## 冬天最锻炼孩子身体的幼儿园户外游戏

**1粘泡泡糖**

所有的孩子围成 一个圆圈，边拍手边说：“粘泡泡糖，粘泡泡糖。”孩子问：“粘哪里?”老师说：“粘肩膀(或身体的其他部位)。”孩子马上两人一组互相碰肩膀。

**2天气预报**

老师说：“下大雨。”孩子说：“不怕。”老师说：“下雪。”孩子说：“不怕。”当老师说下冰雹时，孩子们立刻蹲下抱住头，慢者被淘汰。

**3搭三角形**

孩子分成若干组，每组6个小朋友，搭成三角形的样子，听老师的口令向左，“三角形”一起向左走三步，老师说向右(向前，向后)，三角形一起向右(向前，向后)走三步。

**4老鼠笼**

班中三分之二的孩子拉手围成一个圆圈，做成老鼠笼，其余的孩子扮演老鼠，游戏开始，所有的孩子一起说：“老鼠老鼠坏东西，半夜出来偷吃米，我们搭个老鼠笼，咔嚓一声抓住你。”扮演老鼠的孩子则围圆圈绕S跑，当说到抓住你的时候，一起把手放下，在圈中的孩子即被抓住。

**5人枪虎**

孩子分成人数相等两队，面对面站好，每队选出一个队长，然后队长统一队里的动作，(两臂屈肘胸前交叉为人，双手在胸前做射击状为枪，两臂屈肘两手上举于头的两旁，五指张开为虎。人可以拿枪，枪可以击虎，虎可以吃人)。老师说1,2,3开始，两队立刻同时做出自己队的动作，胜队立即追负队，被抓住的孩子加入胜队，游戏重新开始，结束时以人多的队为胜。

**6萝卜蹲**

孩子围成一个圆圈，一个孩子开始说：“xx蹲，xx蹲，xx蹲完，xx(说另一个小朋友的名字)蹲。”(xx代表小朋友的名字)，被点到名字的小朋友开始游戏，依次类推。

**7斗鸡**

孩子用手扳住一条腿，游戏开始，孩子互相撞击，最后，没有摔倒者为胜利。

**8运彩蛋**

2个小朋友为一组，将手绢拉平，放一个海洋球在上面，从起点到终点，每次只能运一个，规定时间内多者为胜。

**9双棍担球**

两个小朋友一组，一人拿一根棍子平行放好，将皮球放在棍子上，从起点运至终点，快者为胜。

**10围圈踢球**

5-10人为一组，小朋友拉手围成一个圆圈，互相踢圈中的皮球，若球滚出圆圈，则圆圈一起移动直至球在中间，游戏继续。

**11快乐跳跳球**

将孩子分成人数相等的四队，游戏开始，小朋友骑羊角球并手挎塑料袋(袋内装上一个海洋球)，将海洋球运到终点，快速返回，第二个小朋友进行，依次进行，最先运完的一队为胜利者。

**踢纸球**

两个小朋友一组，在场地的两端分别画上一个圆圈作为自己的球门，游戏开始，两人开始踢纸球，要想办法将纸球踢到自己的圈中，踢进者即为胜者。

**13蒙眼过障碍**

2个小朋友一组，其中一个小朋友蒙上眼睛，另一名小朋友带其前行，这名小朋友要用语言引导孩子绕过规定的障碍物，快者为胜。

**14蚂蚁运食**

5个小朋友为一组，纵队站好蹲下，后面的小朋友抱住前面小朋友的腰，排头拿一个海洋球，游戏开始，将海洋球运至终点，快者为胜。

**15背对背运球**

2个小朋友为一组，背对背将球夹住，游戏开始，将球从起点运至终点，快者为胜。

**16运沙包**

将孩子分为人数相等的四队，游戏开始孩子们用腿夹住沙包，从起点运至终点(或是用身体的其他部位托住沙包)，快者为胜。

**红绿灯**

老师作红绿灯(胳膊上举为红灯，放下为绿灯)，游戏开始，孩子们开车行驶，看到红灯后立即停止，绿灯可以继续行驶，出现错误的返回原点重新开始。

**18编花篮**

10个小朋友为一组，将腿盘在一起，然后边说儿歌边按一定的方向转圈，若有小朋友的腿掉下，则游戏重新开始。

**19我有一个大皮球**

小朋友拉手围成一个圆圈，选择出一个小朋友做追皮球的人，听老师的口令：“皮球变大了，即孩子拉手往后退，圈变得大一点;皮球变小了，即孩子拉手往中间聚，圈变得小一点;皮球破了，孩子松开手，追皮球的小朋友就开始追小朋友。

**20狡猾的狐狸**

小朋友拉手围成一个圆圈，闭上眼睛，老师在圈后随便拍一个小朋友当狐狸，但不说出来，等老师说睁开眼睛后，孩子们问问：“狡猾的狐狸在哪里?狡猾的狐狸在哪里?”被拍到的小朋友说：“狡猾的狐狸在这里。”便开始去追小朋友。

**20剪子包袱锤**

两个小朋友为一组，用腿做剪子包袱锤，胜者向前走一步，最先到达终点者为最后的胜利者。

**22口令游戏**

老师去捉人，若一个小朋友快被捉住时，说定住，即安全，等其他小朋友拍一下后复活可继续参加游戏。

**23解扣游戏**

4个小朋友为一组，右手在上，左手在下交叉拉手，一个小朋友作为起点开始向外翻，其他小朋友依次进行，等都翻完后，再翻回去。