

大班体育活动跳皮筋 幼儿园大班户外活动方案(通用6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大班体育活动跳皮筋篇一

- 1、体验相互追逐的快乐。
 - 2、学习游戏的玩法及规则。
 - 3、能遵守规则玩游戏。
 - 4、通过活动幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。
 - 5、体验合作创编游戏的乐趣。
- 1、会唱《丢手绢》歌。
 - 2、不同颜色的手绢几条。
- 1、引导幼儿站好队形，幼儿按照地上画的圆围成圆圈坐好。
 - 2、引出游戏
 - (1) 小朋友还记得那首丢手绢的歌吗？
 - (2) 老师幼儿齐唱《丢手绢》。
 - 3、介绍游戏玩法

(1) 请一个小朋友拿着手绢围着自己的圈跑。

(2) 当唱到“轻轻的放在小朋友的后面”时，拿手绢的那一个小朋友就把手绢悄悄的丢在另一个小朋友的身后，然后继续围着圈跑。

(3) 当唱到“快点快点捉住他”时，捡到手绢的小朋友就应该马上去追刚才那个丢手绢的小朋友，要围着圈追。

(4) 被追的小朋友跑到一个空位子旁就马上坐下，这样，追的小朋友就算没追到，所以，就该他再来丢手绢。

(5) 如果追到了，就该被追到的小朋友再来丢手绢。

4、提出游戏规则

(1) 不疯闹

(2) 跑时不离开圈

(3) 只准捡到手绢的那一个小朋友起来追，其他的小朋友坐在位子上给他们加油。

(4) 小朋友要自己围着自己的圈跑。

5、幼儿开展游戏，老师指导

(1) 看幼儿有无遵守规则进行游戏。

(2) 帮助还未理解游戏玩法的幼儿一起完成游戏。

6、放松活动：

在《丢手绢》音乐伴奏声中幼儿一起做放松活动，以缓解紧张疲劳的身体。

只把手绢丢给自己的好友，这就给课堂带来了不和谐的因素，造成孩子们之间的不团结，以后要注意多强调幼儿遵守游戏规则。

孩子们很喜欢丢手绢的游戏，传统玩法是一个小朋友丢手绢，在此基础上，进行了发展创新，请大家唱歌，两个小朋友拿不同颜色的手绢，一起丢手绢，在以往的游戏里，都是单人单圈做，为增加游戏的趣味性，可以双人双圈，三人三圈……，多圈组合既增加了游戏的难度，又给孩子们提供了更多的游戏机会。大班的孩子很喜欢这一创新游戏。

大班体育活动跳皮筋篇二

- 1、初步尝试单双脚跳的快乐，学习单双脚连续跳格子房子，锻炼腿部力量，有良好的动作协调性、灵敏性。
- 2、喜欢参与体育活动，遵守游戏规则，体验与同伴合作游戏带来的快乐。
- 3、发展幼儿的弹跳能力，培养幼儿的创造思维能力，感受跳格子房子的乐趣。

1、幼儿事先已掌握双脚、单脚跳的方法。

2、画有四种不同形状格子房子的场地一块。

3、录音机、磁带、小红旗一面。

一、热身运动幼儿随音乐练习各种走的动作，（高人走、矮人走、脚尖走、脚跟走、脚内外侧走等）

二、合作探索，尝试练习

（幼：单脚跳、双脚跳、跨跳、分并腿跳、单双脚交替跳等。

)

2、请几个幼儿示范创意玩法。（教育幼儿在活动过程中不要互相碰撞，学会保护自己 and 同伴，学会商量合作、交往，规则是不踩到格子房子的边缘线。）

3、教师小结：请幼儿轮流演示自己的玩法及分享合作的创意玩法。

（1）师：你刚才和谁一起玩的？你们是怎样跳格子房子的？鼓励幼儿介绍不同形状的格子房子的玩法或一种方式多种玩法。

（2）你还能想出什么样的跳法来？你还能想出什么形状的格子房子呢？

4、教师为幼儿示范连续弹跳的技巧，然后组织幼儿集中练习1——2次。

（1）讲解连续跳的方法、技巧、规则和安全事项：从第一个房子起点开始，逐格单脚跳跃到终点。走到第二个房子起点，逐格双脚跳跃到终点。走到第三个房子起点，逐格跨跳到终点。走到第四个房子起点，逐格单双脚交替跳。跳跃时，要求跳到格子中间，不能踩到边缘线。

