

最新中班户外活动自行车教案及反思(精选10篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。优秀的教案都具备一些什么特点呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

中班户外活动自行车教案及反思篇一

作者：赵小燕

单位：滨州市滨城区杨柳雪镇教育实验幼儿园

设计意图：

孩子们在欢快的音乐中，快乐的游戏。既锻炼了幼儿的走跑、平衡、钻爬的'基本动作和能力，又培养了幼儿的合作能力和克服困难的精神。为此，选择了“去郊游”这一好玩的游戏。

活动目标：

1. 练习走跑、平衡、钻爬的基本动作。
2. 培养合作能力和克服困难的精神。

活动准备：

易拉罐若干，椅子六把，桌子两张，报纸棍。

活动建议：

1. 谈话激趣

孩子们，今天天气真正好，我们到户外去郊游。小朋友们准备好了，出发了。

2. 播放音乐《去郊游》游戏。

(1) 设置场地，准备游戏。

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城）。游戏开始，每一名幼儿必须走过四个场地（可以互相帮助），来到“公园”，成功到后，学小兔子跳回到起点。

(2) 音乐游戏《去郊游》

孩子们在场地上，根据规则游戏。

3. 注意事项：

在游戏中要注意安全，幼自我保护的意识。

中班户外活动《勇敢的小鸟》

中班户外活动自行车教案及反思篇二

幼儿活泼好动，摸、爬、滚、打是他们自娱自乐，相互嬉戏的最爱。中班幼儿对自己的身体各部份有一定的认识，在嬉戏中能有意识地积极寻找多种方法运用身体某些部位去完成一些较难动作。我根据本班幼儿的实际能力，设计了本次活动，在活动中，幼儿积极思考、尝试，利用身体各部分来移动，满足了幼儿的兴趣与需要。从而在活动中不断提高对基本动作的掌握以及身体的灵敏性与协调性。以及与同伴的`合作快乐。

- 1、幼儿借助纸箱进行自主活动，综合发展幼儿的基本动作，提高身体灵活性、协调性。
- 2、积极探索、交流纸箱的多种玩法，提高创造能力与探索能力。
- 3、通过活动，培养幼儿勇于克服困难的精神，体验成功的快乐。

（一）利用纸箱进行准备活动

利用纸箱做走、跑等动作，活动身体各部分，跟随音乐做动作，活跃活动的气氛。

（二）鼓励幼儿自由探索与交流分享

- 1、启发观察，激发兴趣。

师：“刚才小朋友们做的都特别好，所以老师奖励给每两个小朋友一个水果箱，谁先找到好朋友，老师先发给谁。。”教师神秘的语气，引导幼儿观察纸箱、变成水果箱，积极找到自己的好朋友，激发幼儿参与活动的兴趣。

- 2、创设情境，自由探索

- 1) 以游戏的情境调动幼儿积极探索的期望，鼓励幼儿想出不同的合作办法来抬水果箱。幼儿自由想象、实践，完成规定要求。教师观察指导，鼓励好的方法，对有困难的幼儿进行个别帮助。

- 2) 师：“现在小朋友两人一组抬着水果箱，，我们一起到果园去摘果子吧！”

以摘果子的情境调动幼儿兴趣，延长移动距离，提高幼儿动作的灵敏性、协调性和合作精神。

（三）、游戏：《运水果》

师生共同布置场地，把幼儿分成两队，（两人一组），进行平行游戏。

集体玩法：各队的小朋友要跨过小山坡（纸箱），钻过山洞（纸箱），两人抬着水果箱，（纸箱）快速将果子运到我们幼儿园，在沿原路回来。在相同时间里，那队运的水果多为胜。

- 1、在钻爬的环节中，教师特意对幼儿设置了两只纸箱，以此来培养幼儿在竞技中安全、有序，共同进退的合作精神。
- 2、在跨跳环节中，教师设置了高低不同的纸箱，满足不同水平幼儿的需要，使幼儿在活动中体验成功，树立活动的自信心。
- 3、评价环节，对速度快运的水果多的一队进行鼓励，奖励每人一朵小红花。

（四）结束部分：

播放音乐放松身体，结束活动。带领全体幼儿抬着摘来的果子回教室。

中班户外活动自行车教案及反思篇三

- 1、练习听信号向指定方向走、跑、跳，发展幼儿的基本动作。
- 2、提高走跑动作的协调性，学会在走跑活动中保护自己。养成一定的良好的行为习惯：不相互推闪、不拥挤等。

