# 中班户外活动简单教案及反思 中班户外活动简单教案大全

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-06-11

*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。优秀的教案都具备一些什么特点呢？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。中班户外活动简单教案及反思一编写教案有利于教师弄通教材内容，准确把握...*

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。优秀的教案都具备一些什么特点呢？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。

**中班户外活动简单教案及反思一**

编写教案有利于教师弄通教材内容，准确把握教材的重点与难点，进而选择科学、恰当的教学方法，有利于教师科学、合理地支配课堂时间，分享了中班户外活动教育的教案，一起来看看吧！

设计意图：

幼儿特别喜欢玩球，根据本班幼儿的兴趣特点，我设计了户外抛球这个游戏活动，在活动中，鼓励幼儿积极思考、尝试，动手。活动旨在让幼儿在愉悦的情绪下，积极动脑，大胆参与，主动地探索球的不同玩法，在不断地尝试、游戏中，提高幼儿对体育活动的兴趣， 增强幼儿积极的参与意识和自我表现意识。

活动目标：

1、发展幼儿的投掷，钻爬，跳跃等能力，促进幼儿的头脑灵活性、动作的协调性。

2、通过活动，体验合作游戏的快乐，成功的快乐。培养幼儿勇于克服困难的精神，

活动准备： 报纸球若干

活动过程：

1准备活动：

在音乐的情境和节奏下，教师引导幼儿做走、跑等准备动作，活跃活动的气氛。

2、创设情境，激发幼儿发现报纸球不同的玩法

通过幼儿的集体思维和个别创新，真的发现了幼儿有很多不同的玩法，主要有以下几种。

（1）、两个小朋友一组，在地上来回滚，

这个游戏可以两个幼儿一起玩，也可以多个幼儿一起玩，

（2）、多个小朋友为一组，在空中抛球玩，一个小朋友掷向空中，另外几个小朋友分别按次序去接，可以跳起来。

这个游戏必须是多个幼儿一起合作才能完成，每个幼儿必须有积极的集体荣誉感，才能顺利的完成游戏。

（3）、把报纸球摆在地上，摆成不同的图形，幼儿可以跳跃。

这个游戏幼儿可以根据自己的经验和喜好，用报纸球摆成自己喜欢的图形。有而做这个游戏的时候很专注，很有成就感。

（4）、把报纸球放在地上，用小滚打球，激励幼儿兴趣和意识。

这个游戏很新颖，独特。吸引了很多幼儿的注意力，特别是小男孩非常的喜欢，争相效仿，参与到游戏中来。

幼儿在游戏中，自主的参与意识被充分的调动起来，游戏热烈而有序，有而在游戏中获得了满足与快乐。

3、整理活动：

4、收拾物品，结束活动。

活动反思：

通过本次活动，激励了幼儿自信心，敢于大胆参与创新，在活动的尝试中提高幼儿参与活动的兴趣和信心，并通过和同伴的合作交流，体验到集体合作的快乐和满足，即增强了体制，更获得了乐趣。

