

幼儿园阳光户外体育活动方案及流程 幼儿园户外体育活动方案(通用5篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

幼儿园阳光户外体育活动方案及流程篇一

- 1、培养幼儿的运动兴趣、习惯和能力。
- 2、让幼儿体验到合作与交往的快乐。
- 3、满足幼儿与不同年龄同伴交往的需要，扩大幼儿的接触面，并促进幼儿社会性发展。

20xx年月日 下午15：30--16：15

（一）各游戏负责人负责：游戏材料、游戏材料摆放、游戏名称牌。

（二）幼儿活动记录：伍超（拍照、音乐）【小兵踏踏、恰恰恰、彩虹的约定】

（1）15：30前各个班级结好对子，15：30分，幼儿结伴游戏。

结对子班级：大一班--小b班、小c班大二班--小a班大三班--小2班大四班--小1班中一班--中三班中二班--中四班（2）15：25各游戏负责人（名字在后的一位老师）在游戏位置等待幼儿，准备游戏。

（3）16：05听音乐全体教师幼儿集中到操场，各结对子班级

按规定的位置站好。（注：游戏结束后，各个游戏负责人先把体育器械放到树底下，再由保育员老师负责收游戏材料；带操老师站在高台上带操）（4）16：15活动结束，每结对子班级按晨锻操回课室位置回班进行小结。

（一）每个游戏项目之间必须要有明显物体进行划分，并要为幼儿预留排队和出口的位置。

（二）幼儿在玩游戏的时候，都是从起点玩到终点，然后再由终点到起点，最后从出口出。

（二）游戏及负责人：（附表）

幼儿园阳光户外体育活动方案及流程篇二

为了使幼儿体、智、德、美得到全面的发展，以坚持“健康第一”为指导思想，以确保幼儿每天户外活动时间为工作主线，我们认真贯彻执行园内本学期教研主题“健康体育”为实施精神，营造丰富多采的户外课间活动。本学期根据我园幼儿健康发展需要和体育锻炼需求，设计了丰富多彩的户外活动，活动的开展规范化、游戏互动化。并以户外课间体育活动为辐射点，推动幼儿园体育及其它工作的不断深化。

二、任务目标 1、各班以一种体育游戏为主，玩出花样，提高水平，提高幼儿动作的灵活性协调性，全面提升幼儿的身体素质，做到人人都参与、快乐锻炼为基础。 2、抓好幼儿园体育特色队的建设，不断进行班级比赛，激发幼儿锻炼的积极性，不断提高幼儿园整体水平。 3、积极开展体育特色的实践活动，办出班级的特色，走出一条具有我园特色的教育新路。

三、活动过程 1、幼儿园韵律操 幼儿随音乐做胸腰髋部基础训练组合：灵之歌。手臂肩部组合：草原赞歌。 2、中一班

年龄组体育游戏：娃娃运粮。幼儿分两组进行训练，首先幼儿，然后爬过设置跑道，爬过“小山”，将粮食运到仓库后往回跑。戏主要锻炼了该年龄段幼儿的爬、跑的能力。

3、中二班年龄组体育游戏：我们爱运动。此游戏幼儿首先要过平衡木、然后双腿跳过呼啦圈、跑至横线前投掷沙包。最后跑回起点，下一个幼儿继续。此游戏锻炼了该年龄段幼儿的平衡能力、跳跃能力和投掷能力。

4、大一班年龄组体育游戏：跨栏接力跑。此游戏为竞技游戏，首先幼儿分为人数相等的两组，每组的第一个小朋友拿接力棒，比赛开始后，幼儿要先后跨过两道障碍，然后绕过障碍桩，跑回起点将接力棒交给第二个小朋友，以此类推。此游戏锻炼了幼儿的跨越能力和奔跑能力，更锻炼了幼儿的团队合作精神。

四、工作措施

- 1、加强管理，保证幼儿园体育特色项目的正常开展。每学期制订具体实施计划，并及时记录好各项活动的开展情况，每月定期研讨并进行小型体育特色比赛，每学期、做好总结和反思
- 2、加大体育设施硬件的投入，为更好地开展体育运动奠定基础。幼儿园每年增添大量体育设施，保证锻炼的需要。
- 3、做好体育特色队的基础教育和普及工作。抓普及。各班成立跳绳、跳皮筋、拍花球等为主的小组。并挑选出优秀选手参加幼儿园特色体育队，准备参加体育比赛或展示。
- 4、抓基础。利用体育课、体育活动课、大课间活动等时间进行基础教学训练活动

