钩）

风不怕呀雨不怕，（双手左右摆动）

滴滴哒哒吹喇叭，（双手晃动大拇指）

哎——哎——，（依次放开相钩的四指）

滴滴哒哒吹喇叭。（双手四指与拇指扇动做喇叭状）

第五周：点点窝窝

点点窝窝（左手并拢伸直，右手食指在左手心点两下，随之变换左手弯曲）

来种果果，（左手并拢向上弯曲，右手握拳在左手手心捶四下）

发了嫩芽，（左手并拢手心面向胸前。右手食指伸直从左手下方伸出来）

嫩芽长大。（右手在左手手心慢慢伸出）

开了红花，（左右手呈兰花指）

花满枝头，（左右手有次序的放在头顶上）

结了石榴，（左右手相并呈椭圆状，在头顶晃动）

石榴籽多。（双手呈花朵状，手指颤动）

挤破壳壳，（双手交叉后手肚相碰）

伸出头来，（双手交叉转移到脖子）

乐乐呵呵，（双手交叉来回高低晃动）

哈 哈！（双手打开，拇指放在太阳穴处晃动）

第七周：十个好朋友

两个大拇指，（竖起两个大拇指，其余4指卷起）

比比一样高，（两个大拇指碰在一起）

互相点点头，（拇指相对，弯曲3次)

接着弯弯腰，（拇指向前，弯曲3次）

两个小拇指，（伸出两个小拇指）

一样都灵巧，（小拇指弯曲3次）

互相手拉手，（两个小拇指互相勾在一起）

接着问声好，（小拇指相对弯曲3次）

食指、中指、无名指，（分别伸出3根手指）

样样事情离不了，（弯曲3次）

伸出双手数一数，（五指分开，伸出双手）一、二、三、四、五、六、七、八、九、十，（数一个数，收回一根手指）

第九周：蜗牛

小蜗牛，（左手伸出与中指，右手握拳放于左手手背，做蜗牛形状）

爬着走，（在上节所摆蜗牛形状上做爬行动作）

爬呀爬，（动作同第二句）

走呀走，（两手食指中指伸出，并相对做爬行动作）

眼看就要爬到头，（做蜗牛爬行动作）

一下跌个大跟头；（双手做蜗牛形状，向下压手腕四次）

小蜗牛

，（动作同第一小节第一句）

爬着走，（动作同第一小节第二句）

爬呀爬，（动作同第一小节第三句）

走呀走，（动作同第一小节第四句）

不怕再跌大跟头，（双手交叉五指打开左右摆动两次，然后做蜗牛形状压腕两次）

爬呀爬呀爬到头。（做蜗牛爬行动作）

第十一周：秋风来

秋风秋风吹吹，（双手手心相对，手指向上，右手在上左手在下，随节奏弯曲手指）

树叶树叶飞飞。（双手在身体右斜上方，手心手背手腕花）

好像一只蝴蝶，（双手食指与拇指相对，其余三个手指竖起，双手拇指相碰）

飞到空中追追。（其余四指分开扇动）

第十三周：开门（五指张开，各手指指尖相碰手掌分开）

大门开了进不来，（大拇指分开，其余四指保持指间相碰不动）

小门开了进不来，（小拇指分开，其余三拇指保持指间相碰不动）

前门开了进不来，（后门分开，其余两指保持指间相碰不动）

后门开了进不来，（无名指分开，中指保持指间相碰不动）

中门开了我进来。（中指分开，拍手三次）

进到教室里，（双手十指相扣 握住）

心情好愉快，（双手反复张开五次）

打开教室门，（大拇指分开，其余四指相扣不动）

老师请进来，（食指分开，其余三指相扣不动）

全体都起立，（双手十指交叉，伸直）

我们做游戏。（双手十指相扣，反复张开五次）

第十五周：种豆

种下一粒豆，（十指交叉握拳，将大拇指藏于拳中）

发了一个芽，（将藏着的大拇指伸出）

顺着黄瓜架，（两个大拇指相互绕）

使劲往上爬，（边绕边向上）

长高了长高了，（两手分开，在头顶上山下摆动）

可惜没浇水，（在头顶双手变换反方向）

蔫了塌了架。（双手无力垂下）

第十七周：小狐狸

两只小狐狸，（大拇指中指无名指三指并拢前伸，做狐狸的头，其他两指做耳朵）样子很神奇，（煽动耳朵）

玩着跷跷板，（三指拳起，食指指尖相对，大拇指向上竖起）

忽高又忽低，（一边高一边低交替变动）

要做好朋友，（双手重复第一个动作，双手相对）

不能耍脾气，（双手摆动）

你让我来我让你，（双手指向自己在指向对方）

快快乐乐做游戏。（互相拍手或两人拍手）

10、螃蟹

螃蟹一啊，脚八个呀，（手心向外，两个大拇指扣在一起，其他手指弯曲）两头尖呀，这么大呀，（左右手食指、大拇指相对）横着爬呀，竖着过呀，（重复第一个动作，横向运动）拿着钳子，跑得快呀。（双手食指竖起，做吓人的动作）

