

丢沙包户外教案(实用5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。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

丢沙包户外教案篇一

了深刻的感悟，能力与技能、情感态度价值观得到有效培养和提高，本主题的目标得到了有效的达成，“做沙包玩沙包”主题活动教学反思。

2. 关注细节、把握进程、突出理念、体现价值

本主题两个专题的每个阶段每个环节每个细节，教师都能够及时跟进，对学生进行适时、适度、适当、有针对性的指导，学生在老师指导下运用多种学习方式展开深入的学习实践活动，体现了综合实践活动突出学生主体地位、密切联系学生生活、注重实践与反思的课程理念，凸显了综合实践活动课程丰富学生经验、完善学生的生活方式、发展学生的创新精神和实践能力的独特的价值。

丢沙包户外教案篇二

本课教学以“以人为本，健康第一”教育思想为指导，以教材为依据，以团结协作、竞争欢乐为主题，以游戏练习为主线，选用“一材多用”、“大容量、高密度、小强度”的教学模式。打破传统的以运动技能形成规律和身体活动规律为主线的教学模式，代之以学生的兴趣为主线。一开始通过游戏吸引学生的注意力，从中发现问题，并通过不断的实验和练习解决问题。

各种练习中,教师适当的引导,给学生以足够的发展空间,充分体现学生的主体地位和教师的主导作用。采用多种激励的手段,调动学生主观能动性,激发学生的学习兴趣,在玩中学、学中玩。抓住教材本身的德育因素和学生实际,积极创造机会,自然渗透德育和运动保健教育。

1、课的开始部分

课的开始教师宣布:本课的内容和要求,

接下来的队列练习——三面转法及齐步走、立定,用固定环节“我是小小解放军”来代替,避免了队列练习的枯燥性。同时此环节由体委来带队,锻炼其组织能力及喊口令的基本功。

2、课的准备部分:

准备活动中的一般性准备活动是固定的,所以在此处我将学生分为四大组,让他们分组自主练习,组长负责。可采用组长喊操、轮流喊操、齐喊等形式。加大体育课的自主性,同时为每一个学生都提供了一个展示自己、锻炼自己的平台,使每个学生在喊口令、节奏感方面都得到了提高。专向准备活动有老师带领学生完成。突出主导地位的同时在潜移默化的影响下,使学生了解了运动前必须要做准备活动,而且不同的运动要做不同的准备活动。教会学生的是方法,学生掌握的不单单是几节操,而是运动的规律,为终身体育奠定基础,学会自我保护,避免运动损伤。

3、课的基本部分:

(2) 30米接力:

将学生分为四队,男、女生各两队。分别站在起跑线后,在哨声响起后,排头迅速跑出。要求跑的学生一律从本组学生的右侧进队,避免冲撞。没击掌不得跑出,击掌前不得超越

白线。此内容及可锻炼学生的快速奔跑能力，又可培养学生的团结一致、公平竞争的意识，以及自觉、自律的品质。

4、结束部分：3分钟

集合踏步、放松、小结。养成学生上课有始有终的良好习惯，渗透常规教育。

本课还存在着一些问题值得推敲。

例如：

1) 在开始部分学生的齐步走、立定学生速度太快，在这方面教师应该加强训练。

2) 在基本部分的讲解时，教师所用时间过长，使得学生练习时间受损。同时本课的游戏——30米接力这一环节的设计欠妥，应该考虑在投掷方面选择一个游戏，即可巩固本课内容，又可使运动曲线更合理。

丢沙包户外教案篇三

本学期，我们根据潘老师的市级课题，我们开展了开放性晨间户外活动的组织，在组织中，我们牢牢把握“幼儿自主”的原则，使幼儿愉悦积极地投入到了户外运动中。

以往的晨间户外活动都是老师预设好的，基本上一次就玩一样户外运动器材，结果就会有幼儿不喜欢或者不擅长这类器材而出现旁观等待现象。于是我们改变原有做法，将多种器材同时摆放出来，幼儿可以自主选择自己喜欢的器材进行游戏，在这样一种自主、宽松的氛围中，孩子们玩得开心，玩得尽兴。其次，我们课题组成员根据小班幼儿年龄特点，共同设计制作了多种运动器材，如将长彩带穿在纸棒上制成了“彩虹棒”，幼儿可以通过手臂甩动变幻各种造型。又比

如用用废旧硬纸板做成鞋子及手套，孩子们可以四脚着地往前爬，这样的自制玩具深受幼儿喜欢。同时我们也仔细观察幼儿的. 活动兴趣，不断捕捉孩子的活动兴趣点，寻找着能充分锻炼幼儿身体的活动题材和器材。例如把孩子较喜欢的爬高、钻桌子、打滚、爬桌子椅子等都列入了户外活动内容之中。

