

# 户外游戏骑马教案(大全5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？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。

## 户外游戏骑马教案篇一

野外露营是现在的一种比较时尚的活动，是人类探索大自然的必备技能。无论家里有多少面积的豪宅，到外面住住小帐篷仍是一件愉快的事情。随着社会分工日趋细化，工作变单调了，都市集中化又致使生活空间狭小又嘈杂。同时，个人收入增加了，汽车的普及增加了行动与承载量的方便，使得户外活动成为举手之劳，人们的生活方式正在改变。在各种条件都成熟的情况下，都市里的人们向大自然出发了，到野地去，搭起帐篷——这就是露营。我少年宫开展露营课，进一步丰富的学生的课外知识，通过亲自动手搭建帐篷提高青少年的动手能力，增强青少年探索大自然、改造大自然的信心。

本次活动通过：观看露营视频—介绍露营装备—讲解搭帐篷方法—实践自己动手搭帐篷—谈心得体会5个环节进行。每个环节都设置了一些问题，要求学生积极主动的发现问题和解决问题。

第一个环节观看露营视频感受露营带来的快乐，进一步提高学生的参与兴趣，让他们对露营活动有一个整体的印象；第二个环节是介绍露营装备让学生指出哪些装备是露营的必需品，以及各种露营装备的用途及使用方法；第三个环节是讲解搭帐篷的方法，以及注意事项，在此过程中要学生认真听讲，及时发现问题；第四个环节自己动手搭建帐篷是本次活动的高潮环节，学生的认真参与程度使学生的动手操作能力

发挥到了极致。

此项活动的开展是一个桥梁，是一个拉近人与自然的桥梁，青少年在这座桥梁上知道了野外露营时的必备物品什么，知道在野外晚上是怎样抵御寒冷的，选择什么样的露营地点是最安全的，知道了一些在野外通讯工具不畅通的情况下怎样和外界联系。第五个环节：谈心得体会，同学们把此活动中的感悟、感想毫不保留的和大家分享。

本次活动的开展虽然没有真正意义的走进大自然来到野外，但是本次活动的开展也是青少年野外露营前的一次演练，为他们今后走进大自然分享和大自然之间快乐做得最好准备。

## 户外游戏骑马教案篇二

体能活动在幼儿园的教育中占据着重要的地位，不仅可以增强幼儿们的体质，还能促进他们全面发展。我班最近参与了一次体能活动，我深感到体能活动对幼儿们的成长具有重要意义。在这次活动中，我收获了许多，也领悟到了些许教育的真谛。

在这次活动中，我观察到幼儿们的体能素质有了明显的提升。活动前，我们组织了一次简单的测试，以了解幼儿们的体能水平。结果表明，有些幼儿的力量和耐力非常低下，而参与体能活动的幼儿却在活动后取得了较大的进步。例如，某些孩子在开始时只能跳上几节台阶，但在体能活动的锻炼下，他们开始可以连续跳十几节。这让我深感到体能活动对幼儿身体素质的提升有着显著的效果。

此外，体能活动还能培养幼儿们的团队合作精神。在活动中，我们设置了一些合作项目，鼓励幼儿们互相帮助、互相合作。幼儿们通过这些活动学会了与他人共同努力，互相鼓励和支持。他们体验到了集体合作的力量，懂得了相互依赖的重要性。这种合作精神不仅对幼儿们的体能活动有着积极的影响，

也将对他们未来的学习和生活产生重要的启发。

在体能活动中，我注意到幼儿们的自信心得到了提升。活动前，有些幼儿对自己的体能水平不自信，认为自己做不好。然而，在体能活动中，他们不断超越自己的极限，逐渐体会到自己的价值和潜力。他们从中获得了成功和成就感，这进一步增强了他们的自信心。例如，在攀爬游戏中，有个不太敢上去的孩子，在经过几次成功的尝试后，勇敢地攀爬到了顶部，他充满自豪地向大家展示自己的成就。这次体能活动让幼儿们真正意识到，只要努力，就能克服困难，实现自己的目标。

