

# 中班跳跃户外游戏活动方案(大全5篇)

方案在解决问题、实现目标、提高组织协调性和执行力以及提高决策的科学性和可行性等方面都发挥着重要的作用。那么方案应该怎么制定才合适呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

## 中班跳跃户外游戏活动方案篇一

1、锻炼幼儿身体的协调本事，培养幼儿的规则意识、合作意识以及竞争意识。

2、幼儿能在游戏中体验游戏带来的欢乐。

螃蟹头饰若干，皮球若干。

一、引导幼儿入场做准备活动。

二、游戏活动部分。

1、谜语导入游戏活动主题。

师：我今日给你们带来了一个谜语，请你们猜猜是什么，“八只脚抬面鼓，两把剪刀鼓前舞，生来横行又霸道，嘴里长把泡沫吐。”（幼：螃蟹）

师：你们真聪明，一下子就猜对了。谁能学学螃蟹是怎样走路的？（请幼儿模仿）

师：螃蟹这个小动物可爱吗？（可爱）

师：你想变成一只小螃蟹吗？（想）好！此刻就让我们大家一起变成一只可爱的小螃蟹吧！（师发头饰）请大家带好头饰和螃蟹妈妈一起学走路吧！

师：春天到了，可爱的小螃蟹从水里爬上岸，它们想：今日天气这么好，我们来玩游戏吧，于是他们玩起了运球的游戏，你们想参加吗？（想）怎样玩呢，此刻我就告诉你们。

## 2、教师讲述游戏规则：

男女两队排在前面的两个小朋友为一组，两人学小螃蟹的姿势，背靠背，夹住球。

胳膊像钳夹一样互相勾住，向前走，走到标志处再走回来，把球放入筐内，然后排在队尾等待下次继续玩。下一组小朋友只要前一组的把球放入筐内就能够出发。两只“小螃蟹”必须要注意团结协作好，球不要掉下来，如果掉了，从头再来，走时必须要注意安全。

## 3、玩法讨论：

在幼儿进行几组后，针对游戏情景引导幼儿讨论：怎样才能走得更快走得更稳。

# 中班跳跃户外游戏活动方案篇二

活动目标：

- 1、能探索出绳子多种玩法掌握跳绳的基本技能发展幼儿的身体动作。
- 2、活动中体验创造性跳绳的乐趣发展幼儿的想象力与创造力，培养幼儿的合作意识与合作潜力。

活动重点：

能探索出绳子的各种玩法，掌握玩绳的基本技能，发展幼儿的身体动作。

活动难点：

双人合作花样。

活动准备：

一根长绳子。短绳若干。

活动过程：

一、教师带领幼儿做热身运动。

二、听老师口令练习跳跃及上肢动作。

师：跳、跳、跳，幼儿跟着老师跳、跳、跳，原地双击此处师问：“还能够怎样跳？”引导幼儿向前跳、向后跳、向上跳、蹲跳、向左跳、向右跳、单、双脚跳。

三、上肢活动师绕绕臂，绕绕臂。幼儿跟着老师绕绕臂。

师问“还可怎样绕”引导幼儿向前绕、向后绕、单、双手绕、举起手臂绕等，发展幼儿动作的灵活性。

四、引导幼儿探索跳绳的多种玩法

1、单人双脚跳。幼儿两人或三人一组，有人单脚跳绳，其他人跟着节奏数数。看一看谁跳的多。

2、双人双脚跳。

两人一根绳子，幼儿应对面，两人同时双脚一起跳，跳得多者为胜。

3、幼儿自由结伴2人、3人或多人合作探索跳绳的玩法。

长绳一根，两名幼儿在两头摇动绳子，其他幼儿2-3人一起跳。看谁跳得多，多者为胜。

4、请幼儿相互交流合作玩游戏的方法。

五、活动结束

随着老师做整理运动

### 中班跳跃户外游戏活动方案篇三

1、练习用纸球击目标,发展幼儿投掷能力和目测力。

2、学习遵守游戏规则,体验规则在活动中的重要性。

1、用报纸、皱纸做成的只求若干只。

2、小脸盆若干只,盆内调好颜料,一盆一种颜色。

1、启发提问,引起兴趣:

(1)、教师启发提问:

——“如果不用笔,你能怎样在板上画出一幅美丽的画?”

(2)、幼儿讨论交流。

(3)、激发游戏兴趣:

——“今天我们做小猴投彩球的游戏,用纸团蘸上颜色投到板上看看会不会变成一幅美丽的图案?”

2、提供材料,自由探索:

(1)、 “小猴” 玩纸球:

幼儿每人拿一只纸球, 分散自由的地玩球(抛接, 投掷)。

(2)、 “小猴” 投纸球:

按幼儿意愿, 将幼儿分成人数相等的四队。

提问:

—— “今天的比赛分成四队进行, 可以怎么分?”