（2）幼儿玩“跳格子”游戏，重点指导幼儿在连续跳的过程中不踩边缘线。

三、游戏：“争夺红旗”

1、玩法：幼儿分成人数相等的四组跳房子，完成四种方法，在同一时间内速度快的一组夺得红旗获胜。

2、规则：“跳房子”的时候不能踩边缘线，踩到线的幼儿须退

回起点重跳。一种跳法完后，依次从旁边绕开，接着队伍继续第二种跳法。

3、幼儿开始比赛。

4、教师小结比赛情况。

四、幼儿擦汗，随音乐做放松运动“炒黄豆”结束。

五、活动延伸：

(1) 在户外活动时间让幼儿继续练习跳房子游戏的多种玩法。

(2) 在幼儿玩的过程中还可生成民间体育游戏如：踢沙包，夹沙包等。

大班体育活动跳皮筋篇三

小朋友对玩车有很高的兴趣，大班孩子都已知道交通规则，要往右边走，可是还是有个别孩子会违反规则，所以想用跨栏梅花桩等物把马路隔开，设置一道防护栏。同时在马路上设置红绿灯，这样既可调节孩子的活动量，也可培养孩子从小懂得遵守交通规则的好习惯。

1、在活动中能遵守交通规则，与同伴和睦相处分享快乐的心情。

2、锻炼幼儿腿步肌肉，练习蹬的动作。

跨栏红绿灯雪碧瓶梅花桩玩具车

一、共同布置场地

1、师：今天老师请你们来当小司机，司机是做什么工作的呢？

那开车应该注意什么？应该往哪边走？当小司机之前我们先来做做运动，热热身吧！

2、师：我们看见马路中间有什么？（路线）今天老师想请你们来建这个防护栏，用跨栏和梅花桩，雪碧瓶你们会建出一个怎样的防护栏呢？幼儿自行设置。

二、交待要求：

师：现在我们每个人都拿到了车，而且刚才我们已经布置好了路，在开车时我们应该保持一定的距离，以免发生撞车事故。在路上开车时注意遵守交通规则，保证安全。

三、幼儿活动，教师观察

看幼儿参与活动的情况，是否有危险行为及是否有违规现象。

出示红绿灯，暗示幼儿遵守交通规则。

提醒运动量大、出汗多的幼儿注意休息。

四、接力车赛

今天我们来玩个游戏，我们来个接力赛，在玩的过程中，可能有危险，那怎样来避免呢？如：在第一个跑的过程中，我们跑步时身体不能前倾，不能去撞别的幼儿，要保持距离。接力棒要交给对面的幼儿后，那个幼儿才能开始跑。

五、整理玩具。

幼儿在活动中能遵守交通规则，与同伴和睦相处，分享彼此快乐的心情，锻炼了幼儿腿步肌肉，蹬的动作比较熟练。

大班体育活动跳皮筋篇四

- 1、知道滑滑梯的正确方法。
- 2、懂得用不正确的方法玩滑滑梯易造成伤害，初步培养幼儿的安全意识。
- 3、愿意大胆尝试，并与同伴分享自己的心得。
- 4、喜欢参与滑滑梯游戏，体验。

