

# 2023年小班户外平衡体育活动策划教案反思(实用5篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

## 小班户外平衡体育活动策划教案反思篇一

- 1、练习拖物走，能保持身体平衡。
- 2、锻炼身体的协调性及耐心、细心等良好的个性品质。
- 3、喜欢参与集体活动、户外活动。

### 二、活动准备

- 1、幼儿人手一个小皮球。
- 2、幼儿人手一个竹圈（直径约25厘米，圈高约5厘米），并系有一根长绳供拖拉用。
- 3、在场地上画一个大圆。

### 三、活动过程

#### 1、开始部分。

（1）幼儿一个跟着一个走，走成一个大圆（可让幼儿边念儿歌边走，歌词为：走走走，走走走，走成一个大皮球）。能听口令“立定！”、“齐步走！”做出相应的动作。

(2) 游戏“捡皮球”。玩法为：幼儿站成圆形队，听教师讲解游戏名称和规则。然后幼儿四散在场地上，教师迅速将球抛向场地四周。幼儿每人捡一个球后迅速回到原位，并站成大圆。游戏可重复进行。

## 2、基本部分。

(1) 游戏“拖小猪”。教师交待游戏名称和玩法：“今天我们玩一个游戏叫‘拖小猪’你们手中的球就是小猪。待会儿，老师发给每个小朋友一个竹圈，请小朋友用竹圈套住‘小猪’后拉绳向前走，注意拖圈时不要让‘小猪’跑出圈外（教师可示范玩法）。如果‘小猪’不听话，跑出来，请小朋友赶快把它放进圈里，然后继续玩。”（必要时可让幼儿示范1-2次）

(2) 幼儿游戏。老师巡回指导，并运用语言激发幼儿活动兴趣，及时提醒幼儿向前拖时不要碰到别人。

(3) 教师：“‘小猪’要回家了，请小朋友把它赶回家，送到猪圈（以教师准备的筐替代）里去吧。”游戏结束，并作简单小结。

## 3、结束部分。

(1) 游戏“小孩小孩真爱玩”。玩法：幼儿在场地上四散走，边走边念儿歌：“小孩小孩真爱玩，摸摸这，摸摸那。”等幼儿念完后，教师继续念：“摸摸大树（或滑梯等物）跑回来。”说完最后一个字后，幼儿向指定方向跑去，直到摸到指定物体为止。游戏重复2-3次。

(2) 评价、小结游戏情况后，幼儿随教师离开场地回教室。

## 四、活动建议

- 1、竹圈可用鞋盒（去底和盖）或其他物品代替。
- 2、为增加幼儿活动兴趣，可在圈上贴些彩条或小动物图案。

## 五、活动延伸

- 1、平时户外体育活动时，可安排类似活动，并注意培养幼儿倒走、侧走的能力。
- 2、户外活动玩类似游戏时，注意经常变换拖拉的物体，以提高幼儿活动的兴趣。

## 小班户外平衡体育活动策划反思篇二

《纲要》明确指出：“培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。”在小班身体动作技能的练习中，跑是练习的重点，如何在游戏中调动幼儿跑的兴趣，帮助幼儿掌握四散跑的技能呢？结合小班幼儿年龄特点，我设计了“开军舰”活动，以扮演角色的形式激发幼儿参与游戏的兴趣，发展幼儿四散跑、听信号向指定方向跑的能力。

### 活动目标

- 1、练习在指定范围内四散跑，并学会听信号向指定方向跑。
- 2、在跑的过程中学会互不碰撞。
- 3、喜欢并愿意参加游戏，体验游戏的快乐。

### 活动准备

- 1、物质准备：在场地中间用蓝色布条围成“大海”，一旁摆放与幼儿人数相等的小椅子（代表码头）。《军港之夜》音

乐磁带、口哨。

2、经验准备：事先看过军舰的图片、录像，初步了解关于军舰的知识。

## 活动过程

### 一、队列练习

1、原地队列练习：立正——稍息——看齐。

2、行进间队列练习：齐步走——跑步走——立定。

二、军体拳教师：我们大家一起来练军体拳，看看谁的小手最有劲，谁的小脚最能踢。（带幼儿做简单的军体拳动作，为接下来的游戏热身。）

### 三、游戏：开军舰

1、教师：今天，我们来玩“开军舰”的游戏。小朋友们都来当舰长，老师当大队长，请舰长们驾驶着军舰到大海上，等大队长吹口哨发出信号“请把军舰开回码头”的时候，大家就把军舰开回码头，靠岸休息（坐在小椅子上）。当听到“我们出海去了”的信号时，就把军舰开到海面上。