在组织形式上，我们教师大胆放手，避免过多的控制和干预，充分尊重幼儿意愿，使幼儿玩得自由、愉悦。如我们允许幼儿个体活动、小组活动。也鼓励幼儿将多种器械组合，进行创造性地游戏。在游戏中，我们还借助情境，激发幼儿参与活动的热情。如在一次活动中，我们就以“小猪造房子”导入，引领孩子们搬砖（纸盒）、砌砖（叠高）、挑水等，在整个游戏中发展幼儿的负重跑等能力，孩子们融入情境，体验到了快乐。

让幼儿排着整齐的队伍进入活动室，整齐地操练一番，是幼儿园体育活动中经常见到的一幕。由于幼儿运动量有大小，而且经常有幼儿感冒不适宜运动，就会出现在旁消极等待的现象。于是，我们增加了幼儿活动时间的弹性。幼儿来园后就可以开展户外晨间锻炼，如果觉得累了，就可以到活动室玩桌面玩具，避免消极等待。三位老师也进行分工，二位在户外指导运动的幼儿，另一位则在活动室带领幼儿玩桌面玩具。这样的调整还有一个好处，就是将幼儿运动的时间错开了，这样教师指导起来也就更方便。

开放性的晨间户外活动虽然才刚刚起步，但是我们已经看到了可喜的转变，孩子们活动的积极性高了，器材的运用也越来越多样化了，幼儿的动作能力有了提高。在接下去这段时间里，我们将继续探索幼儿户外活动的开放性，优化我园的晨间户外活动。

丢沙包户外教案篇四

1. 小课题，长周期；小切口，大落点

了深刻的感悟，能力与技能、情感态度价值观得到有效培养和提高，本主题的目标得到了有效的达成。

2. 关注细节、把握进程、突出理念、体现价值

本主题两个专题的每个阶段每个环节每个细节，教师都能够及时跟进，对学生进行适时、适度、适当、有针对性的指导，学生在老师指导下运用多种学习方式展开深入的学习实践活动，体现了综合实践活动突出学生主体地位、密切联系学生生活、注重实践与反思的课程理念，凸显了综合实践活动课程丰富学生经验、完善学生的生活方式、发展学生的创新精神和实践能力的独特的价值。

丢沙包户外教案篇五

活动目标：

3、身体健康：发展幼儿的身体协调能力和速度、力量素质；

4、社会适应：培养幼儿的团结合作精神和集体主义精神。

活动准备：

与幼儿数量相同的沙包

活动过程：

一、激趣导入师：孩子们，今天老师给你们带来了老师小时候非常喜欢的玩具，想不想玩？

二、出示沙包，介绍玩法师：（出示沙包）这是沙包，它有很多种玩法，现在小朋友可以自己选一个沙包，试一试它可以怎样玩。

1、幼儿尝试自己玩（5分钟左右）

2、分小组汇报自己的玩法。

3、教师整理小朋友的玩法。

三、玩沙包

1、抓沙包目的：锻炼手臂的灵活性和上肢肌肉的力量。

玩法：幼儿把沙包放在一手背上，用手背把沙包抛起来，迅速翻手抓住沙包。

接着把沙包向上抛起，迅速翻手用手背接住沙包，依次方法反复进行。，看谁的抓包的次数多。

2、抛接沙包目的：练习臂力，发展灵敏性。

玩法：幼儿单手持沙包，向上抛出后，自己拍手一二次，然后用原来的手接住。依次方法反复进行。熟练后可以增加拍手的次数。

3、顶沙包目的：锻炼幼儿的平衡能力玩法：幼儿把沙包平放在头顶上，向前走动，使沙包不掉下来。

4、踢沙包目的：练习单脚站立、提高协调能力。

玩法：幼儿右臂屈肘，手拿沙包，松手，当沙包落下时，用右脚内侧将沙包向上踢起。

四、游戏结束，整理场地

活动反思

在整个探究沙包的玩法活动中，教师、幼儿、家长都积极地参与，教师和幼儿不断地想象、学习，我们有以下体会：

1、游戏活动的开展离不开家长的紧密配合，充分利用家长资源，请家长帮忙缝沙包，请家长积极参与。

2、活动形式：采用了以“幼儿自主玩”的方法，为幼儿提供了充分活动的机会，满足了幼儿身体运动和心情愉快的需要。结合大班幼儿的年龄特点和心理特点，采用比赛的方法来完成教学目标。充分发挥了幼儿的想象力和创造力，在比赛时，培养了幼儿同组间的合作意识，培养了幼儿的团队精神以及竞争的快乐。

3、同时，在活动时，强调幼儿不要碰着，打到其他小朋友，让幼儿加强了安全意识。

4、活动结束后，完成了教学目标，尝试了沙包的各种玩法，学会了抛、投、扔、踢、打、躲闪的动作，达到锻炼身体的目的，通过反复比赛，投中率越来越高，并锻炼了幼儿的奔跑能力。