1、手偶小狗或其他动物。

2、幼儿用书。

1、欣赏故事《小狗受伤了》

2、幼儿听故事回答问题。

(1) 老师有哪些小动物啊？它们在玩什么？

(3) 总结：小狗没有好好玩滑滑梯，做了不正确的动作，谁的行为是不正确的？

2、讨论：怎样才能安全玩滑滑梯

(1) 教师：谁来告诉大家，怎样玩滑滑梯才安全呢？（玩滑滑梯，先要用手扶着滑滑梯两边的扶手，从台阶爬上去，坐好后再往下滑，人多时要排好队，不推不挤。）

(2) 做了不正确的动作，可能会发生哪些危险？

(3) 后来和爸爸妈妈外出猴宝宝怎么做了？上幼儿园怎么去的？

3、幼儿欣赏儿歌《滑滑梯》

(1) 教师：我们将正确的玩滑滑梯的方法编成了一首儿歌，大家听一听，学一学。

(2) 幼儿听一听儿歌，练习念一念儿歌。

4、带领幼儿到户外玩滑滑梯。

大班体育活动跳皮筋篇五

为了让学生走近、亲近大自然，拓展视野，感受生活的美好，锻炼学生野外生活能力，丰富课余生活，放飞心情，经学校校务会议研究决定举办__年度学生户外生活锻炼活动。

活动规程如下：

一、活动时间：

20__年4月3日（星期三）

二、活动地点：

皖河之滨

三、参与活动年级：

三、四、五、六年级。学前班、一年级、二年级由班主任安排学习任务在家中学习，并做好安全教育。

四、教师安排：

活动指挥：汪善志

活动策划：何英俊

活动安全负责人：何英俊

活动安全保卫分工：

丁曰宝（排头）何承红（中间）吴小芹（排尾）

班级安全责任教师：

301：何英俊401：何承水501：刘汪兵601：梁贤杰

五、活动过程：

1、8:00在校门口集合整队，强调活动具体要求。

2、8:10出发。

3、到达目的地，各班级组织活动。

4、野炊。

5、12:00活动结束，步行返家。

六、安全保障措施：

1、4月2日各班组织一次本次活动专项安全教育活动，使全体师生时刻将安全装在心中。4月3日出发前，以班级为单位进一步强调活动注意事项。

2、做到人员保证，带队教师负责组织参与学生的`一切活动。同时要强调行动纪律，要求学生服从大局，统一指挥，统一行动，团结协作，互相帮助。

3、注意饮食安全，不让学生喝生水和食用不卫生的食品等。

4、保卫人员要带好外伤常用药。

5、对身体有疾病的学生，班主任原则上要求其不要参加，特别是心率不齐或手脚不便的学生坚决不给予参加。

七、注意事项：

1、班主任做好出发前的组织工作和安全教育。

2、爱护花草树木，爱护农作物，不搞破坏。

3、以年级为单位活动，不独自行动，不玩危险游戏，一切活动听班主任指挥。

4、不参加的学生班主任电话联系家长确定。

5、活动结束后，学生列队返校，如学生就近回家，需经班主任确认和同意。

6、建议同学穿运动鞋，宽松的衣服。

大班体育活动跳皮筋篇六

1、会“两人三足”的游戏玩法，发展幼儿四肢的协调性。

2、在民间体育游戏中体验合作、竞争的愉悦。

3、提高动作的协调性与灵敏性。

4、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。

绳子、红黄标志若干，障碍物两个。

一、导入部分

游戏“捞鱼”将幼儿分成红、黄两队。

“今天我们来玩个捞鱼游戏，看看今天的小鱼都是谁和谁一家。

二、游戏部分

1、找朋友

红黄两队进行找朋友活动，找到与自己合作的小伙伴，并排好队。

2、引入活动主题

今天吧小朋友分成两队是要玩一个好玩的游戏，“两人三足”

3、教师介绍游戏规则

游戏分成两队，每次每队两人参加游戏，参赛两人相邻两腿用一条绳子绑在一起，绑绳的位置不能高于膝盖部分，也不能低于脚踝。口令开始，两人开始向前行进，绕过障碍物回来，第二组两位幼儿继续游戏，先回来者获胜。

4、幼儿游戏

注意：两组幼儿的脚应提前绑好。

（1）初步尝试，教师提问

游戏时你发现了什么问题？谁有什么好的方法能让大家走的快一些。

（2）幼儿游戏

三、结束部分

小结比赛情况，做放松运动。

在这个活动中幼儿成了这堂课的主体，教师放手让孩子们自由探索操作的方法，在说一说、看一看、玩一玩中掌握自己总结游戏的玩法。这个两人三足是在孩子们平时玩的基础上进行加工和改造，正因为是孩子们经常玩的，所以更要让幼儿自己自由发挥更多不一样的玩法，也由于是孩子们自己想出来的，所以玩起来也特别的带劲。