**第三篇：中班手指游戏**

中班手指游戏

1、会变的画

蓝蓝的天上有幅画，(双手在头上手指并拢伸直，双手拇指相顶，其余手指伸开从头上上下扇动)

朵朵白云在变化，(双手张开，十指伸直，拇指和食指相碰做方形，点几下)

小鸡啄小虫，(双手伸直，指尖相对，做顶指，前后摇动三下)

小鸭捉小虾，(双手学鸭子张合两下)

小猴翻筋斗，(做小猴搭凉棚动作，然后双手交叉，做腕花动作)

小马摇尾巴，(双手互拍，然后手心相贴，上下转动，双手互搓手心)

风儿捎来一句话，(双手手心向上做轮指一次，然后双手伸1)

蓝天就是动物的家。(双手在头上方伸直，并从上往下移，做碰指尖动作)

2、五指歌

你拍一，我拍一，(双手相拍，与对面幼儿交\*击手)

食指一人按门铃。(伸出食指做按门铃状)

你拍二，我拍二，(同一的动作)

食指中指剪窗花。(伸出食指中指做剪刀状)

你拍三，我拍三，(同一的动作)

大中食指握笔杆。(伸出右手做写字状)

你拍四，我拍四，(同一的动作)

兄弟一起来干事。(伸出右手做拎篮子状)

你拍五，我拍五，(同一的动作)

大家一起来跳舞。(双手相拍，手腕转动做新疆舞状)

3、手指亲亲

小指勾勾(小指互勾)。拇指顶顶(拇指相顶)

转个圈儿(小指分开，手心相对，右手向前伸)

转个圈儿(拇指也分开，手指向前转动)

握手亲亲(两手继续旋转，顺势上一互换位置)

握手亲亲戚再继续转动，使两手指尖向内互相紧握)。

4、小花猫

小花猫，上河西，(做花猫状，手指向下捏成7状，前后摆动)

扯花布，做花衣。(双手伸直在头顶处晃动，慢慢转移至胸前)

不要你金，不要你银，(双手摆动后指尖相对呈三角状随之变换呈平行状)

要你花轿来抬人。(指尖相对呈平行状来回晃动)

四个吹，(双手交叉右手伸出四个手指后在洞里吹)

四个打，(双手交叉右手伸出四个手指后用手肚进行拍打)

四个驴子(双手交叉右手伸出四个手指随之变成两个手指)

四匹马(双手交叉右手伸出四个手指随之放下握紧后往前摆动)

咦-里-哇啦回到家。(双手握拳在胸前转圈)

5、手指谣(准备：双手握拳)

大拇哥，最强壮。(双手同时伸出大拇指)

二拇弟，有力量。(双手同时伸出食指)

中三指，个子高。(双手同时伸出中指)

四兄弟，没出息。(双手同时伸出无名指)

小妞妞，最淘气。(双手同时伸出小拇指)

手腕子，(右手食指指左手手腕)能挽花。(双手同时做挽花动作)

胳膊肘，(右手食指指在左胳膊肘)肩膀，背包。(双手拍肩膀)

耳朵，听声。(双手食指各指两耳朵)眼睛，看亮。(双手食指各指两眼睛)

鼻子，闻味。(双手食指指向鼻子)嘴巴，喝水。(双手指向嘴巴)

咕噜噜噜噜，(双手手指抖动由嘴向下移动)咕噜噜噜噜，(动作同上)

“嗝儿―――”(双手手心向上，由肚向上移动作打嗝状)“嗝儿―――”(动作同上)

喝饱了。(双手手心由胸向下移动)

6、五只小花猪

五只小花猪，(双手打开指尖向上，掌心向前)

长得肥嘟嘟，(双手五指捏在一起，指尖相对，肥嘟嘟时碰三次)

排队起步走，(双手五指张开手心相对上下移动做走路状)

唱歌呼噜噜，(双手五指并拢，手背拱起，拍三下)

一二三四五，(轮指：握拳，拳心向内，先伸出大拇指，然后依次伸出其余四指，最后掌心向前)

五只小花猪。(握拳，拳心相对，打开，掌心相对)

