

中班户外活动抛接球教案反思 中班户外活动教案(汇总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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？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。

中班户外活动抛接球教案反思篇一

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。

中班户外活动抛接球教案反思篇二

1. 提高快速动作的反应，提高动作的敏捷性。
2. 提高身体的协调性，增强上下肢和腰腹部的力量。
3. 养成听信号行动的习惯。

1. 小马头饰（人手1个），老虎头饰（每组1个），塑料圈和塑料小跳箱若干个，有节奏变化的音乐磁带，录音机。

2. 宽敞、无障碍的. 户外大操场。

在场地一端画一条起点线，另一端画一条终点线。将幼儿6人一组，分成两个小组同时进行游戏。对应小组在起点线前方场地各摆放10个塑料圈，间距80厘米，呈s形。在圈的右侧平

行放塑料小跳箱，先间距10厘米放一个，然后间距30厘米放一个，接着间距50厘米一个，后面摆塑料小跳箱的距离同前，但高度改变。10厘米的上面多放一个塑料小跳箱，增加高度；30厘米的放两个；50厘米的放三个，依此类推。摆放10个左右，放两列。（见图3-3）幼儿戴上小马头饰扮演小马，每组先暂选一名幼儿戴上老虎头饰扮演老虎。音乐响起，小马在场地中自由走跑。音乐暂停，老虎入场，用先单脚跳后脚跳的方式，跳过面前的圈圈，去追赶小马。小马用单脚跨越的方式，跳过面前的塑料小跳箱，躲避老虎。接着老虎忽左忽右、忽前忽后地追场地上的小马，小马根据老虎的追逐方向，自由地在场地上奔跑躲避。

1. 提醒幼儿奔跑时注意互相躲避，避免发生碰撞。
2. 追逐、躲避游戏的时间和节奏要根据幼儿的实际情况进行调整。
3. 在跳和跨的时候要注意要用上腰腹的力量。

注意提醒孩子们在跳和跨的时候要用上腰腹的力量。

中班户外活动抛接球教案反思篇三

一、活动目标

- 1、发展幼儿手眼的协调和身体的灵敏性。
- 2、继续培养幼儿玩球的兴趣。

二、活动准备

- 1、音乐
- 2、已初步掌握左右手拍球的方法。

3、皮球每人一个

三、活动过程

1、听音乐，队列队形练习。

2、幼儿在教师的指导下，进行各种玩球的准备动作。

a□左右手拍球，拍几下，转一下身再拍。

b□两腿夹球朝前，朝后退跳。

c□两手旋转球，身体慢慢地下蹲，慢慢地站起来。

d□手拿球，身体向左右两侧跳，停下时即拍球。

e□左右手拍球

f□自抛自接

g□接反弹球

h□互相滚接两个球。

3、难点练习。

四、重点指导

(1)教师提示：“小球球们玩球的办法真多，我们请他们来表演一下。”教师请出1至2位幼儿表演玩球的方法。

(2)教师引导：“大球球也想来一个很好的’玩球方法给你们看。”教师示范：沿着直线，把手中的球贴着地面用力向前滚出，然后奔跑着去接球，再向前滚出球，一直把球滚到场地所尽

头为止。

(3)教师引导：“现在小球球跟着大球球一起来玩。”全体幼儿在教师的带领下一起玩快跑追球的游戏。

五、结束游戏，放松身体

游戏结束，幼儿跟着教师拍球的方向走向教室。

附：球的玩法

单手拍球、蹲下拍球、左右手交替拍手、双脚跳起拍球、头上传球、腿下传球、直线运球、曲线运球、运球接力、运球跳跃、腹对腹夹球前进、背对背夹球前进、腹对背夹球前进、自抛自接、互相滚接两个球、两手旋转球等。

中班户外活动抛接球教案反思篇四

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，有目的地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。

中班户外活动抛接球教案反思篇五

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。

中班户外活动抛接球教案反思篇六

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。

中班户外活动抛接球教案反思篇七

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，有目的地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。