

最新幼儿园户外活动采果子教案中班(汇总9篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇一

活动目标：

- 1、进取参与垫子上的活动，锻炼大肌肉的运动技能。
- 2、经过活动提高身体动作协调性、灵活性，改善抗挫力。
- 3、体验运动时的乐趣。

活动准备：

大垫子4块放松音乐

活动过程：

（一）活动开始部分

- 1、打招呼
- 2、介绍活动场地，提醒幼儿注意安全
- 3、热身活动

肩部、头部、手腕、手臂、腰、膝盖、腿（动作跟着教师的节奏由慢到快）

（二）活动中间部分

垫子上的游戏：

1、学习俯卧、侧卧、仰卧

介绍游戏规则和注意事项

（1）俯卧：幼儿站在垫子后面，成横排，身体面向前面，向前看齐（手臂前伸），手掌竖立，手臂自然弯曲，膝盖弯曲，在教师的口令下向前俯卧在前面的垫子上。（练习2次）

（2）侧卧：在横排的基础上，团体向左向右转，把靠近垫子的手臂自然弯曲伸直，前面的手在胸前竖立，在教师的口令带领下，学习练习左右侧卧。

（3）仰卧：幼儿横排站在垫子后面，身体被朝前，撑起手臂和手掌，双腿自然弯曲，在教师的口令带领下练习仰卧。

2、巧妙过垫子

转变垫子摆放方式

（1）师：接下来要考考大家的智慧了，在我们面前有两排垫子，不管你用什么办法只要从垫子上过去就能够，可是每个人仅有一次机会，后面的小朋友要和前面小朋友的方法尽量不一样。给大家10秒钟研究，请第一组（2个人一组）孩子做好准备。教师走过垫子给孩子做示范。

（2）教师引导每一组的孩子尽量用不一样的方法经过垫子，对有好的想法的孩子及时给予表扬。

3、垫子上的搏击

教师将幼儿分成两组，变换垫子的摆放位置和方式。

师：接下来我们要进行一场摔跤比赛。

教师讲解摔跤的比赛规则，并和一名配班教师进行示范演练。

按比赛顺序请出比赛运动员，进行摔跤比赛。中间做改变，有两人比赛，变成4人比赛，在这时做游戏规则强调。

赛后教师做小结：今日的摔跤比赛是用来锻炼身体的，在平时能不能这样去打人，或者推别人。我们都是一个班的小朋友，每一天都要开开心心的在一齐。

4、欢乐三明治

师：接下来的这个游戏是练习孩子们的反应本事的，看谁反应快，跑的也快，可是也要注意安全。

教师重新摆放垫子，用一块大一点的垫子做为的一面墙，孩子站在墙前，在教师3声口令后，快速跑过垫子，否则就被压在教师的垫子下头了，就做成了“三明治”。

游戏开始，每一次4个孩子，提醒孩子注意活动的安全。

（三）活动结束部分

跟着海浪声一齐躺在垫子上做最舒服的放松动作。

活动反思：

经过尝试垫子的多种玩法，发展幼儿的走、跑、跳、爬、钻等基本动作，并且在尝试中发展幼儿的创造力、协调本事和合作本事。我在设计活动时，主要设计了4个游戏。这4个游戏有简单到复杂，也能够独立成一体，由孩子刚开始的喜欢到之后的有点点怕，再到经过自我的努力勇敢的克服掉，能够说每一个游戏都给孩子们带来意想不到的惊喜，让孩子们无论在身体但肌肉的锻炼上，还是抗挫力，以及人格的将抗

