

# 最新中班户外玩沙活动目标 幼儿园中班 户外活动方案(优秀5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 中班户外玩沙活动目标篇一

亲子活动是幼儿园活动中的一部分，和谐、温馨的氛围是孩子健康活泼成长的必要条件。以亲子活动为开头，创设合适的环境、空间、时间和活动内容，让孩子、家长在活动中互动起来，有利增进情感，加强家园间的沟通、交流。

- 1、让孩子、家长共同分享参与游戏的乐趣，加深家园情、亲子情。
- 2、给孩子表现自我的机会，培养孩子活泼、开朗的性格，促进孩子交往沟通能力及动手能力的发展。
- 3、通过活动让家长进一步了解孩子，促进家园同步教育。

xx年09月21日(星期日)上午9：30--14：30

xx集团总部内

在校幼儿园学生和家長(20个家庭)

- 1、扩音器一个、哨子6个及各游戏材料具体详见各游戏另需的道具(另加：汽球一部分、礼品一批)

2、小礼物人手一份

3、照相留念

4、少量食物及饮用水

(1) 亲子赛跑：《道具：绳子4根》

游戏规则：4个家庭为一组，共为4组，每个家庭2人一队，孩子和父亲或母亲各绑一只脚，听到哨声后，从指定的a点跑向b点，先到达终点者为胜出，（奖品为：）

(2) 球拍夹汽球接力赛：《道具：羽毛球拍4付，汽球4个》

游戏规则：4个家庭为一组，共为4组，首先妈妈在a点和孩子用球拍夹好汽球，听到哨声后，马上跑向b点爸爸处，孩子再与爸爸合作，将汽球夹着运回a点，途中汽球掉落可捡起继续游戏，先到达终点者为胜出。如果家庭中，不是双亲来参加的，家长可同时扮演2个角色。或找工作人员帮忙。（奖品为：）

(3) 传球接力赛《道具：篮球4个》

游戏规则：4个家庭为一组，共为4组，现声划分为

妈妈先拿着球，听到哨声后，马上跑向b点孩子处交给孩子，孩子抱着球再马上跑向c点爸爸处，爸爸再抱着球马上跑向d点终点处，途中球掉落可捡起继续游戏，先到达终点者为胜出。如果家庭中，不是双亲来参加的，家长可同时扮演2个角色，或找工作人员帮忙。

(4) 投篮球比赛：《道具：篮球4个》

游戏规则：4个家庭为一组，共为4组。一家子轮流每人投篮

一次，每投一次必须换一人，投篮时间为5分钟，以投中数量的多少排名次，如果家庭中，不是双亲来参加的，家长可同时扮演2个角色，或找工作人员帮忙。

(5) 乒乓球拍运球赛：《道具：乒乓球4个，乒乓球拍2付》

游戏规则：4个家庭为一组，共为4组。妈妈先把球放到拍上，听到哨声后，马上运着球跑向b点孩子处交给孩子，孩子运着球再马上跑向c点爸爸处，爸爸再运着球马上跑向d点终点处，途中球球掉落可捡起放好继续游戏，先到达终点者为胜出。如果家庭中，不是双亲来参加的，家长可同时扮演2个角色，或找工作人员帮忙。

3、寻宝活动(13:00-14:00)《道具：礼品一批》游戏规则：工作人员事先把奖券藏在汽球中，再高高的悬挂在各树上。4个家庭为一组，共为4组。每个家庭只派出孩子寻宝，父母跟在其后，不能提示。孩子寻到宝后，由父母帮其取下，再拿着奖券到工作台领取相对应的奖品。每家只能寻三件宝物哦!!