参与体能活动，还让我意识到幼儿园教育的重要性。体能活动不仅仅是简单的锻炼身体，更是培养幼儿健康成长的全面发展。通过体能活动，幼儿不仅能发展身体素质，还能提高认知能力、增强表达能力和培养社交能力。这次活动让我深刻认识到，幼儿园教育是为幼儿们提供多元化发展的重要基石。

最后，我想感谢我的同事们的支持和帮助，让这次体能活动顺利进行。他们的辛勤付出让幼儿们在活动中充分感受到了快乐和成长。通过这次活动的实践，我相信体能活动在幼儿园教育中的重要性将得到更广泛的认可。

总而言之，这次中班体能活动让我对体能活动的意义有了更加深刻的体会。幼儿们的体能素质得到了提升，团队合作精神得以培养，自信心得到了提高。同时，我也认识到了幼儿园教育的重要性和多元化发展的意义。体能活动不仅仅是锻炼身体，更是培养幼儿全面发展的关键环节。我相信，在今后的教育工作中，我会更加注重体能活动的实施，为幼儿的成长和发展做出更多的贡献。

## 户外游戏骑马教案篇三

人生第一次露营就在这一次，已经向往好久了，这次露营由于天气原因一拖再拖，不过最后还是落实了行动，我们早就计划好了行程安排，活动安排等。

### 一、露营的好处

露营分为好多种，我们进行的是常规露营，也是最平常的露营活动，我们仅搭车到达露营地点，在那里可以生篝火，可以烧烤、野炊或者唱歌，最主要的是可以搭帐篷过夜的活动。我深刻体会到野外露营三大好处：首先是最贴近自然，没有什么方式比睡帐篷更加贴近大自然了，想想你身下就是大地而不是什么席梦思、钢丝床及水泥地，打开帐门就是自然界的一切，没有任何混凝土建筑遮挡你的视线，这才是真正的回归自然；其二它是随遇而安的家，只要脚下有三平方米的平地，就可以扎下一顶足够二人而居的“家”，而一顶最轻的帐篷仅1公斤左右，只要有它在身旁，就有了遮阳、避风避雨的屋了，还可以帮躲避风雪、寒流等，它是我们野外旅行的亲密伴侣，有了它我们就可以安心的旅行；其三是经济的宿营方式，在外旅行，最节省住宿费用的就是住宿帐篷，可以算一下：一顶好的帐篷应当在450元左右一顶（可住3人），爱惜的使用至少可用50次（晚）以上，那么一次的人均成本仅为3元左右，3元一晚的房费了不是很便宜吗，因而住宿帐篷既划算又卫生。当然，这些好处的代价就是要预先投资和花力气背带。

### 二、露营地选择

在露营地的选择上，我们征求大部分人的意见，地点选择在了月亮岛，岛如一弯修长的新月吮吸湘水，两头银白的沙滩吻着湘水碧波。月亮岛位于城区以北10公里，地处湘江主航道西侧，东望鹅羊山，西临谷山。游人将隐身于绿树丛中，享受悠闲的度假生活，尽情欣赏田园风光。岛边的柳林随风

起舞，群莺纷飞；岛上长满又厚又密匍匐的青草，象一张绿油油的无边的席梦思；南向滩头是一片青翠欲滴的芦苇林，清风吹来，摆弄着苇叶，习习有声，如箫声悠扬，偶然惊起鸥鹭盘旋而飞，引发人们诗情画意无穷。月亮岛在整个湘江的岛屿中，算是最美的啦，而且离长沙不远，当我们远离都市，来到这个如室外桃源般的美丽岛屿时，所有的烦恼都一下子消失，感受的是自然的美好。

