

中班户外区域体育活动策划教案 中班户外体育活动策划教案(汇总5篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

中班户外区域体育活动策划教案篇一

一、活动目标：

根据学生体质的调查发现，我校学生的身体素质及运动能力都较差，特别是运动能力均低于同级学校学生的平均值，并且差距在逐渐拉大。我校进行了一些调查研究，发现问题存在的原因，一是学生在体育课中的练习的严重不足。二是学生的课外活动时间的不够。如何提高学生的身体素质但又不影响学生其它科目的教学，于是又成了一个比较棘手的问题。经过本人的思考与实践，以规范两操一课为主，加强体育课的教育教学，同时开展丰富多彩的课外体育活动。充分利用“教与玩”来提高学生身体素质的方法是可行的。

二、活动时间：

每周一至五上午第二节课后

二、活动负责：

组长：

副组长：

活动教师：各班班主任及搭班教师

三、活动要求：

1. 要求全体教师和学生进行活动，不能活动的人员做好登记，达到全体健身的目的。
2. 各班学生由班主任及教师带队。各班按照出操行进路线到达规定场地，进行相应的活动。如班主任有事不在，由副班主任带领学生活动。
3. 负责教师组织好本班活动，由班长及体育委员到体育室领取自己班的活动器材(学期初统一发放，各班教室自行管理)参加活动，活动结束后点清数量归还器材，办好登记出借手续，人为损坏要赔偿。
4. 每个负责老师要清楚学生进行活动的要求和所需要注意的安全问题。如活动场所的安全隐患，班级之间进行活动场地的避让等。
5. 活动结束后，仍由各班负责教师带队回教室。
6. 如遇天气不好，各班组织好学生在室内进行活动。如下棋、做室内操等。近期，我们将打算编一套室内健身操，以便在天气不好的情况下，各班在教室参加健身锻炼。在冬季天冷时，我们还将组织全校性的冬季长跑运动。
7. 要求检查教师写好每一次活动记录，有活动时间、活动人数、组织形式、具体指导、活动效果等。

四、器材使用要求：

- 1、学期初在体育组统一领取，期末归还。
- 2、准备好负责年级各班所用的器材。

3、记录好出借归还器材数量，如有缺少及时与体育组联系。

五、活动场地分布：

中班户外区域体育活动教案篇二

活动目标：

- 1、学习用棍将球赶到指定地点，保持身体平衡。
- 2、发展动作的协调性。
- 3、能够努力完成任务，培养耐心，感受体育游戏的乐趣。
- 4、培养幼儿边玩边记录的学习技能，并能够用自己简短、流利的语言表达自己记录的意思。
- 5、培养幼儿健康活泼的性格。

活动准备：

- 1、材料准备：粉笔、小框子、报纸球(粮食)、棍子、音乐
- 2、经验准备：孩子已经有拿棍子的经验。

活动重难点：

学习用棍将球赶到指定地点，保持身体平衡。

发展动作的协调性。

活动过程：

(一)、热身运动

跟着音乐(兔子舞)有节奏的活动活动全身。

(二)、导入：谈话导入

师：小朋友们好，你们还记得我们上节课玩的是什么游戏么？

幼：小小运动员。

师：对，现在看我的手里端的是什么？

幼：小球

幼：愿意。

(三)、熟悉游戏场地，教师讲解游戏玩法并示范。

师：看到我们小框子里的小球了么？

幼：看到了。

师：我们要用手里的“魔法棒”把这些小球运到对面的小筐子里。在运小球的过程中我们要让小球在小桥上(两条线中间)滚动着前进，如果小球滚落小桥就捡回来继续往前赶，直到把所有的小球送回家为止。(教师一边讲解，一边示范)

师：游戏时，不拥不挤一个一个的来送小球，送过的小朋友请你把“魔法棒”传递给下一个小朋友，并站到队伍后面等待，遵守游戏规则。

(四)、游戏开始，教师指导幼儿进行游戏。

小男生一组，小女生一组听音乐进行送小球。(教师观察幼儿参与游戏的情况，关注幼儿安全)

(五)、活动结束，教师总结

教师小结：今天你们真是太热心了，帮助那么多的小球回了家，耐心地完成了任务。小球们很开心要谢谢你们呢，给你们棒一个。接下来，让我们跟着音乐放松、放松。拍拍我们的腿，转转我们的小手。

中班户外区域体育活动教案篇三

积极、向上、团结、奋进、运动、健康，在读书月里，我们不仅要有好的头脑还要有一个健康的身体，一系列精品活动(eg□迎面接力、跳长绳、拔河)，为广大喜好体育运动的同学开辟一方展示青春活力□show出自我的空间和舞台。