**中班户外活动简单教案及反思二**

活动目标：

1.掌握扶、撑、躲等自我保护的方法。

2.知道在户外活动时要关爱他人，遵守活动规则。

活动准备：

1.平衡木、沙包、垫子。

2.多媒体教学资源《小猴学本领图片》。

活动过程：

1.引导幼儿倾听故事并理解故事内容。

⑴播放多媒体教学资源《小猴学本领》的图片，教师讲述故事。

⑵请幼儿说一说：小猴为什么要学本领？小猴学到了那些本领？这些本领对小猴有哪些帮助？

2.引导幼儿学习扶、撑、躲等自我保护的方法。

⑴组织幼儿学习扶、撑、躲的动作。教师逐一演示的动作要领，供幼儿学习模仿。

⑵引导幼儿讨论：小朋友在什么情况下会用这些本领？

3.练习扶、撑、躲等自我保护的方法。

⑴独木桥上走一走。组织幼儿一个跟着一个走过平衡木，教师鼓励幼儿尽量独立行走。

⑵看看你会怎样做。幼儿围坐在垫子周围，教师让幼儿将身体向垫子倾斜，快要摔倒时双手快速撑到垫子上，撑住身体。反复练习。

⑶看谁反应快。幼儿围城一个大圆圈，选几名幼儿站在圆中心，圈上的幼儿拿沙包依次向圆心的幼儿投掷，看谁可以快速的躲开投来的沙包。

活动延伸：

幼儿与家长共同阅读幼儿用书第38-39页《小猴学本领》，让幼儿给家长说一说，自己学会了那些本领。

**中班户外活动简单教案及反思三**

【教材分析】

报纸在生活中随处可见，其质地柔软，适合造型成多种花样，蕴含着丰富的教育价值。幼儿在活动中对纸的研究越来越深入，对各种纸的探究欲望也越来越强烈。本活动我们利用废旧报纸为游戏的载体，为孩子们提供自主探索活动的机会，充分探究报纸的多种玩法，把报纸变成球、条等各种形状运用在游戏中，让幼儿在玩中提高体育技能。