发展都有很大的提高。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇二

二、 地点

三、 活动准备

1、 一次性台布数个

2、 彩虹伞

3、 小礼物人手一份

4、 彩色皱纸人手一条

5、 欢快的音乐和录音机， 电池

6、 长绳一条

7、 照相机

四、 游戏安排：

1、 亲子游戏：

(1)猪八戒背媳妇： 家长背着幼儿跑到对面， 让幼儿拿一个礼物(酸奶)。

(2)玩报纸[a]走小路： 家长把两张报纸依次铺在地上， 让幼儿从报纸上走到对面。

b]玩纸球： 把报纸揉成球， 随意地踢、 投掷。。。。

(3)彩虹伞[a]炒豆豆： 把纸球放在彩虹伞中间， 全体幼儿一

起拉起彩虹伞，抖动彩虹伞，炒豆豆。

b□钻山洞：两位家长拉起彩虹伞的对角，成一个山洞，幼儿排着队从山洞里钻过。

c□捕鱼：拉着彩虹伞的对角当成鱼网，幼儿当成小鱼。

(4)彩带舞：让幼儿随着音乐自由起舞。(准备：彩色皱纸每人一条，音乐，录音机。)

(5)跳长绳：幼儿全体坐成一个大圆圈，家长们来跳长绳。

2、大家围坐在一起听着欢快的音乐进行野餐。

3、集体统一玩2个游乐项目

4、大家三五成群，自由活动

幼儿园户外活动采果子教案中班篇三

作能力，让幼儿体验合作游戏的快乐。

1、练习快跑和躲闪的动作，提高幼儿身体的灵活性、协调性。

2、培养幼儿能在游戏中合作意识及合作能力。

废旧报纸条 彩色布条 音乐游戏光盘

一、热身运动

1、队列练习

列队成四路纵队，听口令做动作：立正、稍息、向前看齐、齐步走、左右转弯等

2、听着音乐做热身运动

二、游戏开始：

1、请幼儿想想两人怎样玩布条。

请幼儿自由找一朋友，分散练习，教师巡回指导。

2、请幼儿示范玩法，把布条塞进裤腰，让对方揪出布条。

教师讲解玩法规则：两人面对面站立，数一二三，同时开始左右挪动，瞅准机会揪对方的尾巴，但不得推拉，先揪下对方尾巴为胜，幼儿进行游戏。

三、自由玩布条1、教师提问：你们知道，布条除了有这些玩法，还有其他什么有趣又好玩的方法吗？自己去和好朋友一起玩一玩。

2、互相交流分享各自发现的新玩法。

3探索用报纸条玩揪尾巴的游戏。

将幼儿探索的新玩法用报纸条玩揪尾巴的游戏，利用晨间、户外活动鼓励幼儿自由组合玩游戏，回家后请家长与幼儿一起继续探索报纸条的玩法，共同体验游戏的快乐。

地让孩子玩，让孩子自主探索。孩子在玩中学习，从而培养了幼儿在游戏中的合作意识及合作能力，让幼儿在游戏中体验合作的快乐。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇四

如何充分利用市局配送的户外活动器材和xx户外运动包(含自购)组织开展户外游戏活动。

二、活动组织形式

本次活动采取先分散后集中的方式进行。以镇办为单位组织相关幼儿园利用市局配送的户外运动器材和xx户外运动包(含自购)开展活动，在幼儿园组织活动的基础上再组织召开辖区所有幼儿园参加的现场观摩会(观摩会在一所园举行，由辖区一园或几所园共同展示)，最后在全市进行总结交流并评比表彰。

三、参加活动对象

参加现场会展示的对象为201x年享受中央奖补的所有幼儿园(含全市31所民办奖补的幼儿园)。观摩对象为辖区所有幼儿园。

四、活动展示形式

现场会户外活动展示形式不限，可利用配送的一种或多种器材组织开展活动，可组织多班集中展示，也可以班为单位进行展示。

五、活动安排

活动分三个阶段进行：

第一阶段：启动阶段(201x年11月9日至12月上旬)

各镇办中心学校召开动员会，相关幼儿园迅速组织开展户外游戏活动，各中心学校深入到相关幼儿园进行指导，安排部署第二阶段现场观摩会的各项工作。

第二阶段：现场观摩阶段(201x年12月中旬)