场地四周放有小狗、小猫、小兔标志的纸箱房各一个，小猫、小狗、小兔头饰若干，音乐磁带。

1、热身运动：幼儿跟着教师随音乐一起做小动物模仿操。

变变变，变成可爱的小花猫（师帮幼儿戴头饰，幼儿演示小花猫走路）

变变变，变成可爱的小白兔（师帮幼儿戴头饰，幼儿演示小白兔走路）

变变变，变成可爱的小花狗（师帮幼儿戴头饰，幼儿演示小狗走路）

3、游戏：《小动物找家》

规则：在场地的四周摆放小猫、小兔、小狗家的标记，表示小动物的'家。如：请两名幼儿当小动物家的门，小动物回家时，念儿歌“轻轻走，轻轻跑，我是小猫喵喵喵”。如果幼儿找对了，“门”自动打开等。（小兔：爱吃萝卜，爱吃菜。我是小兔真可爱。小狗：我是小花狗，就爱蹲门口，汪、汪、汪）

师说：今天天气真好，小动物们到草地上去玩吧。，幼儿在场地上学小动物走、跑、跳等动作。（注意不能相互碰撞）当老师说：轰隆隆、轰隆隆、天要下雨了小动物们快回家吧，幼儿一边说儿歌一边找自己的家。找错家的幼儿和当小动物家门的幼儿互换位置，游戏再次开始。

教师带领幼儿回教室，给幼儿讲小动物的故事。

这次活动激发了幼儿对动物的热爱，懂得了保护动物和爱护动物，在游戏过程中懂得了遵守游戏规则，锻炼了幼儿的自我保护意识。

中班户外活动自行车教案及反思篇四

1、提高按信号活动的能力及应变力。

2、提高钻、爬能力，培养对体育活动的兴趣。

1、红绿灯标志各1个，呼啦圈8个，拱形门6个。

2、平坦、无障碍物的室外大场地，在场地中用粉笔画出人行道、车道和停车场等。

一、将幼儿分成两组

一组扮车辆（手持呼啦圈做开车状），另一组扮行人，两个小组同时进入游戏。

二、教师手持红绿灯标志

站在人行道的一侧，发出游戏开始的指令后，幼儿念儿歌：“路上车多人也多，红绿灯呀来提示，遵守规则靠大家，安安全全过马路。”教师出示红灯标志的时候，汽车可以开过马路，行人必须停下来；教师出示绿灯标志的时候，车辆立即停止（幼儿娇），行人开始过马路。在场地的一端画一条起点线，另一端画一条终点线（停车场）。幼儿分成两个小组同时进入游戏。起点线前方场地上摆放两列拱形门，每列3个，各间隔3米。（见图3-1）教师出示绿灯标志，两组幼儿同时手脚着地爬行穿过拱形门。在爬行的过程中，听到教师发出“红灯”的口令时，幼儿要以最快的速度双手离地站起来。教师再次出示绿灯标志，幼儿以同样的方法进行游戏，直至到达停车场。

1、游戏前做好各个关节的热身活动。

2、对违反游戏规则的现象，教师要及时纠正。

3、游戏结束时要进行简单的点评。

游戏前做好各个关节的热身活动，对于违反游戏规则的现象，老师及时纠正。

中班户外活动自行车教案及反思篇五

进行良好的户外活动有助于提高幼儿的身体素质、增强幼儿体质，促进幼儿身心全面健康和谐发展。特将户外活动计划制定如下：

【活动意图】 经过幼儿在小班一年的练习与锻炼，我班幼儿的体育运动能力有所提高，幼儿对体育运动的兴趣很高，乐于参加各种带竞技性的体育活动。幼儿喜欢带有实物性的体育游戏，喜欢表现自己，喜欢扮演各种角色。但是，由于个体差异，个别的男孩、女孩对于有挑战性的活动胆怯，例如攀爬架、平衡木。

【活动目标】 1、培养幼儿对户外活动的兴趣，愉快的参加各项户外活动，发展体育，增强体质。

2、帮助幼儿改进走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、攀登等基本动作，帮助幼儿掌握有关的粗浅知识，使其动作灵敏、协调、姿势正确。

3、幼儿培养在体育活动中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、不怕挫折等良好品质。

4、培养幼儿的自信心，正确对待输赢，有良好的心理素质。

【具体措施】 利用晨间活动，开展丰富的体育活动。

在幼儿晨间入园的时间内，有目地的对幼儿进行体育锻炼，根据园内多样的体育器械，可静可动，例如玩呼啦圈，幼儿

可以跳呼啦圈、转呼啦圈、开火车等多种玩法，也可加入辅助器械，例如在跳呼啦圈时加入梅花桩、跨桥、拱桥等器械，让幼儿在体育活动中得到更好的锻炼。

开展健康的户外活动。

根据《纲要》要求，保证每天户外活动时间不少于2小时，结合教学，安排健康的户外活动，促进幼儿运动能力的发展，提高幼儿兴趣。例如：听口令四散追逐跑、躲闪跑，两人夹球走、从20—25厘米的高处往下跳等活动，设定游戏情景，如“狮王和小动物”“夹球合作一起走”“小伞兵”等进行请讲科学的、合理的、有趣的户外活动。