(3)、 每队幼儿分别推选出自己的队长, 并为自己组取名。

—— “你们想选谁做队长?为自己的队取个名字?”

(4)、 每队幼儿对准本队的目标进行投掷练习。

3、 难点练习, 重点指导:

(1)、 教师讲解并示范 “小猴投彩球” 的游戏:

提示:每名幼儿拿一只纸球, 蘸上颜色, 然后投向白纸板。一对一块板, 各队的幼儿应投自己队的那块板。如果投到别队的板上, 那就为别队添彩。每人投了数个纸球后, 教师发出 “停止” 信号, 幼儿即停止投掷。

(2)、 幼儿进行游戏。各队幼儿对准自己的目标, 投出彩球。教师及时指导, 提醒幼儿颜料不要蘸得过多, 瞄准了再投, 不要投空, 也不要投到别队的板上。

4、 共同讲评, 结束游戏:

将各队色彩鲜艳的 “画” 集中在一起, 师生共同进行评价。

## 中班跳跃户外游戏活动方案篇四

中班幼儿已经能够自主的跑，跳，并能参加一些基本的体育活动，吸纸跑这个游戏很受幼儿的喜爱，幼儿在游戏中能够手脚并用，达到全身的协调运动。它不仅增强了幼儿的体质，更进一步强化幼儿的竞争意识和动作的协作能力。

- 1、培养幼儿积极的参与意识和变废为宝的意识。
- 2、增强了幼儿身体素质，强化了幼儿身体协调的能力。

- 1、哨子一个，废旧报纸若干，小红旗一个 橡胶小鹿四个
- 2、录音机，音乐磁带《一起加油》

教师带幼儿到户外操场，带领幼儿慢跑一圈，指导做简单的热身动作。

### 1、导入游戏

老师今天和大家一起来做个新游戏，好不好？(幼儿回答，好)看我手中拿了什么？(幼儿回答，报纸)今天我们就用它来做游戏，幼儿感到很新奇，也很期待，那么下面就要好好的看老师怎么去做，等会老师要看你们自己的表演奥。

教师首先说明游戏的.规则和过程，并自己亲身去演示吸纸跑的过程，幼儿睁大了眼睛，好奇的看着。

老师强调，吸纸跑这个游戏必须是你把报纸贴在胸前，借助风力向前跑，跑的过程中不能随便停下来，必须绕过中点(橡胶小鹿)返回坚持跑道终点，如果中途停下来，报纸就会自己掉下来。如果纸掉下来了，你必须拾起报纸，重新放到胸前，再继续游戏。

## 2、游戏分组

将全班幼儿分成四个小组，站成四排，每组的第一个幼儿发一张报纸，他跑回来把报纸交给下一个小朋友，看看四个小组的哪一个小组最先完成，就发给他一个小红旗。大家都要鼓掌表扬！

## 3、开始游戏

幼儿准备好以后，哨声一响，游戏就开始。在音乐的配合下，幼儿紧张而忙碌起来，有的幼儿动作很规范，有的幼儿报纸掉下来好几次，但他不放弃，捡起报纸继续前进。

## 4、活动结束，

表扬鼓励，教师做及时总结

吸纸跑这个游戏对幼儿来说，很新鲜，幼儿都能参与到游戏中去，在配合中增长了知识，锻炼了身体，养成了守规则好习惯，更进一步也学会了自己和其他幼儿的默契合作。

一步获取了游戏的快乐，增强了战胜自己的勇气自信心。

## 中班跳跃户外游戏活动方案篇五

1、练习走、跑、平衡、钻、爬的基本动作；

2、能积极探索解决问题的方法；

3、培养合作能力、克服困难的精神。

1、教师准备：易拉罐若干，椅子六把，桌子两张，报纸棍等。

2、幼儿准备：熟悉歌曲旋律，会唱歌曲《去郊游》。

## 一、热身活动：

幼儿一起唱歌曲《去郊游》，边唱边做动作，做好热身运动。

在场地上划分五个区域穿树林（易拉罐），走木桩（易拉罐），过小桥（椅子），钻山洞（桌子），“公园”（六名幼儿手举报纸棍围成）。游戏开始，每一名幼儿必须走过四个场地（可以相互帮助），来到“公园”，成功到后学小兔子跳回到起点。

游戏规则：将幼儿分成四队，每队9人，听老师口令开始，每队的第一个小朋友开始跑，通过五个区域穿树林（易拉罐），走木桩（易拉罐），过小桥（椅子），钻山洞（桌子），“公园”（六名幼儿手举报纸棍围成），归队后，每队的第二个小朋友就开始跑，就这样直到最后一个小朋友归队，哪队先跑完，哪队为胜。

一起唱歌曲《去郊游》，边唱歌曲边踏步走向教室。

## 注意事项

在游戏中要注意安全，有自我保护意识。