

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈 中班户外体育活动教案(精选10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇一

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。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇二

1、练习多种跳的方法：单脚跳、双脚跳。

- 2、通过游戏中不同障碍物的设置，尝试多种跳的方法。
- 3、乐意参与跳的活动，并努力克服困难，一直跳到结束。

圈若干、椅子两把。

1、准备活动。游戏袋鼠妈妈：教师请幼儿手拉手围成一个大圆圈，大家边唱歌边跳跃，可以手拉手跳，也可以自己叉腰跳，教师注意在过程中引导幼儿按照儿歌内容变换跳的'姿势。

2、游戏活动：“调皮的小袋鼠”

(1)幼儿扮演：小袋鼠，教师带领幼儿原地练习单脚跳及双脚开合跳。再将幼儿分成

数相等的两队站在场地的一端，另一端两把小椅子。

(2)游戏开始前，教师先师范讲解动作要领及过程，让幼儿明白游戏的规则及玩法。

戏开始，排头的两位先单脚跳过圈，再绕过弯曲的小桥(即绳子)，再进行开合跳圈，最后绕过小椅子，跑回自己的小队，拍一下第二位幼儿的手，站至对尾，第二位幼儿继续进行第一位幼儿的动作。

3、放松活动。

教师带领幼儿边唱边进行游戏“袋鼠”。

附：儿歌

跳跳跳，双脚跳，

跳跳跳，单脚跳，

跳跳跳，转身跳，

天天跳，身体好。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇三

在活动中通过有趣的蚂蚁找食物的有趣情景，利用垫子，拱形门、独木桥、蚕豆等活动器械为幼儿创设一个蚂蚁找食物的自然场景，重在使幼儿进入角色、融入活动。

1. 通过小蚂蚁找食物的情景，引导幼儿掌握手脚着地钻爬的动作要领。（重点）
2. 能灵敏、协调地侧面钻和手脚着地屈膝爬。（难点）
3. 体验竞赛游戏的乐趣。

1. 垫子，拱形门、独木桥、蚕豆，蚂蚁妈妈及蚂蚁宝宝头饰。
2. 准备活动及放松活动的音乐。

小结：蚂蚁喜欢储存食物，蚂蚁妈妈就要带着宝宝们到那片山上找食物，然后运回我们的家。可是找食物的路可不容易走，会遇到很多障碍。我们在出发前一定要做好准备。

幼儿学蚱蜢跳、用胳膊学螳螂伸长的捕捉足等。引导幼儿用自己观察到各种昆虫的动作活动手腕脚腕、转转腰、高抬腿等，充分将孩子的关节活动开。

1. 教师通过小蚂蚁突破障碍、找到食物的情景，开展游戏。

教师通过故事情景，引导幼儿熟悉游戏的玩法：蚂蚁们要手脚着地屈膝爬过草地，走过独木桥，钻过山洞，跳过小山丘。

2. 按顺序依次演示游戏动作要领。

(1) 重点练习身体协调侧面钻的要领。侧面钻要求：从“山洞”下钻过，不碰头、手不能扶地。

(2) 教师边示范边小结侧面钻的动作要领：身体侧对山洞，屈膝伸

腿，低头弯腰，移动重心，收腿站稳。

(3) 鼓励幼儿大胆尝试，关注幼儿动作是否连贯、准确，进一步掌握动作要领。

3. 提出游戏规则：每只小蚂蚁每次只能领1粒豆子回家。教师指导，幼儿进行游戏。

小结：小蚂蚁们在草地时要双手伏地，用腿的膝盖向前爬行，在过独

木桥时，为了保持身体的平衡，可已将双手伸开，帮助身体找平衡。尝试过“矮山洞”，巩固练习侧面钻。

4. 第一遍游戏结束后，教师重点引导幼儿交流多种钻的方式，如正面钻、侧面钻，请个别能力强的幼儿示范侧面钻的动作，其他幼儿观察。

1. 小组进行竞赛游戏。鼓励获得的第一名的蚂蚁队伍。

2. 小结并提出新的要求：蚂蚁们合作找到了许多的食物，可还不够。需要小蚂蚁们继续努力找到更多的食物。这一次我们比一比哪队小朋友找的多。

3. 男女分组进行比赛，看哪个组的小蚂蚁搬的食物最多，体验竞赛游戏的乐趣。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇四