【活动目标】

1、愿意玩报纸，掌握快跑、跨跳、抛接等动作要领。

2、积极探索报纸的不同玩法，增强动作的协调性和灵敏性。

3、感受与同伴合作游戏的乐趣和创造的快乐。

【活动准备】

1、搜集旧报纸若干

2、筐子

【活动过程】

一、带领幼儿做热身运动，为游戏做准备。

幼儿随音乐做躲闪、跳高、弯腰等动作，锻炼头部、肩部、四肢等身体各部位。

二、出示报纸，引导幼儿自由探索报纸的多种玩法，掌握快跑、跨跳、抛接等多项技能。

1、出示报纸，引导 幼儿探索报纸的多种玩法提问：报纸可以怎么玩？

2、幼儿分散玩报纸，自由探索报纸的多种玩法。（鼓励幼儿改变报纸的造型把报纸搓成条、握成球等方法创造性的自由玩报纸）。

3、引导个别幼儿展示玩报纸的方法，引导幼儿和同伴一起玩示范的游戏玩法。并提升幼儿多种玩报纸的经验。

4、引导幼儿相互示范，学习各种玩报纸的方法：如：贴纸跑、抛接报纸球、双脚跨跳报纸等游戏。

三、玩游戏“贴纸大赛”，引导幼儿进一步体验与同伴合作玩报纸的快乐。

1、第一次练习游戏：将纸贴在胸前快速跑，跨跳过报纸桥返回。游戏的玩法及规则： 贴纸跑快速跑后，双脚跨跳报纸桥取走到对面的线上并返回，不用手动报纸。

教师从动作、技能方面关注幼儿游戏情况，进一步引导幼儿贴纸、跑跨跳的要领。

2、第二次比赛游戏：幼儿分三组，每组幼儿贴纸跑，跨跳过报纸桥，直线返回。

3、根据幼儿的活动量和活动密度，引导幼儿鱼贯式练习

四、带领幼儿做放松动作，和幼儿收拾、整理材料。

幼儿围成圈，和纸儿一起飞一飞，幼儿合作放松，互相捶捶背、捏捏肩，体验与同伴在一起的快乐

**中班户外活动简单教案及反思四**

活动目标：

1.掌握扶、撑、躲等自我保护的方法。

2.知道在户外活动时要关爱他人，遵守活动规则。

活动准备：

1.平衡木、沙包、垫子。

2.多媒体教学资源《小猴学本领图片》。

活动过程：

1.引导幼儿倾听故事并理解故事内容。

⑴播放多媒体教学资源《小猴学本领》的图片，教师讲述故事。

⑵请幼儿说一说：小猴为什么要学本领？小猴学到了那些本领？这些本领对小猴有哪些帮助？

2.引导幼儿学习扶、撑、躲等自我保护的方法。

⑴组织幼儿学习扶、撑、躲的动作。教师逐一演示的动作要领，供幼儿学习模仿。

⑵引导幼儿讨论：小朋友在什么情况下会用这些本领？

3.练习扶、撑、躲等自我保护的方法。

⑴独木桥上走一走。组织幼儿一个跟着一个走过平衡木，教师鼓励幼儿尽量独立行走。

⑵看看你会怎样做。幼儿围坐在垫子周围，教师让幼儿将身体向垫子倾斜，快要摔倒时双手快速撑到垫子上，撑住身体。反复练习。

⑶看谁反应快。幼儿围城一个大圆圈，选几名幼儿站在圆中心，圈上的幼儿拿沙包依次向圆心的幼儿投掷，看谁可以快速的躲开投来的沙包。

活动延伸：

幼儿与家长共同阅读幼儿用书第38-39页《小猴学本领》，让幼儿给家长说一说，自己学会了那些本领。

**中班户外活动简单教案及反思五**

活动目标：

1、引导幼儿在欣赏和理解诗歌《春天来了》的基础上，用鲜艳的色彩描画春天。

2、培养幼儿形象记忆和想象能力。

3、引导幼儿注意画面整洁，合理布局。活动重点：引导幼儿注意画面整洁，合理布局。

活动难点：

用鲜艳的色彩描画春天。

活动准备：

画纸、蜡笔、教师范例。

活动过程：

一、导入活动。引导幼儿寻找春天，引起幼儿兴趣。

1、教师：小朋友们，现在是什么季节呀?

2、教师：小朋友们看到的春天的景象是怎么样子的呢?谁来说一说?

二、引导幼儿根据诗歌分析春天的特征。

1、教师有感情地朗诵诗歌《春天来了》。

教师：老师这里有一首好听的诗歌，也是关于春天的，小朋友们认真听，听一听诗歌里的春天是怎么样子的?

教师：春天都有哪些美丽的景象呢?(教师请个别幼儿回答)

2、教师根据诗歌内容，小结春天的季节特征。

教师小结：春天来了，小河里的冰融化了;柳树发芽了，桃花盛开了;燕子飞来了;小麦苗也生长了。

3、教师：春天是一个万物复苏的美丽季节，有很多很多的小动物、植物都很喜欢出现在春天的画面里!

教师：桃花是什么颜色的呢?还有小燕子是飞向哪里的呀?还有一棵美丽的柳树，柳树上还有小鸟在那里唱着美妙的歌声呢。

教师小结：美丽的春天来了!小朋友的春天里有什么呢?小朋友想不想来画一画美丽的春天呢，把你想到的春天的景象，画出来好吗?

三、教师出示范例。

1、教师：今天，老师请小朋友一起来画画《美丽的春天》，你的春天里都有哪些美丽景色呢?

2、教师：看一看在老师的春天里都有哪些景象。(教师讲述范例内容)

四、交代要求，幼儿作画，教师指导。

小朋友在画的时候先构思好，你要画哪些景象，是什么样子的，什么颜色的?要画在纸的什么地方?看看，哪个小朋友画的春天最美丽!

(教师鼓励幼儿大胆作画，合理安排好画面布局。)

五、结束活动。

教师讲评幼儿的作品，表扬画得好的幼儿，鼓励其他幼儿。

**中班户外活动简单教案及反思六**

活动目标:

1、尝试用多种方法和轮胎做游戏，在游戏中练习走、跑、跳等基本技能。

2、能积极参与体育活动，掌握滚轮胎的方法，体验游戏活动的愉快。

活动重点:

尝试用多种方法和轮胎做游戏，在游戏中练习走、跑、跳等基本技能。

活动难点:

能积极参与体育活动，掌握滚轮胎的方法，体验游戏活动的愉快。

活动准备:

1、废旧汽车轮胎若干。

2、录音机一架、磁带。

活动过程:

一、开始部分师:\"今天天气真好，我们到外面玩玩吧\"(听音乐，活动身体)二、基本部分1、幼儿自由玩轮胎师:咦，大家看那是什么呀?(轮胎)我们在哪里也看见过有这些轮胎宝宝?(启发幼儿说出各种车上有)师:轮胎宝宝可真漂亮，我们和轮胎宝宝做好朋友，一起玩玩吧，老师看哪个小朋友最会动脑筋，想出的玩法又多又有趣。

(1)幼儿分散自由玩轮胎，教师注意观察，适当指导。

(2)集中交流玩法。

师:刚才看到宝宝很会动脑筋，想出了许多有趣的玩法，谁愿意来当小老师，把自己的好办法教给小朋友。

请个别幼儿上来玩给大家看，对有新意的玩法加以表扬，并请其他孩子跟着学。

几种玩法:

(1)滚轮胎，几个幼儿面对面滚轮胎。

(2)将轮胎排成直线，练习在轮胎上走。

(3)轮胎跨跳、双脚向前跳。

(4)脚跳上轮胎脚跳下轮胎。

(5)钻轮胎。

2、游戏:滚轮胎大赛师:轮胎真好玩，我们来把轮胎变成小汽车，进行开车比赛吧。

1、将幼儿分成4组进行迎面接力，每组准备轮胎一个。

2、交待游戏规则:一位幼儿将轮胎往前滚，滚到对面，交给对面组的一位幼儿;这位幼儿再滚回来给这面的一位幼儿。依此类推，最快轮完的那一组就获胜。

游戏2-3次三、结束部分师:今天宝宝真勇敢、真聪明。天色不早了，我们开着车子回家吧，明天再来玩。

活动延伸:

1、利用轮胎练习合作游戏

2、户外活动时，鼓励幼儿自创轮胎的多种玩法。

**中班户外活动简单教案及反思七**

活动准备：

手脚协调脚踏车、滑板车。

目标：

1.熟悉各类车的的基本玩法。

2.培养孩子的手脚协调能力，控制和灵活能力。

3.增进孩子的动作协调与发展，加强平衡感的锻炼。

4.让腿部肌肉更加结实有力。

5.促进全身血液循环，增强体质，提高幼儿免疫力。

第一阶段：

幼儿玩手脚协调脚踏车，能通过手脚的共同合作来骑小车，并在车上保持平衡，通过对脚踏车的熟悉，逐步锻炼幼儿的控制和灵活能力。

听指令做动作：

幼儿能够通过指令进行简单的骑车动作，如：向前进、后退、快、慢等的训练

看谁骑得快：

分成两组，每次两名幼儿比赛，看谁骑的又快又好，先到终点者获胜。

分组竞赛形式

游戏以接力形式进行，幼儿分成两组，每次两名幼儿比赛，游戏开始，幼儿骑脚踏车，从起点骑到终点再按原路返回，换下一位小朋友，哪一组小朋友先全部骑完者获胜。

第二阶段：玩滑板车（学习滑板车的基本操作方法）

第三阶段：设障碍物，增加滑板车玩法的难度。

**中班户外活动简单教案及反思八**

【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。

5、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

6、培养幼儿乐观开朗的性格。

【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。

【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。

活动反思：

一个户外活动仅仅围绕着一个游戏进行，那也会导致孩子失去兴趣，多准备活动，两者交替进行，那孩子体验的就是不一样的乐趣。根据中班的年龄特征需求，合作竞赛的形式比较适合中班的幼儿，他们喜欢挑战性的游戏，设计一些比赛性质的游戏，幼儿可以自行结伴游戏，也可小组之间进行游戏，比比看哪一组最厉害。既培养了伙伴间的合作能力，也激发了自己的兴趣和竞争意识

【中班户外活动简单教案及反思 中班户外活动简单教案大全】相关推荐文章:

中班户外游戏教案及反思 幼儿园中班户外游戏教案及反思大全

2024年国庆节中班活动安全教案反思 幼儿园中班国庆节安全教育教案

粉刷匠教案小班反思《 粉刷匠》教案及反思

中班主题教案《春天最早开的花》及教学反思

中班下学期安全教育活动教案 中班上学期安全教育教案范文

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找