以镇办为单位组织召开现场观摩会，时间半天，辖区所有幼

儿园园长、教学园长、部分骨干教师参加。现场会期间市局派人参加，并以片为单位对各镇办活动的开展情况进行评分排名。各镇办于12月10日前将观摩会举办时间、地点报局学前教育管理科，如上报时间有冲突或因天气原因不能如期举行的再另行确定。

第三阶段：总结交流阶段(201x年12月下旬)

组织召开全市幼教干事、幼儿园园长参加的总结交流会。以镇办为单位汇报利用户外运动器材组织开展户外游戏活动的经验、做法、不足及以后努力方向。总结交流以ppt的形式进行。总结交流期间组织专家对各地总结交流情况现场评分(具体时间、地点另行通知)。

六、活动表彰

镇办根据各参加园的活动开展及现场会展示情况进行评比表彰。市教科院对活动成效明显的单位进行表彰，表彰分中心学校和幼儿园两个层面。本次活动评比以现场会(占60%)及交流会(占40%)两次评比成绩进行综合评分，设立一、二等奖若干名，并从中挑选参加201x年的全市现场推进会。

七、活动要求

1、加强领导。市教育局成立由秦治华同志任组长，付卓志、邵莲、向艳、田艳娥为成员的活动领导小组，由付卓志负责郑场线、田艳娥负责陈场线、向艳负责杨林尾线、邵莲负责城区线。各镇办也要相应成立领导小组，加强活动的指导督查。

2、认真组织。各镇办要认真组织所有参加园开展户外游戏活动，凡拒不组织开展户外活动、不参加展示活动的将名单上报局学前教育管理科后收回奖补配送物资。要精心设计组织安排好本地现场观摩活动各个细节，确保活动安全有序。

3、强化宣传。各镇办及时撰写宣传报道，上传至教育信息网、教科研网。同时注重整个活动过程资料图片的收集整理，为总结交流会ppt做好准备。

4、形成常态。各地要以这次活动为契机，认真落实《xx市幼儿园一日活动指南(试行)》，督促组织所有幼儿园开展户外游戏活动，形成户外游戏活动常态。建立《xx市幼儿园一日活动指南(试行)》落实的督查机制，每月对辖区幼儿园督查不少于一次，确保幼儿户外活动时间不少于2小时，促进学生身心发展。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇五

勇敢的小青蛙

- 1、让幼儿勇于克服困难，挑战各种障碍；
- 2、锻炼幼儿身体的平衡能力，能保持平衡在间隔的物体上行走，锻炼跳、跃的能力；
- 3、熟记游戏规则，遵守游戏规则。

准备：1、幼儿已有经验，能根据老师的指令做相应的动作；

3、欢快动感的音乐；

4、中场布置两组相同的场地：小溪（有高度的纸箱）—独木桥（平衡木）—沼泽地（间隔摆放的易拉罐），距离沼泽地3米处放上若干个青蛙玩偶。

1、准备活动：

师：“小朋友们好，今天天气真好啊，我们一起做运动吧”。

听老师的口令随音乐模仿各种小动物的. 动作，如大象、小鸟等等，教师不做规范，幼儿可凭想象自由四散活动，进行热身，最后要做小青蛙的动作。

2、（导入）师：“小朋友们学得可真像。今天有几只青蛙宝宝也像小朋友们一样出来玩了，可惜迷路了回不了家，我们来帮助他们回家吧。你们有信心吗？”

“先来学一些帮助小青蛙的本领吧，试试看，谁能走得稳。”

幼儿练习跨过小溪（有高度的纸箱），走过独木桥（平衡木），走过沼泽地（间隔摆放的易拉罐）

幼儿自愿分成几个小组，自由练习，教师巡视指导，让动作标准的幼儿演示，其他幼儿学习。

3、师：“本领学会了，下面我们要比赛，看谁先帮助小青蛙回家。”