2、交待游戏规则。

（1）只能在规定范围内开（四散跑），不能把军舰驾驶到“大海”外边。

（2）不能碰到其他军舰。

（3）只有听到信号时才能驾驶军舰“出海”“靠岸”。

3、幼儿游戏，教师提醒幼儿听信号向指定方向跑，不要与同

伴相互碰撞。

4、为增加幼儿兴趣，在游戏过程中穿插向敌人军舰、飞机开炮动作。

5、简单小结，表扬能听信号及时反应的幼儿。

四、播放《军港之夜》音乐，做放松动作教师：

今天，小舰长们赶走了敌人的军舰、炮击了敌人的飞机，都很累了，我们休息一下吧。（听音乐，幼儿坐在小椅子上轻轻地摆动身体，做放松动作。）

## 小班户外平衡体育活动教案反思篇三

活动目标：

1. 发展走、跑、跳、钻的能力。
2. 学习在竞赛活动中遵守游戏规则。
3. 体验运动的乐趣。

活动准备：

1. 各种有洞的体育活动器具，如轮胎、呼啦圈、纸箱等
2. 幼儿对多数器械已有活动经验

活动过程：

一、准备活动。

教师带领幼儿做热身操。

师：这个月我们一直在学习《神秘洞》这个主题，待会我们会和洞洞器具一起玩游戏哦！在没玩之前，请小朋友们和老师一起来做一做热身操吧！

## 二、幼儿探索各种洞洞器具的玩法。

### 1. 寻找有洞洞的运动器械。

师：老师知道，小朋友们最爱做体育运动了，在没做运动前老师要考考小朋友了。

你们知道哪些体育器械是有洞洞的？下面就请你们去拿着洞洞器械玩一玩吧！

### 2. 自由探索洞洞器具的玩法。

师：这么多器械要怎么玩呢？谁愿意来介绍一下洞洞器械的玩法呢？

个别幼儿讲述，教师归纳总结玩法。

3. 幼儿间分享洞洞器械的玩法：不同的洞洞器械有不同的玩法，同一样的洞洞器械也有不一样的玩法。

## 三、分组障碍赛。

1. 将器械平均分成四份，并组合成四组障碍关卡。

2. 幼儿也分成人数相同的四组。

3. 幼儿可以用不同的方法通过各种洞洞器械，哪队先完成任务，安全通过关卡就获得胜利。

## 四、总结

师：老师看见今天有的小朋友在游戏的过程中表现的很不错哦，待会进班的时候，老师会给你们惊喜哦！

## 小班户外平衡体育活动教案反思篇四

1、喜好加入体育运动，乐意与搭档抱一抱。

2、训练在巨细差别的报纸上均衡站立。

### 【运动预备】

1、废旧报纸。

2、自录曲子：以节拍的快慢表示运动内容（走、跑、蹲走）。

### 【运动历程】

1、师幼配合做热身活动：根基行动训练。

以故事的情势导入：把音乐贯串与故事中。

（1）小花猫吃过晚饭，和妈妈一路去漫步。（曲一：走）

（2）忽然，瞥见一只小老鼠在偷吃食粮。小老鼠瞥见了花猫，赶快跑，老鼠在前面跑，小花猫在背面追。（曲二：跑）

（3）吱溜，小老鼠钻进草丛不见了，怎么办？小花猫蹲下来，静静地在草丛周围细致查找。（曲三：蹲走）终于把小老鼠逮住了。（曲四：自由舞动）

2、引发幼儿拥抱，导入主题。

（1）小花猫把老鼠逮住了，内心开心吗？小朋侪当你内心很开心、很快活的时间，你会奈何？（笑、跳、抱等）请你们找个好朋侪互相拥抱拥抱庆贺一下！（幼儿自由找朋侪互相

拥抱)

