

# 2023年中班户外活动投掷教案及反思 中班户外活动教案(汇总8篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。

## 中班户外活动投掷教案及反思篇一

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。

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。

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。

1、废旧汽车轮胎若干。

2、录音机一架、磁带。

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。

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。

## 中班户外活动投掷教案及反思篇二

中班的幼儿,自我保护能力还比较差,所以在户外活动器械制作方面,尽量选择环保的、不尖锐锋利的、没有危险性的材料。抛抛乐这一活动主要是采用了布质材料——长方形的彩色布块和用布缝制的沙包,非常适合中班的幼儿玩。而且,这个游戏活动不仅能锻炼幼儿的抛掷能力和接物的准确性,更主要的是能很好的培养幼儿在活动中的合作能力,为以后的合作活动打下基础。

- 1、锻炼幼儿的体能;
- 2、锻炼幼儿的抛掷能力和接物的准确性;
- 3、培养幼儿在游戏活动中的合作能力,体验合作游戏的乐趣。

培养幼儿在游戏活动中的合作能力。

长方形彩色布块若干,沙包若干,平整的活动场地。

1、整队带入活动场地,做好活动前准备。

2、展示活动器械

(1)长方形彩色布块:引导幼儿数一数一共几块布,说一说每一块布的形状和颜色,数一数每块布有几个角等等。

(2)沙包:引导幼儿数一数一共几个沙包,并比较沙包的大小。

3、演示玩法

(1) 讲解玩法：两名幼儿抓住布块的四个角，另外一名幼儿负责喊口令，并及时捡起掉在地上的沙包。

(2) 注意事项：抓住布块的两名幼儿注意听到口令后再向上抛沙包，沙包抛出后要用布块去接，如果接不住，另外的一名幼儿要及时捡起掉在地上的沙包（整个过程都要注意安全）。

(3) 演示：请两位老师帮忙演示一遍，然后请两名幼儿跟老师一起演示，最后请三名幼儿演示一遍。

4、游戏开始：幼儿三人一组，自由组合，发给每一组一个沙包和一块长方形彩色布块，活动的过程中幼儿可以进行角色转换。老师要给每一组的幼儿加油，并及时鼓励表扬表现好的幼儿。也可以比一比哪一组的沙包接的准，哪一组的幼儿合作的最好。

5、讨论：引导幼儿讨论自己小组的活动，找出缺点。

鼓励幼儿回家后跟家长玩一玩这个游戏活动，注意改进活动中出现的缺点。

## 中班户外活动投掷教案及反思篇三

活动目标：

- 1、在游戏中发挥自身体能。
- 2、能与同伴合作玩“舞狮”游戏，动作协调一致。
- 3、感受民间传统游戏的乐趣。

活动准备：

- 1、自制舞狮的玩具，彩球。
- 2、欢快的音乐磁带，录音机。

活动过程：

（一）准备活动：幼儿听信号变速走或跑。

- 1、教师拍铃鼓，鼓声快，幼儿就走得快；鼓声慢，幼儿就走的慢。
- 2、听音乐活动四肢。

（二）游戏“舞狮”教师出示舞狮玩具，引发幼儿兴趣。

教师：小朋友，你们看过舞狮吗？下面我们就来玩舞狮的游戏。

- 1、两个小朋友合作，听老师的铃鼓声游戏。
- 2、两人舞狮游戏，幼儿两人一组。

（三）游戏“舞狮玩绣球”

- 1、教师讲解，幼儿师范：幼儿三人一组，一个人当舞彩球的人，手持彩球逗引狮子跳舞。
- 2、另外两人分别当舞狮头的人和舞狮尾的人。然后，三个人相互配合，进行走，跑，跳的练习，试着将狮子舞起来。
- 3、幼儿游戏。幼儿自己商量分配主角，合作练习舞狮。

活动延伸：此活动可在晨间锻炼时继续进行，引导幼儿想出多种“舞狮”的动作。

## 中班户外活动投掷教案及反思篇四

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。

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。

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。

1、废旧汽车轮胎若干。

2、录音机一架、磁带。

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。

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。

将本文的word文档下载到电脑, 方便收藏和打印

推荐度:

点击下载文档

搜索文档

## 中班户外活动投掷教案及反思篇五

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。

1、 音乐

2、 已初步掌握左右手拍球的方法。

3、 皮球每人一个

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。

(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。

游戏结束， 幼儿跟着教师拍球的方向走向教室。

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。

## 中班户外活动投掷教案及反思篇六

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。

## 中班户外活动投掷教案及反思篇七

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。

## 中班户外活动投掷教案及反思篇八

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入游戏。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。