布置两组相同的场地：起点—小溪（有高度的纸箱）—独木桥（平衡木）—沼泽地（间隔摆放的易拉罐），距离沼泽地3米处（终点）放上若干个青蛙玩偶。

说游戏规则：幼儿分成两组分别站在起点处，游戏开始，幼儿学青蛙跳至小溪处，跨过小溪，跳至平衡木处，走过平衡木，跳至沼泽地处，走过沼泽地，跳至终点拿起一个青蛙玩偶，跑回起点，下一位幼儿依次进行，最先完成的组获胜。游戏过程中一定要教育幼儿注意安全，观察幼儿状态。

进行游戏。

4、游戏结束教师放音乐，让幼儿随着音乐随意的摆动身体进行放松。

5、总结，点评，整理物品。

幼儿可将今天练习的本领教会自己的爸爸妈妈，同爸爸妈妈一起做游戏。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇六

教案提纲：

2、体育是提高幼儿体能，增强幼儿机体适应本事的基本

3、讨论：交流、讨论、描述。

对于中班幼儿来说，已经有了必须的活动本事，为此给他们创造必须的空间与时间，给他们自主锻炼的机会。活动中，他们玩得很开心，既锻炼了身体又愉悦了身心。

活动目标：

练习四散跑，锻炼敏捷、躲闪的本事。

基本动作主要指走、跑、跳跃、投掷、钻爬、攀等，他们是人体最基本的活动本事，是人在各项实践活动中需要运用的实用技能，也是锻炼身体的主要手段。在幼儿期，儿童在活动期已逐渐构成各种基本动作，学会站立、走不、跑步、攀登高物体等。可是由于身体各器官系统发育未成熟，机体的动能比较差，所以幼儿各项基本动作都不够正确和协调，个不够稳定和灵活。所以，基本动作是幼儿园体育的主要资料之一。

活动准备：

在一块平坦的场地上画出一个大圆，供幼儿游戏。

活动指导：

1. 准备活动：动一动

我是小兔，跳一跳；我是小鸟，飞一飞；我是汽车，快快跑；……幼儿经过模仿各种动作，到达发展他们基本动作的目的，幼儿模仿小白兔跳的动作，训练双脚向前行进跳的技能。

2. 介绍游戏规则：

幼儿四散站在场地上，游戏开始大家四散跑开，边跑边说“跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。”说完，教师任意叫一名幼儿“某某，你来追。”被叫的幼儿立刻去追拍在场的幼儿，拍到2——3个幼儿后，游戏可重新开始。逐一被拍到的幼儿要站到场外，暂时停止游戏。

3. 幼儿游戏：边说儿歌边游戏

跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。发展幼儿的走、跑、跳跃、等基本动作，不是枯燥的、单调的进行训练，而是经过游戏，给予孩子练习的机会，是幼儿易理解，有的游戏不需要任何玩具或器械，只要幼儿聚在一齐就能够玩起来，在游戏中他们始终坚持着进取良好的情绪这对发展幼儿动作技能和培养身体素质起着极其有效的作用，异常是“跑跑追追”的游戏被捉的幼儿都集中精力地注视着扑捉者的行踪，当扑捉者靠近时，被捉的幼儿会迅速跑离，当扑捉者远离时，他们会放慢速度，甚至稍歇片刻，当扑捉者在此靠近时，他们又会加快速度的跑离这种做出的动作反应，实际上是一种灵活性，适应本事的表现。

4. 放松运动：身体骨碌碌

上上下下，左左右右，骨碌骨碌一，骨碌骨碌二，骨碌骨碌三，骨碌骨碌四，我和你做游戏。

活动反思：

孩子们活动中玩的很开心，他们很喜欢这样的游戏，期望这样的自主游戏多一些。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇七

一. 活动目标：

1. 经过各种玩绳的动作，培养幼儿身体的协调性，灵敏性。
2. 激发幼儿参加体育活动的兴趣和主动性，满足幼儿自娱自乐的需要。

二. 活动资料、玩法

1. 绳毽：绳的一端系上沙袋，幼儿可进行单脚内侧踢、外侧踢、两脚交替踢、跳踢等
2. 踩绳：绳的一端系上些彩色纸条，一幼儿随意抖动绳子，另一幼儿去踩，踩到后两人交换后再玩。
3. 玩绳圈：将一根短绳的两端系起来，构成一个圈，幼儿将绳圈扔到天空，等圈落下时，用头或身体去钻，套住为胜，也可两人抛接。
4. 跳踩绳：两幼儿拉起一根绳子，另一幼儿跳起踩住，绳子再升高一些，跳踩得幼儿再跳踩直到踩不着为止。，与拉绳幼儿互换，游戏继续进行。