培养动作灵敏性。

儿歌爆米花

若干幼儿手拉手围成圆圈，为爆米花的“锅子”，另请八至十名幼儿钻到圈内当“米粒”。游戏开始，“锅子”沿顺时针方向边走边念儿歌。念到“砰”一声时，“锅”和“米粒”同时向上蹦跳，接着“锅子”立即蹲下，松开相拉的手，表示“锅盖”打开了。当念到“抓”时，“米粒”赶紧往圈外跑，“锅子们”手拉手将未跑出的“米粒”围在圈内，直至全部“米粒”跑出，调换角色，游戏重新开始。

规则：

1. 只有念到“砰”时，“锅”和“米粒”才能同时向上跳。
2. 跑出的“米粒”充实到“锅子”的队伍中。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇五

幼儿对大鞋很感兴趣，也有穿爸爸妈妈的大鞋踢踏踢踏的经历，但对于两人或三人同时穿同一双大鞋一齐走路会怎样样？幼儿很想亲身体会一下，所以我设计了走大鞋这一活动。

【活动目标】

- 1、尝试两人、三人合作平移走“大鞋”，发展幼儿平衡本事及互相协作的精神。
- 2、选择自我喜欢的方式，进行小组循环的“大鞋”游戏，充分体验合作运动的愉悦。

【活动准备】

用木版和宽牛筋自制的“大鞋”若干双，可供两至三个幼儿一齐玩，大鞋上分别写有数字1、2。

【活动过程】

1、热身运动，活动活动筋骨。

2、两人合作“走大鞋”。

第一次尝试

(1) 幼儿自由组合，两人一组分别选择一双“大鞋”进行合作“走大鞋”的尝试。

(2) 教师巡视观察，注意发现幼儿在尝试过程中出现的问题，如：两人迈步不协调，步速不一致等，并引导幼儿进取探索。

(3) 请幼儿说说自我走得怎样？如何才能走得更好？能够用动作配合语言表达自我的想法、做法。

(4) 师幼共同总结“走大鞋”的好方法，即动作要领：后一名小朋友扶着前一名小朋友的肩膀；走的时候先出有数字1的鞋，再出有数字2的鞋，同时两人一齐喊“1、2，1、2，……”的号子。这样就不会摔倒，两人才能协调一致地向前走。

第二次玩“走大鞋”的游戏

(1) 在《踏浪》乐声的伴奏下，幼儿再次玩“走大鞋”的游戏。

(2) 教师进行个别指导与帮忙。

(3) 请合作走大鞋成功的幼儿展示，并鼓励幼儿进行创新。

3、三人合作走大鞋

品尝到成功滋味的、身体平衡本事较强的三名幼儿自由组合走大鞋，方法同两人走，只是难度有所增加，三人必须密切配合、步调一致才能走好。

4、放松运动

幼儿小手捶捶肩、捶捶背、捶捶腿，使身体放松。

【活动延伸】：

1、将幼儿按人数分为两组进行pk赛。

2、两名或三名幼儿跨越障碍走大鞋也可作为亲子游戏（母子、父子或三口之家）进行。

【活动反思】：

孩子们在活动中，走得很认真，玩的很开心。游戏提高了幼儿的平衡本事，使幼儿体会到了合作运动的愉悦，也增进了他们之间的感情。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇六

1、练习双腿夹物跳的动作,发展腿部力量。

2、激发对体育活动的兴趣,充分体验游戏的快乐。

【活动准备】

小飞盘,沙包,若干,青蛙头饰,音乐(蝌蚪和青蛙)。

【活动过程】

引入：“今天，老师要和你们一起做游戏，我当青蛙妈妈，小宝贝们当我的青蛙宝贝，好不好啊！”