五、活动反思

孩子们能以饱满的热情，积极的态度投身到整个活动中去，活动的开展促进了幼儿团结、友爱、互相合作的能力，整个活动流程和谐、有序、愉悦，孩子们在活动中注意力集中，精力充沛。此活动内容丰富多彩，通过游戏拉近了师幼之间的距离，使幼儿的积极性得以充分调动起来，活动的成功是喜悦的，但也存在着一些不足，这些需要在日后的活动中不断改进。

幼儿园阳光户外体育活动方案及流程篇三

1. 提高幼儿匍匐前进爬的能力，锻炼孩子的意志力。
2. 通过游戏，提高幼儿侧钻的能力，增强自我挑战的能力与勇气，培养克服困难的毅力。
3. 通过游戏中跑、跳、跨栏的练习，培养幼儿反应能力及身体的协调能力。

（一）开始部分

热身活动（彩色瓶子操）

（二）基本部分

规则：（1）幼儿匍匐渐进时候，以躯体贴近地面，以手臂和腿的攀爬力量，使身体整体前进的运动方法。

（2）幼儿从入口开始匍匐前进到达器械的出口，身体不能接触障碍物。

玩法：

1. 第一组幼儿有序排队，依次按规则匍匐前进。
2. 第二组幼儿有序排队，助跑跨越。
3. 第三组幼儿有序排队，在跨越的同时并跨越。

（三）结束部分

放松游戏：

1. 集体做吹气球游戏，调整呼吸，放松身体各部位肌肉

2. 配着音乐小飞机绕场一周轻松离场

幼儿园阳光户外体育活动方案及流程篇四

1、体验玩圈套球的乐趣。

2、在活动中尝试练习“赶”的动作。

3、初步发展幼儿手、眼及身体协调性。

1. 开始部分：

(1) 幼儿一个跟着一个走，走成一个圈。

(2) 游戏“捡皮球”：幼儿站成圆圈后四散站在场地上，教师将球抛向四周，幼儿每人去捡一个球后回到原位，可重复玩。

2. 基本部分：

游戏“拖小猪”：把皮球当做小猪，用呼啦圈把小猪套住，然后拉着呼啦圈向前走。

3. 结束部分：把小猪拖回家，赶到猪圈(球框)里。

这个游戏是利用身边材料创造出的玩法。在圈和球的游戏过程中，期间我在安排游戏面向全体幼儿的同时注重个体差异，运用拖得距离的长短来进行。大多数幼儿可以拖得很好，个别还是不会。在以后的游戏中，可以再游戏中为不同层次的幼儿提供了相宜的材料有：皮球，网球，纸球等，促使每个幼儿在不同水平上都能得到发展，使每个幼儿体验到满足和成功。

幼儿园阳光户外体育活动方案及流程篇五

1、通过尝试多种玩球的方法，培养幼儿创新的意识。

2、发展幼儿玩球的技能和动作发展协调的能力。

幼儿人手一个皮球、进行曲音乐

一、准备活动：

幼儿听音乐跟着老师做一些带球的动作，即球操。

由下蹲到跳跃、由身体上肢到下肢。

二、随意玩球：

师：今天我给小朋友们每人带来了一个皮球，以前小朋友们都经常玩皮球的，不过今天我给你们带来的这个可不一样，可厉害了，可以玩出好多好玩的方法，不过小朋友一定要动起你聪明的小脑袋，小朋友们试试看，这个神奇的皮球有什么更好玩的玩法呢？(幼儿开始根据自己的意愿来开始玩球了)

教师对幼儿玩出新奇的玩法，给予及时的鼓励，而后激励他再次尝试新的玩法。

三、相互学习：

1、把幼儿随意集合起来，请几个幼儿上来把他创新的玩法展示给大家看，对好的让大家一起来进行学习。

2、给幼儿一段时间让他们自己相互的交流。

四、游戏：和球赛跑

师：今天老师也带来了一种新的玩法，就是和球赛跑，把球滚出去后，我们迅速启动，用最快的'速度去追赶皮球，看看谁能够追上皮球，先到终点。

讲清楚玩的方法和注意的事项后请幼儿开始玩，教师在旁边

进行适当的指导。

五、合作：

幼儿尝试两个人合作的玩球的方法。

六、结束体育游戏——拖小猪