（二）抛接球比赛

一. 活动目标：

1. 进一步练习两人抛接球动作，要求幼儿熟练掌握动作要领。
2. 发展幼儿的上肢本事和动作的准确性、协调性。
3. 培养幼儿的合作精神。

二. 活动资料、玩法

1. 幼儿自愿结成两人一组，分散在场地上进行相距四米的抛接球练习并比赛，看谁抛出的球好，接住的球多。

(三) 窄道追逐跳

一. 活动目标:

1. 进一步练习单脚跳动作，发展幼儿下肢本事和跳跃本事。
2. 培养幼儿动作的灵敏性和平衡素质。

二. 玩法:

画圆形窄道若干个，道宽40-50厘米，半径为2-3米，幼儿每4人组成一组，每组占一个圆形窄道，四人用手心手背的方法决定逃者和追者，手型相同的三人为逃者，剩下的一个为追者，游戏开始后，三名逃者先单脚跳出4-5步左右，追者就可出发进行单脚追逐，追者和逃者均可改变方向，但均必须在窄道内进行，凡被追到或自动跳出窄道外均为被捉住，要立即退出场外，三名逃者均被捉住或犯规，一轮游戏就算结束。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇八

《纲要》中关于健康的内容和要求的第5条明确指出：“开展丰富多彩的户外游戏和体育活动，培养幼儿参加体育活动的兴趣和习惯，增强体质，提高对环境的适应能力”

在指导要点部分的第4条中写到：“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活泼有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与”

《幼儿园工作规程》明确指出：“保育和教育的主要目标之一是促进幼儿身体的正常发育和技能的协调发展，增强体质”

由上述总结出来：幼儿园户外活动能促进幼儿的生长发育，增强体质，还对幼儿的素质教育起着积极的关键作用。

增强体质，提高对环境的适应能力；

提高动作的协调性、灵活性；

培养幼儿坚强、勇敢、不怕困难的意志品质和主动、乐观、合作的态度；

提高幼儿自我保护的意识和能力。

增强幼儿参与体育活动的兴趣和习惯；

根据小班、中班和大班的年龄特点和基本动作、身体素质水平，提出不同年龄阶段的体育目标。

小班（3~4岁）

1、喜欢参加身体锻炼，尝试玩各种小型运动器材，感受运动游戏的快乐。

2、学习模仿操，动作基本到位。

3、走、跑步时动作自然，不与他人碰撞，能较灵活地控制方向。

4、能双脚平稳地自然跳跃。

5、学习用单手自然向前方做投远动作，能灵活地正面钻和手膝爬，自然地攀登较矮的运动器械。

中班（4~5岁）

1、积极勇敢地参加体育活动，懂得在活动中遵守规则，爱护器械。

2、积极参与操节活动，动作正确、有力。体验平稳的节奏，并随着节奏按顺序运动。

3、体验走、跑、跳、推拉、钻、投掷、攀爬、侧滚、旋转等不同的运动方式，能较灵活地控制身体运动的方向。

4、积极运用各种运动器材活动，并探索多种玩法。

5、对不同气温、环境有一定的适应能力。

早（间）操活动

户外体育活动

（集体游戏、分散游戏）

体育课活动

大区域活动

远足活动

运动会

（一）开始部分——热身运动与拉伸

运动量：小——大——小

组织时间：【3-5分钟】

（二）基本部分——主要游戏与活动

活动量：动静交替、易到难、弱到强、慢到快（科学调控）

（三）结束部分（方松、整理）

形式和动作：1、放松整理活动2、讲评活动

组织时间：【2-5分钟】

（一）集体游戏活动

注意的问题

- 1、面向全体（减少等待）
- 2、符合近期目标
- 3、适合季节特点
- 4、活动时间要适当
- 5、活动量不易过大

指导

2、必要的儿歌准备：活动前让幼儿学习一些与游戏活动相关的儿歌如：北风北风吹吹，雪花雪花飘飘，小狗小狗叫叫，小朋友们跳跳。这样幼儿可以边说儿歌、边做动作，能增加幼儿对游戏的兴趣。