一、准备活动：(蝌蚪和青蛙)。

“宝贝们，我们先一起来跳跳舞，让我们的身体动起来吧”

二、学习基本动作(双腿夹物跳)

师：“宝贝们，你们都是最爱动脑筋好宝宝，你们看今天妈妈带来了一个飞盘(出示飞盘)。你们想一想怎样用身体的一个部分来玩呢？”幼儿动脑筋想办法并请个别幼儿上来试试)

幼儿想出一个方法教师就及时的表扬，并引导幼儿说出双腿夹住跳。

教师示范讲解：“宝贝们都很棒，不过今天要学的本领是双腿夹住飞盘跳哦！看看妈妈是怎样做的。”

重点讲解：双腿夹紧，双脚并拢，不让小飞盘从腿中间掉下来。

集体练习基本动作：

师：“宝贝们，跟着妈妈一起双腿夹紧飞盘一起跳跳跳了。”

三、游戏：搬松果

师：“我们的邻居小松鼠想请你帮个忙，今天它摘了好多的松果，可它一个人搬不完，可是我们没有运的工具，我们可以用刚刚学过的夹物跳来运啊？(引用夹物跳)。”

师生共同游戏：“宝贝们，看到小松鼠的家要经过小河的，我们怎么办呢？”“真棒，那我请一个宝贝来表演一次。我们是跳这去小松鼠家的，回来要从旁边跳回来。”

一幼儿示范，教师请幼儿说出不足之处。引导说出跳到小河旁要先停下来再夹紧点松果跳过去。

幼儿运松果。

活动小评：结合游戏过程中出现的闪光及问题进行评价。

四、整理活动

师：今天你们和妈妈一起学本领还做好事，妈妈好开心啊！让我们放松一下吧！

师：天快黑了我们一起回家吧！

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇七

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、流利的语言表示自己记录的意思。
- 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。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇八

一、活动目标：

为了提高同学们的整体素质，力求本系人才精英化,建立一个强有力、团结、思想进步的团体，索取大自然的丰富营养，培养团体意识，强健体魄;使同学们懂得把握团队力量，拥有良好的身体素质，有知识、道德高尚的新型人才。培养各位同学团结、奋进勇于拼搏的良好精神风貌。在20xx年新学期到来际，特此举行迎新杯篮球赛，此次活动安排具体如下：

二、活动主题：

加固本系同学之间、师生之间的友好关系，增强同学们的集体荣誉感;为到来的10级同学提供良好的校园生活氛围。

三、活动方：

赞助商：

四、活动成员：

本系全体同学及部分教师

五、活动内容：

时 间□x月xx日——x月xx日(若有变动另行通知)

开赛时间：时间□x月xx日4：30——6：30

主题活动：篮球赛

友情提示：

- 1、全体运动员必须穿运动装，穿运动鞋。
- 2、在本次活动中不得以任何理由推托，不得缺席。
- 3、全系同学必须到场加油助威。

六、经费预算：

用具：绳索横幅：7*8=56元(悬挂横幅：预祝政治经济系欢送杯篮球赛取得圆满成功!)