### 三、建设露营地

营地选择好后即要建设营地。尤其是有一定规模的野外露营地，整个营地的建设就尤为重要，分以下一些步骤：平整场地：将已经选择好的帐篷区打扫干净，清除石块，矮灌木等各种不平整、带刺、带尖物的任何东西，不平的地方可用土或草等物填平。场地分区：一个齐备的营地应分帐篷宿营区，用火区，就餐区，娱乐区，用水区，卫生区等区域。第一个先落实宿营地。就餐区应就近用火区，以便烧饭做菜及就餐。活动及娱乐区应就餐区的下风处，以防活动的灰尘污染餐具等物，并距离帐篷区应在15~20米，以减少对早睡同伴的影响。卫生区应在宿营区的下风处，与就餐区、活动区保持一定的距离。用水区应在溪流及其河流上分别上下两段，上段为食用饮水区，下段为生活用水区。在布置帐篷时，应注意：第一，所有帐篷应是一个朝向，即帐篷门都向一个方向开、并排布置。二，帐篷之间应保持不少于1米的间距，在没有必要的情况下尽量不系帐篷的抗风绳，以免绊倒人。

### 四、露营活动

我们准备的活动可谓丰富多彩，第一项是烧烤，这个烧烤我们班已经举行过好多次了，和往常一样派几个会砍价的高手去买原料，在烧烤的地方，从同学们相互洗着烧烤的菜，洗着烧烤工具，烤着鸡腿分享时，明白同学之情似亲情的真正含义，在烧烤进行中，同学们各自都忙得不亦乐乎，不仅忙着了手脚，还累着了嘴巴。更让大家难忘的是那一串串经典

动作“一只手在忙于烤东西，嘴里却咬着牛排，肉...，而另一只手还在忙着接同学送来的烤好的鱼丸”。虽然这一幕幕的情形是多么的平凡，但它触动了我们大家的童年时代的那种感觉，原来同学之情是那么的真切。

烧烤过后，我们休息了下便开始了我们的活动，玩游戏，而有的同学就在拿着自己的手机使劲的拍照，让它停留在我们心里，不同的鼓励话语在山谷中回响！生活在这知识爆发的年代，只有具备了勇气和信心才不会被现实所吓倒，才能战胜困难！进行着，不知不觉中，时间过得很快，大家玩的兴致勃勃，也不觉得累。一天就这样被我们愉快的玩过去了，一天中又说又笑，可惜时间不等人，我们也只好无奈的停下娱乐活动，爬进帐篷，多么希望留住时间，让它停在这一天，永远留在我们的脑海里，只要我们大家像今天一样互助互爱，团结一心，我想念我们相聚娱乐的机会是很多的，因为机会是我们自己创造的，命运是由自己主宰的！

## 户外游戏骑马教案篇四

中班是幼儿园生活中非常关键的阶段，是孩子们开始接触各种体能活动的时期。体能活动的开展，既能增强幼儿的体质，又可以培养他们团队协作的意识和能力。最近，我校中班组织了一次精彩纷呈的体能活动，通过参与活动，我深刻认识到了体能活动的重要性，并对此有了更深刻的体会。

### 第二段：体能活动的意义

中班时期，幼儿正处于身体快速发育的阶段，体能活动对于他们的全面发展和健康成长具有重要的意义。体能活动通过锻炼幼儿的肌肉、骨骼和心肺功能，提高了他们的身体素质，增强了免疫力，降低了患病风险。同时，体能活动也有助于幼儿养成积极的生活态度和健康的生活习惯，培养了他们的自理能力和独立思考能力。

### 第三段：体能活动的效果

通过参与体能活动，我发现幼儿在运动中表现出了极大的热情和积极性。他们主动参与各类活动，如跳跃、奔跑、游戏等，享受着运动中的快乐和成就感。在体能活动中，幼儿不仅能够锻炼身体，提高体能，还能够培养坚持、努力和团队合作的精神。在团队合作和竞技中，他们学会了倾听他人的声音，尊重他人的意见，增强了团队凝聚力和集体意识。