7、土豆、土豆真好玩

土豆、土豆、丝儿、丝儿，(双手握拳，伸出食指，动四下)

土豆、土豆、片儿、片儿，(双手手指伸开，手心相对，动四下)

土豆、土豆、块儿、块儿，(双手握空拳，动四下)

土豆、土豆、丁、丁。(双手握拳，食指伸出弯成钩状，动四下)

土豆丝儿，(双手握拳，伸出食指，动两下)

土豆片儿，(双手手指伸开，手心相对，动两下)

土豆块儿，(双手握空拳，动两下)

土豆丁。(双手握拳，食指伸出弯成钩状，动两下)

丝儿、片儿、块儿、丁。(动作同上，动一下。)

8、大象盖房子

大象卷起木棍子，(两手十指交叉，然后双手相握小臂向上卷起，学大象)

要盖一幢新房子。(双手十指指尖相碰做顶指，慢慢举起至头顶)

它请朋友来参观，(双手手腕相碰，然后双手从小指开始轮指)

第一个来的是小耗子(双手伸1，然后合在嘴前向前两下，学耗子)

第二个来的是小兔子，(双手伸2，然后放在头顶，左右各跳一下，学兔子)

第三个来的是猫妈妈，(双手伸3，然后双手张开放在嘴边学小猫)

带着它的猫孩子，(学小猫左右各做一次小猫捋胡子的动作)

第四个来的是小鸭子，(双手伸4，再双手上下相叠，学鸭子嘴巴张合两次)

摇摇摆摆进了院子。(学鸭子手上动作不变，身体左右摇摆四下)

第五个来的是臭蚊子，(双手伸5，手指伸缩四下)

一拳快把它打死。(右手伸直，左手握拳敲右手手掌，四下)

9、指点点

手指点点(伸出食指在身体正前方点三下)

手指剪剪剪(伸出食指，中指在身体正前方像剪子一样剪三下)

手指抓抓抓(伸出食指、中指、无名指在身体正前方朝前抓三下)

手指插插插(伸出食指、中指、无名指、小指在身体正前方两手相对插三下)

五指开花不见了(五指张开，从体前呈圆弧状划到背后)

10、土豆

土豆土豆心，土豆土豆皮。(双手握拳拍两下，“心”时两手心相对拍一下，双手握拳拍两下，“皮”时双手手背相对拍一下)

土豆心，土豆皮。(动作同上，但是各拍一下)

土豆皮，土豆心。(动作同上)

土豆土豆丝，土豆土豆片。(土豆动作同上，“丝”时双手食指伸出向前方指一下，其他动作同上)

土豆丝，土豆片。(动作同上)

土豆片，土豆丝。(动作同上)

**第四篇：中班户外体育游戏教案**

中班户外体育游戏教案

在爬行的过程中，听到教师发出“红灯”的口令时，幼儿要以最快的速度双手离地站起来。教师再次出示绿灯标志，幼儿以同样的方法进行游戏，直至到达停车场。下面是中班户外体育游戏教案，欢迎阅读。

中班户外体育游戏教案

活动目的

1、巩固立定跳和侧跳动作，发展踝关节的灵活性。

2、幼儿在活动中体验游戏的快乐，培养幼儿对缎炼的兴趣及活泼开朗的性格，培养团队精神。

材料与环境创设 场地及器材如右图。在地面上一队放有5个圈。

活动流程：做准备运动，活动身体师：小朋友们，等下我们就要进行一个比赛，现在大家跟着我活动一下身体，等下才能表现的更好。(带领幼儿抖抖手脚，练习立定跳，在原地跳跃)

介绍游戏规则师：老师要介绍游戏规则了，小朋友要认真听。我们今天游戏的名字叫跳圈比赛。一听名字大家就知道了，我们今天比赛跳圈。四组同时进行，老师要提游戏规则了。跳圈要双脚同时落地。(教师示范)大家听老师的口令，第一个小朋友跳过去后就跑回来，第二个小朋友就接上去。老师要看那组的小朋友最厉害，最后一个小朋友到了终点就把手举起来。老师要要求你们，不能大喊大叫，要保护嗓子。而且不要推来推去，注意安全，学会保护自己。

游戏过程让幼儿比赛一次，老师进行观察，对能力较差的幼儿进行帮助1 老师对幼儿的比赛进行评价。师：有些小朋友没有遵守老师的游戏规则，比如\*\*\*\*，我们再来一次，大家要双脚同时落地，最重要要注意安全。变换游戏规则，立定跳改为侧跳。

游戏结束放松身体。师：到底是哪组的小朋友最厉害呢?小朋友为他们鼓鼓掌。大家都有点累了是吧?和老师做做放松运动。(做一些舒展的运动)等下就要回教室，大家记得下楼梯要注意安全，不准推来推去的。