器械多样，百玩不厌。

幼儿园中精心为幼儿准备了种类繁多、数量充足的游戏器械，如：高尔夫、打地鼠、彩虹伞、碰碰车、飞碟棋、平衡木、沙包等各种各样的游戏器械，很多的器械是孩子们在小班没有接触到的，根据幼儿的运动能力发展情况，选择适合幼儿并有挑战性的器械，即调动了幼儿的积极性，又使活动的器械得到充分的利用。

总之，户外活动的开展要真正以幼儿为主体，活动面向每一位幼儿，让每一个孩子都能感受到参加集体活动带来的快乐。

中班户外活动自行车教案及反思篇六

- 1、练习腿部弹跳力，发展和强化幼儿的身体素质。
- 2、培养幼儿在游戏活动中的合作意识和合作能力。

小椅子若干

- 1、教师和幼儿一起做热身运动：慢跑扭身，弯腰等，组织幼

儿和教师共同布置场地。

2、情景导入

3、活动过程

两名幼儿为一组，一名幼儿扶住小椅子，另站在小椅子上，等候老师的'口令，“我们都是小伞兵，个个勇敢练本领”跳伞！！站在小椅子上幼儿同事两臂伸开，象征降落伞的打开，双脚轻轻跳下，然后绕场地“飞”一圈，回到原地，与另一个幼儿交换角色，游戏继续进行。

游戏开始

幼儿分成两个大组，一起开始，游戏过程中要提醒幼儿注意自己的安全。教师密切关注注意幼儿的行动。

4、活动结束

对幼儿的表现给与鼓励和表扬，你们今天表现真棒！！

整理场地，提醒幼儿放到原来的地方整理好，带幼儿回教室

5、活动反思：

孩子们，今天你们今天都是一名成功的小伞兵，你们高兴吗？幼儿一起回答，高兴！在这个游戏中幼儿觉得自己长大了，真正的融入了游戏的氛围，体验了那不可想象的一幕，那份自豪跃然与幼小的脸庞。

中班户外活动自行车教案及反思篇七

活动目标：

1. 初步掌握两人近距离互相抛接球的方法。
2. 能集中注意力，观察球的飞行方向接球，提高接球潜力。
3. 愉快地参加活动，体验合作活动的乐趣。

活动准备：

1. 球人手1个，球筐8个。
2. 小猪胸饰人手1个。
3. 音乐磁带、录音机。

活动过程：

（一）准备活动。

1. 幼儿佩戴胸饰扮小猪，教师扮猪妈妈：小猪们，每人拿一个球跟妈妈一齐来做操吧！
2. 教师放音乐，幼儿持球听音乐做“猪小弟运动操”（教师自编）。结合操节动作进行抛接球、滚球、拍球等活动。
3. 幼儿自由玩球，教师提醒幼儿用各种方法玩球。

（二）游戏“你抛我接”。

1. 教师：我刚才发现有两个小朋友探索出了新玩法，请他们表演给大家看。
2. 请两名幼儿示范互相抛接球。
3. 教师：他们的手是怎样拿球的？在抛接球时，怎样抛接才能使球不掉地？

4. 教师边示范讲解动作要领：五指分开，双手持球，抛向对方（接住球）。

5. 幼儿自由结伴练习，教师巡回指导。

6. 圆圈抛接球：幼儿站成一个大圆，教师站在圆圈中间，边喊幼儿的姓名边向他抛球，被喊到的幼儿接住球，迅速站到中间喊另外一名幼儿的姓名并向他抛球，然后回原位，第二名幼儿接住球后再循环游戏，依次传球。

（三）游戏“猪小弟运西瓜”。

1. 向幼儿介绍游戏玩法和规则：幼儿分成人数相等的四队。听信号、每队排头从球筐里取出一个球，转身抛给第二个幼儿，依次抛到最后的幼儿，该幼儿接球并将球放到排尾的球筐里。最快将“西瓜”运完的队伍为优胜。若球没接住，则务必重新抛接，再向后传。

2. 幼儿游戏2~3次。

（四）结束游戏。

1. 幼儿进行放松整理。

2. 师幼共同收拾器材，回活动室。

中班户外活动自行车教案及反思篇八

练习四散跑，及灵活的躲闪渔网的能力。

带长杆的渔网一个，画好一定的范围作为渔塘。学习儿歌：小鱼小鱼水里游，游来游去点点头，渔网来了捕小鱼，小鱼小鱼快快游。

1、开始幼儿边说儿歌边做模仿动作，当说到最后一句“快快游的时候，教师手持渔网开始捕鱼。渔网罩在谁的头上即是被捕着了，被捕到的幼儿离开游戏场地，在场地的边上等待下一次游戏重新开始。