## 中班户外玩沙活动目标篇二

为了加强幼儿户外体育活动锻炼，不断增强幼儿身体素质，提高自身对外界环境的适应能力，培养幼儿坚强勇敢的意志品质，并通过户外活动，发展幼儿的基本动作，提高身体的协调能力和平衡能力，增加体力和耐力，促进幼儿身心和谐的发展，让幼儿从小拥有健康的体魄。我们根据中班幼儿的年龄特点，制定幼儿户外体育锻炼活动的方案如下：

### 一、活动内容：

花样玩圈、拍皮球、徒手操、轻器械操(响铃操)、跑步、投沙包、捉“尾巴”、跳房子、跳羊角球、投纸球等。

## 二、活动器械：

呼啦圈、响铃、纸球、大纸箱、奶箱、布条、羊角球、小马蹄、沙包、皮球等。

## 三、实施过程：

### (一)准备阶段：

主要收集开展优化幼儿户外体育活动研究用的资料，组织教师进行学习，提高教师对优化幼儿户外体育活动指导的理论水平，确定研究的内容，成立课题小组。

### (二)实施阶段：

我们根据孩子的年龄特点和动作发展水平，做到循序渐进，本着由易到难、由浅入深的原则，制定了科学系统的阶段性实施方案。

#### 第一阶段：

#### 第四阶段：

通过练习呼啦圈孩子们已经有了一定的基础，并掌握了多种花样玩圈的技巧，我们利用家长开放日的时间进行花样玩圈的技能技巧展示。我们还在活动中给孩子们加上优美的音乐，编成一套完整的圈操，在早操活动中进行展示。

经过课题组教师的积极努力和孩子们认真练习，本研究课题实施以来，我们取得了可喜的成绩：在20\_\_年5月寿光市举行的技能技巧活动比赛中，我们荣获三等奖。

## 四、户外活动时间安排(根据季节灵活调整时间)：

## 五、注意事项：

1、进行各项游戏活动时应让身体做好充分的热身活动并掌握正确的动作技术。

2、一定要有老师在一旁指导、保护幼儿的安全，对于没有按照游戏规则的幼儿，老师再强调游戏规则，并请幼儿一定要按照游戏规则去做，选择的 game 一定要玩到熟悉为止再去玩起他的游戏。分组活动就是按照幼儿自己的意愿去做游戏，活动中请幼儿遵守游戏规则并保护自己不受到伤害。

## 中班户外玩沙活动目标篇三

1、学习双脚交替跳格子。

2、在游戏中培养幼儿快速反应能力。

3、学会与同伴合作按次序进行游戏。

找一块宽敞的场地。

### 一、开始部分

1、热身运动。

师：请小朋友站在自己的位置上，排成6列纵队。

2、复习原地踏步走，向前踏步走，踏步走，要求中间空一个圆点。

3、复习前面所学的基本体操。

### 二、基本部分。

1、介绍场地，引起幼儿的兴趣。

2、请小朋友站在格子的旁边指认。

3、学习用双脚交替的方法跳格子。

师：刚才我们是用手指来指认的，如果用脚来数数，看看行不行？

师：幼儿分散在格子场地处练习，每次一位幼儿跳，其余幼儿等待片刻，轮流进行。

4、幼儿练习后提问：你们刚才是怎样用脚数的？

师：请一个小朋友来跳给老师看一看。

5、老师重点讲解跳的方法：每次一只脚踏一个数，左右脚交替进行，按顺序1—9的数字跳完。

6、引导幼儿练习用双脚交替跳的方法跳格子。

7、游戏：“看谁跳得快”。

师：小朋友们都学会了用双脚交替的跳格子了吧！接下来我们就来玩一个游戏，游戏的名字叫：“看谁跳得快”。

师：玩法：将小朋友分成四组，每组一块格子地，游戏开始后，每组当中的一人按1—9的顺序跳格子，其余人帮着数，跳完后换另一个人，直到所有的人都跳完。先跳完的那组为胜。

8、游戏进行3—4次。

三、结束部分。

1、老师表扬按要求跳的小朋友。

2、放松运动，针对幼儿的腿部进行放松活动。

## 中班户外玩沙活动目标篇四

- 1、通过抛接球的游戏，教幼儿练习投球的动作。
- 2、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的.协调和灵活。
- 3、培养幼儿团结合作的观念。
- 4、培养幼儿健康活泼的性格。