篮球1个：200元

创 膏 贴：12元

酒 精：12元

奖项设置：

总计：280元

七、筹备工作小组：

体育部：

外联部：

八、赞助事宜：

(一)、环境分析：

1. 当代大学生喜欢追求新鲜的、漂亮的、帅气的、能展示个性表现自我的风采、活力四射的健身方式。同时，体育运动项目在我院是一项长期性公共活动，活动队伍十分庞大，影响范围十分广泛，在校内外都拥有着广泛的群众基矗若是商家产品能在这种有富有价值和意义的体育活动中进行宣传，确实能达到良好的效果；商家若与我们一起联谊此项活动，公司产品品牌就更容易深入人心。
2. 高效廉价的宣传。同电视、报刊传媒相比，在学校可用最少的资金做好最有价值的宣传。
3. 运动员是经过严密选拔、训练的，且大多参与者都具有丰富经验和持之以恒的奉献精神，团队意识较强烈。我们有信念做好此项工作，也坚信贵公司的品牌必然映入青年大学生的视野。
4. 体育运动事业向来深入人心，深受青年大学生的喜爱和重视。在此次活动中，我们在锻炼自我、升华自我的同时，确保有为我们提供宣传的集体力量。贵公司若与我们联谊此项活动，构建合作关系，双赢效果将不可估量。
5. 我系人力资源丰富。在校内宣传活动中参与较多，宣传经

验十分丰富，在学校建有强大的宣传网络，宣传渠道多样化，可以在短时间内为贵公司取得很好的宣传效果；其次，学校消费地域集中，针对性强，我系外联部在校园内可为贵公司长期兼职工作人员。

(二) 贵公司为我校此次活动提供所需物资或部分活动经费，我中心将从以下方面回报贵公司：

1. 海报宣传：此次赛事将持续两星期左右活动，运动员素质高。运动员队伍、观众队伍较为庞大，活动过程中若有广告宣传对提升双方知名度有很大推动作用。
2. 展板宣传：展板在大学校园一直是文化的传播窗口之一，普遍受到师生们的青睐，本系活动列展板上可附有商家自身的宣传内容。
3. 横幅宣传：可在学校大道、篮球场人流量比较集中的场所悬挂带有商家特色的横幅。
4. 奖品宣传：得分王奖品由贵公司赞助(可印有公司图案、产品特色、地域文化等)
5. 工作用品宣传：运动员可穿上印有商家标志的服装上场比赛，与运动中相关开支等。
6. 咨询点宣传：运动员开赛期间，可在校园设点接受师生咨询，宣传介绍贵公司(需贵公司工作人员自己操作)。
7. 促销点宣传：运动员开赛期间，可在校园赛场旁设点搞促销，要另收部分促销费。
8. 友谊搭建：我系将与贵公司建立长期稳定的合作关系，贵公司若需要到我校开展活动，我系必将鼎力配合，需要帮助时，我们可派相关人员协助。

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇九

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

幼儿园户外体育游戏活动好玩的圈圈篇十

目标：

- 1、通过游戏，提高幼儿跑和钻的能力。
- 2、培养幼儿协同一致的情感，发展灵活性。准备：猫头饰每人一只，老鼠头饰10--12只，录音机和磁带，设三处鼠洞。

过程：

- 1、部分幼儿戴上猫头饰。听《黑猫警长》的音乐从教室开“摩托车”到活动场地，四散站立。
- 2、听音乐做上肢运动(猫理胡子);手腕和脚腕活动(磨爪子);下蹲后跳起活动(捕鼠)。
- 3、做两个模仿动作：大象走和小兔跳。
- 4、教师讲解示范“猫捉老鼠”游戏的玩法：老鼠钻在洞里，猫在洞外的家里。听到游戏开始的信号后，老鼠要钻出洞到外面偷东西，不能一直躲在鼠洞口。被捉到的老鼠立即站在边上。
- 5、部分幼儿(10人左右)戴上老鼠头饰，然后游戏开始，同时播放《黑猫警长》音乐。

教师巡回观察、指导，随时提醒幼儿注意安全。

- 6、游戏一遍结束后，教师肯定成绩，进行鼓励，并请2--3名幼儿再次示范，提高跑和钻的动作的质量。同时，指出游戏中应改进的事项。

7、调换角色，由原扮猫的扮老鼠，进行第二遍游戏，教师巡回指导。

8、游戏进行3—4遍。每次游戏结束，教师都进行简单的小结，鼓励姿势正确、钻得迅速、跑得灵活的幼儿。

9、游戏结束

教师进行讲评：小猫的本领练得真好，天快亮了，我们捉了一个晚上的老鼠，现在要回家休息了。让我们把精神养得好好的，下次捉更多的老鼠。