3、教师参与和观察指导：教师参与幼儿的游戏和孩子一起钻、爬、追逐、跳、跑，不仅能跳动幼儿参加活动的积极性，而且还能加深师生之间的情感。

（二）综合性主题游戏

指导

1、幼戏主题的确定要接近幼儿生活，角色的选择应是幼儿喜欢喝熟悉的，如：一些小动物喝一些比较喜爱的人物。

2、器械的摆放、障碍的设置要注意运动量大小结合，运动距离长短结合。

3、提供不同层次的材料

注意问题：

1、综合性主题游戏一般在1个游戏活动中至少要进行3个以上的动作练习，而且要设置相应的器械做障碍。

2、游戏中选择的器械和练习的动作，一定要与游戏的主题和内容相联系。

设计、分享集体游戏

（基本部分）

（三）自由分散活动

指导

1、玩具是幼儿自由活动的重要材料，在其投放上要注意以下几个原则：

- (1) 目标性原则
- (2) 季节性原则
- (3) 层次性原则
- (4) 多效性原则

2、活动中教师指导由显性变为隐性

- (1) 针对性指导
- (2) 及时性指导

注意问题：

1、玩具材料必须充分、丰富、供幼儿选择和更换

2、自由分散活动不等于“放羊”，教师没有明显的组织，但不等于没指导，教师要认真观察有的活动，对各种孩子的活动做到心中有数。

3、活动前对幼儿提出安全和相应的游戏常规要求，并说明活动的范围。

幼儿园户外活动采果子教案中班篇九

活动目标：

1. 能掌握行进间跳的方法。
2. 能听到信号后快速做出反应。
3. 能进取参与游戏活动，与同伴合作游戏，体验游戏带来的欢乐。

活动重点：

能掌握行进间跳的方法

活动难点：

能听到信号后快速做出反应

活动准备：

物质准备：小椅子、大树头饰、兔子胸贴、青蛙胸贴

经验准备：儿歌《抱树》

活动过程：

一、开始部分

教师和幼儿随音乐做热身运动

二、基本部分

1. 教师请出树朋友，引出活动主题

师：“小朋友们此刻是什么季节”（春天）师：“春天会有哪些我们身边的朋友会发生变化啊”（树、花、小鸟、小蝴蝶等等）师：“今日火教师为小朋友们带来了一个朋友，小朋友们看看是谁啊？”（大树）“小朋友们喜不喜欢树啊！”（喜欢）“我们前几天学过一个关于抱树的儿歌，此刻请小朋友们给客人教师读一下。

2. 玩游戏《抱树》

（1）教师示范怎样抱树师：小朋友我们的前面有许多的树朋友，此刻教师先给小朋友们示范一遍抱树的过程游戏玩法：

教师将小椅子（树）围成一个圆圈，根据树的棵树确定参与幼儿的数量，每组幼儿要比树多一个。游戏开始，教师让参与活动的幼儿进入圆圈内，幼儿围绕圆圈边念儿歌边走，等儿歌停下后幼儿迅速抱树，没有抱到树的幼儿则站在圆圈中间等待下次机会。

游戏规则：

a.幼儿必须要在最终一句儿歌念完后才能够去抱树。

b.幼儿在读儿歌时必须是走或跳的。

（2）分组游戏教师将幼儿分成男女两组分别游戏，让幼儿在自主地游戏中来跟着儿歌抱树。

教师总结

三、结束活动

幼儿和教师随音乐做放松运动，将幼儿带离游戏场地。