二、活动目的

“健康的身体是革命的本钱”在读书月里，我们不仅要有清醒的头脑还要有一个健康的身体，为了增强学生体育锻炼的意识，丰富活跃校园文化生活，倡导时尚健康生活方式，促进纺院运动水平的提高，通过拔河，迎面接力，跳长绳比赛，发扬团队精神，增强组织凝聚力，为广大同学搭建一个相互交流与学习的平台，使学生们体会有纪律有组织的集体力量。

三、赛事组织

本次比赛由纺织分院体育部和纪律部联合组织

四、比赛地点

足球场

五、比赛时间

13日(周五)、20日(周五)、27日(周五)下午3点30分

六、参加要求

1、以班为单位组成各参赛队伍

2、各班限报领队1名

七、拔河比赛规则(时间13日15点30分)

1. 报到:

比赛开始前,各队领队必须把队员带到指定场地,并向纪律部工作人员签到,无参赛队伍按照比赛场次安排准时到场参加比赛,因特殊原因需要调换场次的,请提前告知体育部。

2. 队员人数的规定:

每一拔河队上场比赛队员20人,每队位男、女各10人。如班里的男生人数不够,可以三个女生代替两个男生或两个女生代替一个男生。

八、比赛方法

1)比赛分淘汰赛、半决赛和决赛等三个赛程,三局两胜制。

2)淘汰赛:是同专业的大一、大二的班级进行比赛,共18队,胜出9组。(9号队直接晋级)。

4)决赛:采用三局两胜制,胜者为总冠军。

九、跳长绳比赛规则

以班级为单位,一队十个人跳,两个人甩长绳,在一分钟内看那个队跳的多就胜出,取前三名。

十、迎面接力比赛规则

以班级为单位,一队十个人(男5名,女5名)距离50米迎面接

力，时间短的`队伍胜出。

十一、注意事项

略

中班户外区域体育活动教案篇四

1. 幼儿能学着用创造性的方法玩板凳。
2. 通过游戏提高幼儿的平衡能力，发展四肢的协调性。
3. 提高与同伴间合作游戏的能力，培养幼儿的勇敢顽强的个性。

活动准备：

板凳，垫子，等. 录音机及相关音乐

活动过程：

热身运动大家来做操老师带领幼儿做律动操.

基本部分

游戏一：分腿跑过板凳. (教师指导帮助/纠错)分腿左右左右
的办法跑过板凳，前面一个孩子回来，后面一个孩子出发。

游戏二：(单)平衡木. (教师指导帮助/纠错)用走、跑的方法
通过平衡木，前面一个孩子回来，后面一个孩子出发。

游戏三(双)平衡木(教师指导帮助/纠错)分腿平衡走、跑的方法
通过板凳桥。

前面一个孩子回来，后面一个孩子出发。

集体游戏

1、两人合作(教师指导帮助/纠错)教师：用不一样的方法合作通过板凳桥(板凳高低组合调整难度)

中班户外区域体育活动教案篇五

目标：

1. 能双脚立定跳出一定的距离
2. 能向指定目标跳

准备：场地布置

过程：

1. 热身-《爸爸去哪儿》

师：小蝌蚪的卵在春天慢慢孵化了，随着我动起来吧。

2. 尝试跳

师：小青蛙们长大了，要学本领了，让我们一起跳一跳。

(从线内跳到线外，再从线外跳到线内)

师：小青蛙们跳的可真棒啊，有几只小青蛙跳的特别好。我们看一看他们是怎么跳的！

3. 示范跳并讲解

师：刚刚他们是怎么跳的？你们说一说。

(双脚并拢，膝盖弯曲，双手摆动跳。)

师：你们也来试一试吧。

4. 练习跳引出落地

师：小青蛙们，这样跳可不行，农民伯伯说啊，你们抓不到虫子。跳到地上的声音太大了，虫子啊，都吓跑了。

师：你们想一想怎么跳才能轻轻的？再试一试。

师：刚刚有几只小青蛙跳的可轻了，一点声音都没有，你们看一看他们是怎么跳的？

师：让我们再试一试。

5. 游戏-小青蛙跳荷叶

师：小青蛙的本领都学会了，让我们轻轻的去菜田里帮农民伯伯抓虫子吧。

(游戏2次)

6. 放松-《我爱洗澡》

师：小青蛙都跳累了吧，农民伯伯请我们到河里洗个澡。