中班户外体育游戏教案

教学目标1.提高按信号活动的能力及应变力。

2。提高钻、爬能力，培养对体育活动的兴趣。

教学准备1.红绿灯标志各1个，呼啦圈8个，拱形门6个。

2.平坦、无障碍物的室外大场地，在场地中 用粉笔画出人行道、车道和停车场等。

教学过程

一、将幼儿分成两组，一组扮车辆(手持呼啦圈做开车状)，另一 组扮行人，两个小组同时进行游戏。

二、教师手持红绿灯标志，站在人行道的一侧，发出游戏开始的指令后，幼儿念儿歌：“路上车多人也多，红绿灯呀来提示，遵守规则靠大家，安安全全过马路。”教师出示红灯标志的时候，汽车可以开过马路，行人必须停下来;教师出示绿灯标志的时候，车辆立即停止(幼j娇)，行^开始过马路。在场地的一端画一条起点线，另一端画一条终点线(停车场)。幼儿分成两个小组同时进行游戏。起点线前方场地上摆放两列拱形门，每列3个，各间隔3米。(见图3-1)教师出示绿灯标志，两组幼儿同时手脚着地爬行穿过拱形门。在爬行的过程中，听到教师发出“红灯”的口令时，幼儿要以最快的速度双手离地站起来。教师再次出示绿灯标志，幼儿以同样的方法进行游戏，直至到达停车场。

注意事项1.游戏前做好各个关节的热身活动。

2.对违反游戏规则的现象，教师要及时纠正。

3.游戏结束时要进行简单的点评。

效果反馈游戏前做好各个关节的热身活动，对于违反游戏规则的现象，老师及时纠正。

中班户外体育游戏教案

教学目标1.提高按信号活动的能力及应变力。

2。提高钻、爬能力，培养对体育活动的兴趣。

教学准备1.红绿灯标志各1个，呼啦圈8个，拱形门6个。

2.平坦、无障碍物的室外大场地，在场地中 用粉笔画出人行道、车道和停车场等。

教学过程

一、将幼儿分成两组，一组扮车辆(手持呼啦圈做开车状)，另一 组扮行人，两个小组同时进行游戏。

二、教师手持红绿灯标志，站在人行道的一侧，发出游戏开始的指令后，幼儿念儿歌：“路上车多人也多，红绿灯呀来提示，遵守规则靠大家，安安全全过马路。”教师出示红灯标志的时候，汽车可以开过马路，行人必须停下来;教师出示绿灯标志的时候，车辆立即停止(幼j娇)，行^开始过马路。在场地的一端画一条起点线，另一端画一条终点线(停车场)。幼儿分成两个小组同时进行游戏。起点线前方场地上摆放两列拱形门，每列3个，各间隔3米。(见图3-1)教师出示绿灯标志，两组幼儿同时手脚着地爬行穿过拱形门。在爬行的过程中，听到教师发出“红灯”的口令时，幼儿要以最快的速度双手离地站起来。教师再次出示绿灯标志，幼儿以同样的方法进行游戏，直至到达停车场。

注意事项1.游戏前做好各个关节的热身活动。

2.对违反游戏规则的现象，教师要及时纠正。

3.游戏结束时要进行简单的点评。

效果反馈游戏前做好各个关节的热身活动，对于违反游戏规则的现象，老师及时纠正。

**第五篇：中班户外体育游戏《跳房子》**

中班户外体育游戏《跳房子》 中班户外体育游戏《跳房子》 杨柳雪镇教育实验幼儿园 范新国 【活动目标】

1、发展幼儿双脚跳、单脚跳的能力。

2、培养幼儿对体育活动的兴趣。【活动准备】

沙包一个、用粉笔在地上画图形。【活动过程】

一、幼儿把沙包扔进数字“1”里面，再单脚跳进“1”，然后单脚包沙包踢进“2”，依次进行。最后把沙包踢进“9”后，幼儿单脚站在数字“8”里面，弯腰把沙包捡起来。第二名幼儿再开始。

二、跳的过程中如果第一名幼儿没有失误，就可以再第二轮比赛中直接把沙包扔进“2”，如果还是没有失误，就可以再直接把沙包扔进“3”。第二名、第三名幼儿进行时也同样。

三、分两组进行比赛，每组3人，最先把沙包扔进“9”的一组为胜。【活动规则】

1、不能跨字跳，必须按顺序1—2—3¬—4—5—6—7—8—9。

2、单脚跳的途中，另一只脚落地了，就算输，罚下场，等候地二轮比赛。

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！