本环节，幼儿园教育随笔西席合时存眷不爱交换的孩子，实时伸出双臂给孩子一个“爱”的拥抱！

(2) 开导提问：孩子们，和洽朋侪拥抱感受奈何？（很好、快活、开心、高兴等）

(3) 听音乐：

小朋侪，我们来听听音乐，音乐制止时找一个小朋侪拥抱在一路。（提示幼儿留意平安，制止碰撞。）

3、构造幼儿操纵废旧报纸玩快活拥抱的游戏。

(1) 请幼儿两人一组选择一张报纸，将报纸平坦，训练两人拥抱在一路站在报纸上，请求双脚必需踩在报纸上。

(2) 请幼儿听音乐做“猫捉老鼠”的游戏，报纸是“小老鼠”的家。先生饰演“猫”，小朋侪饰演“小老鼠”，小老鼠凭据音乐节拍的快慢自由的做行动。音乐制止，猫捉老鼠，小老鼠赶快跑回家，两人拥抱在一路，双脚必需站在报纸上。

(3) 淘汰报纸数目，增长游戏难度。

师：有些小老鼠的家被猫发明了，小老鼠回不抵家，只好躲到好朋侪的家里。造就幼儿互帮相助，增长好朋侪之间的情绪。

抽失一部门报纸，请求小老鼠在音乐制止时找抵家，并和其他同伴（增长到3—4人）拥抱在一路，双脚必需站在报纸上。

(4) 凭据幼儿的生长须要再次增长难度。

游戏竣事，提示幼儿把报纸摒挡好放回原处。造就幼儿自理

自主的好习性。

#### 4、竣事：

（1）和洽朋侪拥抱在一路真快活！除了和洽朋侪拥抱，还可以和谁拥抱？（爸爸、妈妈、先生等）

（2）本日来了这么多的先生，幼儿手工制作她们也想获得孩子们快活的拥抱！（引发幼儿勇敢的拥抱先生，加强幼儿的自信念。）

（3）小朋侪，先生也想获得你们快活的拥抱（本身和孩子们抱抱），拥抱先生快活吗？围在一路做一个手势勉励本身，竣事。

## 小班户外平衡体育活动教案反思篇五

活动目标：

1. 练习直线、曲线爬，发展幼儿动作协调能力。
2. 初步在游戏中获得爬的运动体验。
3. 让幼儿体验合作的愉快，培养幼儿团体合作的精神。

活动准备：

小手爬道具、平衡木、拱桥、跷跷板、竹子

活动过程：

1. 以“小手爬”的民间游戏进场，进行简单的爬行。

“爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到· · · · · ·，

爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到 . . . . . ,

爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到 . . . . . ,

爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到老师身边。”

## 2. 模仿动物爬。

1) 师：小朋友知道什么会爬啊？你会模仿它爬吗？（如：螃蟹横着爬、猴子会爬树、乌龟慢慢爬、蜘蛛爬）

注：还有蛇，我觉得是匍匐爬，由于我校在这个“爬”，说蛇是游，所以在争议中。

## 3. 在爬行中保护小手，引导出小手爬的道具。

1) 师：小朋友我们在爬的时候，小手会怎么样啊？（会脏、会疼）

2) 师：原来我们的小手会脏会疼，我们给自己的小手戴上一副手套，好吗？（拿出小手爬）

3) 师：我们都有了保护小手的手套，我们再试一试小动物爬。（自由活动）

## 4. 练习直线爬—曲线爬—匍匐爬。

1) 出示平衡木让幼儿分组进行直线爬。

2) 在地面贴上标记进行曲线爬。

3) 出示拱桥让幼儿模仿小蛇匍匐爬。

4) 出示跷跷板让幼儿学习爬坡下坡

5) 进行闯关游戏直线爬—曲线爬—匍匐爬—爬坡下坡。

5. 民间游戏“两人三足（手）”。

我们主要是以小手爬的道具进行游戏，而两人三足的游戏，幼儿接触时是把两人的脚绑在一起，而我这一次用在小手爬上，这样免去了绑的时间，只要幼儿一起抓住板子上的门把手，就可以进行游戏了，又简单又方便。（先练习一下，下面开始比赛喽：）

6. 游戏：蜘蛛爬。

前面幼儿已经比较累了，现在可以娱乐一下，我会拿一根竹子，把男女生分成两组手我要没拉手的手都拿一个小手爬的道具，把中间拉手的手放上一根长竹子，模仿蜘蛛爬，开始了，加油爬！

师：蜘蛛妈妈来找宝宝了，要回家喽：

“爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到·····，爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到·····，爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到·····，爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到老师身边。