2、游戏反复进行，同时提醒幼儿遵守游戏规则：

(1) 即小朋友在画定的池塘范围内跑。

(2) 当说到最后一句“快快游的时候，才能跑。

(3) 跑是注意安全。

2、继续游戏，教师根据幼儿掌握游戏的情况，适当增加渔网的个数。

中班户外活动自行车教案及反思篇九

1. 幼儿能在简单和固定的平衡线上或者窄道中行走，在行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

2. 幼儿能够在低矮的物体（桥墩、小桥）上面走上一定的距离。

1. 单元砖、平衡木、手印、脚印

2. 体能棒、拉力圈、木勺托球、软梯、绣球、羊角球

3. 狩猎筐、小推车、粘球、轮胎、荡桥、梯子

1. 教师先将单元砖和平衡木拼搭成小桥，幼儿借助狩猎筐和绣球、粘球、大龟背等，在小桥之上展开平衡锻炼，持物平衡走、拖物平衡走等游戏。

(1) 教师讲解游戏的规则，行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

(2) 教师注意提醒幼儿安全。

2. 教师将手印、脚印、体能棒、拉力圈以及软体轮胎和梯子以及荡桥等搭建成不同的路径，幼儿在这些路径上面展开平衡走的'游戏。

(1) 教师讲解游戏的规则，在新走的过程中双脚不可以离开路径，不可以用手协助。

(2) 在游戏过程中注意秩序和安全。

3. 教师用体能棒、软梯等搭建一个比较窄小的路径，利用木勺托球和木球开展托球、干球等平衡游戏。

(1) 窄道中行走，在行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

(2) 手上拖球行走的幼儿要注意球不要脱离了路径，注意游戏的安全。

4. 教师搭建直线或者曲线的路径，幼儿利用小推车和轮胎等开展一定路径推、拉、滚物体的平衡游戏。

(1) 能力强的幼儿注意不要讲物体滚出路径，尽量走直线的路线。

(2) 在游戏过程中注意秩序，排队进行，注意安全。

5. 教师用软梯和拉力圈搭建一个直线或者曲线的曲折路径，幼儿在上面开展踩线走的平衡游戏。

6. 教师设置一条路径，幼儿骑在羊角球上，开展平衡跳跃的游戏。

1. 幼儿一边听音乐一边说儿歌做动作，放松全身。

抖抖我的小手，动动我的小脚。

扭扭我的脖子，转转我的脑袋。

2. 教师组织幼儿将材料归放整理好，在收纳的时候注意安全。

中班户外活动自行车教案及反思篇十

1. 幼儿能在简单和固定的平衡线上或者窄道中行走，在行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

2. 幼儿能够在低矮的物体（桥墩、小桥）上面走上一定的距离。

二、活动准备

1. 单元砖、平衡木、手印、脚印

2. 体能棒、拉力圈、木勺托球、软梯、绣球、羊角球

3. 狩猎筐、小推车、粘球、轮胎、荡桥、梯子

三、活动过程

1. 教师先将单元砖和平衡木拼搭成小桥，幼儿借助狩猎筐和绣球、粘球、大龟背等，在小桥之上展开平衡锻炼，持物平衡走、拖物平衡走等游戏。

（1）教师讲解游戏的规则，行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

（2）教师注意提醒幼儿安全。

2. 教师将手印、脚印、体能棒、拉力圈以及软体轮胎和梯子以及荡桥等搭建成不同的路径，幼儿在这些路径上面展开平衡走的游戏。

(1) 教师讲解游戏的规则，在新走的过程中双脚不可以离开路径，不可以用手协助。

(2) 在游戏过程中注意秩序和安全。

3. 教师用体能棒、软梯等搭建一个比较窄小的路径，利用木勺托球和木球开展托球、干球等平衡游戏。

(1) 窄道中行走，在行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

(2) 手上拖球行走的幼儿要注意球不要脱离了路径，注意游戏的安全。

4. 教师搭建直线或者曲线的路径，幼儿利用小推车和轮胎等开展一定路径推、拉、滚物体的平衡游戏。

(1) 能力强的幼儿注意不要讲物体滚出路径，尽量走直线的路线。

(2) 在游戏过程中注意秩序，排队进行，注意安全。

5. 教师用软梯和拉力圈搭建一个直线或者曲线的曲折路径，幼儿在上面开展踩线走的平衡游戏。

6. 教师设置一条路径，幼儿骑在羊角球上，开展平衡跳跃的游戏。

四、放松整理

1. 幼儿一边听音乐一边说儿歌做动作，放松全身。

抖抖我的小手，动动我的小脚。

扭扭我的脖子，转转我的脑袋。

2. 教师组织幼儿将材料归放整理好，在收纳的时候注意安全。