### 第四段：改进的建议

除了高度肯定中班体能活动的效果外，我也提出了一些建设性的建议。首先，我认为活动内容和形式应更加多样化，以满足不同幼儿的需求和兴趣。同时，活动时长和频率也需要科学合理地安排，以避免给幼儿带来过大的体力负担。此外，对于体能活动中的安全问题，需要引入专业人员进行指导和监督，确保幼儿的安全和健康。

### 第五段：结尾

通过这次体能活动，我对幼儿园体育教育的重要性有了更深刻的认识。中班体能活动不仅有助于幼儿的身体发育和健康成长，还对幼儿的心理、智力和社交能力的发展起到了积极的促进作用。同时，这次活动也让我对于今后中班体能活动的组织和开展有了新的思考和理解。相信通过不断改进和创新，我们可以为孩子们带来更多有意义和丰富多彩的体能活动。

## 户外游戏骑马教案篇五

中班（3-4岁）是儿童成长过程中的一个重要阶段，他们身体活动能力的发展对他们的全面成长至关重要。为了促进中班儿童的身体素质和身体协调能力的发展，我校开展了一系列的体能活动。在参与这些活动的过程中，我深刻认识到体能

活动对儿童的重要性，并从中获得了一些宝贵的经验和体会。

## 第一段：体能活动的重要性

体能活动可以增强儿童的身体素质和身体协调能力。这些活动可以提供儿童大量的体验和参与机会，通过跑、跳、爬等活动，锻炼儿童的肌肉和骨骼，促进他们身体的发育。此外，体能活动还可以帮助儿童建立正确的姿势和动作习惯，提高他们的身体控制力和平衡力，增强自信心和积极性。

## 第二段：体能活动的特点

体能活动具有很大的包容性和趣味性。儿童对于活动具有天生的好奇心和求知欲，他们喜欢尝试新事物，精力旺盛。因此，体能活动的设定应当充分激发儿童的兴趣和参与的积极性，让他们在活动中感到快乐和满足。同时，体能活动的内容应当简单易懂，适合儿童理解和操作，这样他们才能够充分参与并顺利完成各项任务。

## 第三段：体能活动的方法与策略

在进行体能活动时，我们要以儿童的兴趣和需求为出发点。比如，运用游戏化教学的方法，将体能活动融入到各种寓教于乐的游戏中。通过有趣的玩法和动作，让儿童在参与中体验不同的技能和操控，增强他们的动手能力和思维能力。同时，我们还要根据儿童的不同发展阶段和个体差异，灵活地调整活动的难度和强度，确保每个儿童都能够充分参与并获得乐趣和成就感。

## 第四段：体能活动的效果与收获

通过参与体能活动，我看到了儿童身体素质和身体协调能力的明显提高。他们的肌肉力量和平衡能力得到了增强，站立、行走、跑跳等基本动作的协调性也有了明显提升。此外，体

能活动还带给儿童快乐和满足的情感体验，增强了他们对身体活动的兴趣和积极性。更重要的是，他们从中获得了一种自信和自尊感，这将有助于他们在日常生活中更好地面对挑战 and 困难。

## 第五段：展望与建议

通过这次体能活动，我深刻认识到体能活动对儿童的重要性，并进一步加深了我对于儿童体能发展的理解。未来，我们可以进一步完善体能活动的设计和培训，提高老师的专业素养和指导能力，让体能活动在中班儿童的日常生活中得以定期开展。同时，与家长的沟通和合作也至关重要，他们可以在家庭中为儿童提供更多的体能活动机会和支持，促进他们的全面成长和发展。

总结：在中班体能活动中，我认识到了体能活动对于儿童的重要性，并通过实践获得了一些宝贵的经验和体会。体能活动的设计需要充分考虑儿童的兴趣和需求，使其具有趣味性和适应性。通过体能活动，儿童的身体素质和协调能力得到了明显提升，同时也带给他们快乐和满足的情感体验。未来，我们应当进一步完善和推广体能活动的方法与策略，促进中班儿童的全面成长。