

2023年幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班 (通用7篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班篇一

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。

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。

幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班篇二

活动目标：

1. 发展控球、行进拍球、传接球的综合本事
2. 利用不一样的器材，探索球的多种玩法

活动准备：篮球、呼啦圈、小棍、跳绳、瓶子、布、自制杂技帽、障碍物等活动过程：

一. 开始部分

1. 报数：从排头开始1、2报数，要求幼儿声音洪亮、短促。1、2报数后，数2的幼儿向后退一步，迅速变成两队。

2. 队列练习——左右分队

由两列变四列

要求：幼儿听口令，有节奏的进行，挺胸抬头摆起臂，眼看前方队列整齐；左右转弯为直角。

二. 基本部分

2. 身体活动——球操

要求：做操时动作准确、做到位、用力

3. 花样玩球

教师观察幼儿活动，肯定幼儿的想法，鼓励幼儿想出更多不一样的玩法。引导幼儿重点练习控球、行进拍球、传接球的本事。

三. 体育游戏：

游戏名称：《赶小猪》

游戏目标：练习持物控球跑，提高控制本事。

游戏玩法：幼儿分成人数相等的四队，四队人对面站，由一边四个排头手持小棍，听到教师的哨音开始，开始赶“小猪”到对面，把球和小棍传给对面的第一名队员，依次进行，哪组先完成哪组胜利。

游戏规则：要求把球在自我的跑到里赶到对面，如果球赶跑了要把球捡回来，从跑走的地方继续。

四. 结束部分

放松练习：幼儿听到音乐随教师做放松动作。

幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班篇三

《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。

幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班篇四

活动目标：

1. 尝试各种跳跃动作，练习纵跳触物。
2. 发展跳跃本事。

活动重点：

尝试各种跳跃动作，练习跳得远，跳得高，纵跳触物。

活动难点：

按原地纵跳触物的动作要领练习。

活动准备：

1. 塑编袋做成的荷叶与幼儿人数相同。
2. 三个大呼啦圈上悬挂夹子若干个，夹上的小条广告纸表示“小虫”（“小虫”要多于幼儿人数）；也可用长绳悬挂“小虫”（分3处）。
3. 小青蛙主角一个、立体大骰子一个，每一面上都有简笔画的跳跃动作、若干五角星。
4. 出场热身、活动探索、放松音乐各一段。

活动过程：

一、小青蛙学本领。

1. 出示小青蛙主角出场：播放《我是一只小青蛙》跳荷叶进场。
2. 小青蛙要学习跳跃的本领啦，先要做做准备动作：转脚腕、手腕，屈膝蹲，原地跳跃等。
3. 跳跃大骰子：今日小青蛙要学很多跳跃的本领。请小朋友猜猜上头是些什么跳跃动作？
4. 教师随机扔出骰子，根据骰子上呈现的动作，幼儿练习各种跳跃动作。

二、蛙跳高手：跳得远。

1. 自由探索怎样跳得远。（音乐）
2. 讨论怎样才能跳得远，幼儿介绍经验，请个别示范，得出要领：微微屈膝，摆臂，双脚用力蹬地往前跳。（注意：落下地时，注意脚尖先落地。）
3. 站成一排，比赛跳得远。
4. 小青蛙跳荷叶。

三、蛙跳高手：跳得高。

1. 小青蛙苦练跳跃本领是为了干什么呢？抓害虫除了跳的远还要什么本领呢？自由探索怎样才能跳得高。（够得着的道具）
2. 请跳得高的幼儿介绍经验并示范，微微屈膝，摆臂，双脚用力蹬地往上跳。（注意：落下地时，注意脚尖先落地。）

四、游戏：青蛙捉虫

1. 小青蛙学了那么多的本领，要去完成它的使命了，那就是保护庄家，捉害虫！教师带领幼儿来到用荷叶、呼啦圈布置成的小河、“田地”里，跳过荷叶进行捉“害虫”游戏。幼儿分成4组，练习纵跳。
2. 幼儿4个轮换练习，等待的幼儿坐在泡沫板上休息或为练习者加油。
3. 经过学跳跃的本领，抓到害虫，成为“蛙跳高手”，贴上奖章。

五、放松活动：青蛙嬉戏

1. 幼儿相互给好朋友放松肢体，捏捏腿，敲敲背。
2. 与幼儿共同整理道具。

幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班篇五

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。

幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班篇六

1、经过玩贴人游戏，培养幼儿快跑、躲闪的本事。

2、提高幼儿思维的灵敏性。

3、提高幼儿两合作进行游戏的本事。

音乐：月光

1、开始部分。

练习走圆，为游戏做铺垫。

大圆走一成四队一开花走一双圈走。

2、基本部分。

（1）幼儿站成一个大圆，教师交待游戏名称与玩贴人游戏的方法、规则。

教师：“今日教师教小朋友玩一个游戏，名字叫贴人。

我请两位小朋友，一位跑，一位追，

被追的小朋友能够跑到里圈任意一位小朋友面前站住（贴人）这时后面一个小朋友赶快跑。

以免被追的小朋友捉住。

注意，跑时要在圈外，贴人要到圈里。”

（2）幼儿游戏。

教师注意观察，如果被追捉者连续贴人三次，追捉者仍未捉到，就另换追捉者。

被追到者不再当追捉者，以免太累。

(3) “结冰”游戏：

幼儿自由活动，听到“结冰”信号，幼儿不动，听到“化冻”信号再自由活动。

3、结束部分。

做放松整理动作。幼儿听音乐，边歌边舞。

幼儿园户外活动龟兔赛跑教案中班篇七

1、晓得追跑容易使本人身体受伤。

2、留意上下楼梯时渐渐走，学习防止与别人碰撞及复杂的自我保护办法。

1、请1名大班幼儿打扮成受伤的小猴，额头和四肢某关节处包裹上纱布。

2、小猫头饰人手1个。

3、教学挂图。

4、幼儿用书。

1、老师带着幼一同探望受伤的`小猴，引出讨论话题。

扮演小猴的大班幼儿走进活动室，额头和膝盖上包着纱布。

老师：小猴，你头上和膝盖上为什么包着纱布？疼不疼啊？

小猴不好意思地对大家说：我在楼道里和小冤家追跑，摔倒了，膝盖破了。下楼时，和小冤家一边挤一边跑，后果从楼梯上摔上去，把头也磕破了。哎呦，疼死我了。

2、引导幼儿结合实践生活讨论。

老师：你摔倒过吗？为什么会摔倒？摔倒后疼不啊？

老师：怎样走路才不会容易摔倒呢？

老师出示挂图并小结：追跑打闹容易摔倒。下楼时不小心或往下跑也容易摔跟头。平常走路要看着路渐渐走，下楼时要一个跟着一个渐渐走。

与幼儿一同阅读幼儿用书中的相关内容，幼儿引导察看小猴和小鸭的不同行为，晓得应该向小鸭学习，下楼时一步一步渐渐走。

3、游戏“我会悄悄走”。

老师出示小猫头饰，请小冤家说一说小猫怎样走路并学一学。

请幼儿带上头饰模拟小猫悄悄走路。老师用言语提示幼儿学习小猫“眼睛看着路，脚下渐渐走，高快乐兴做游戏，维护本人不摔跤。

4、反思：课程设计契合幼儿年龄特点，老师精心设计活动进程，教学预备充沛，让幼儿在游戏中掌握了平安知识，契合幼儿的学习特点。