投掷动作包含了手部的伸展和眼睛的瞄准等，是一个需要手脚协调，眼脑并用以及合作的运动，幼儿刚开始可能还掌握不好，所以在讲解时要重点讲，让幼儿多练习，变化调整和家长之间的合作。

### 活动准备

箩筐人手一个，海洋球一大箱，画好投掷线，小松鼠头饰每人一个，奖品几个。

### 一、开始环节

情景导入：小朋友戴松鼠头饰和老师一起进场，老师说：今天小松鼠到树林里面玩，看到了很多松果，我们一起来捡松果吧，捡了松果就把松果投到篮子里。

### 二、基本环节

教师示范：先将箩筐摆在一定距离外（第一次不必太远，让每个幼儿都可以投进，以增强幼儿的学习兴趣，）然后将球投入篮子里。

- 1、让每个幼儿都试试看，教师要观察幼儿的投进情况及时讲解和让幼儿调整。

2、让幼儿邀请自己的爸爸妈妈和自己一起玩游戏，教师讲解游戏规则。

3、最先采得松果最多的一组为胜，进行游戏2次。

### 三、结束环节

1、给予获胜组奖励，落后组以鼓励。

2、表扬积极并给力的家长。

3、结束活动。

在本活动中大多数幼儿能通过操作、观察、调整完成游戏，并学会投掷动作。

家长在本活动中能积极参加和配合，但我觉得在活动中游戏简单了一点，还可以加大难度，让幼儿和家长更有挑战性，希望在下次的活动中能有更好的构思和创意。

## 中班户外玩沙活动目标篇五

为庆祝20xx年的元旦，为丰富学生的校园生活，使全体学生过一个充实而又有意义的节日，学校特举行“庆祝元旦”亲子游园活动。活动旨在让家长与孩子在游园中陶冶情操；在游园中获取知识；在游园中培养活动能力，促进孩子全面健康的成长，给孩子一个美好的童年回忆。为使活动有序顺利实施，具体安排如下：

12月31日周五下午1：40

1、上午放学前布置好教室，搬出课桌，分别摆放在二楼b段走廊内，学生物品存放于b段两个空教室内。装饰好前黑板，并在教室班级标牌上张贴游戏名称及游戏规则。



- 1、1：20前各班级做好准备，所有负责活动的老师、学生到位。
- 2、1：40—2：10进行家长委员竞职演讲。
- 3、2：20—3：30学生游园，每个游戏结束后直接领取礼品。
- 4、各班打扫好卫生，搬回桌凳。

全年级师生及家长。

以班级为单位，自由组织活动节目，每班设计一项游艺项目。要求节目内容符合儿童实际、难易适当、人人参与、学生感兴趣，并考虑安全因素和活动成本，比如可穿针引线、运西瓜、两人三足跑、辨认亲人、踏石过河、托球接力等节目。

1、游园活动在各班教室举行。

2、等候区：二楼走廊各教室门前。

1、请各班提前布置好场地，并于12月30日前完成一张宣传海报，介绍有关本班级活动游戏的名称、规则等，海报纸统一粘贴在班级门口，争取让更多的人来参与。

2、活动道具各班自行准备。

3、班主任提前通知10名家长委员会成员或家长志愿者分两组维持游园秩序，并给予这十名家长发放优先票，分两组参加游园活动，活动时优先安排，以便于省出时间帮助各班维持秩序。

1、级部统一印制游园票，家长和孩子一起凭游园票进行游园。

2、活动前班主任老师要向学生宣讲活动规则，参加时要自觉遵守活动场所秩序(排队、不大声喧哗、不追逐打闹、上

下楼梯靠右走等)，认真进行安全教育。活动结束后，各班级要负责搞好场地卫生工作。

3、为保证参与的公平性及广泛性，要求每个节目每人只准参与一次。为了保证当天游园活动进行有序，各班游园的第一个地点为本班教室，然后再自己根据喜好选择游艺项目参加另外5个班级的活动。

1、总协调人员□xxx□xxx

2、各班教室由班主任及跟班教师具体负责。

3、各班教室门口秩序维持者：家长委员会成员。（家长佩戴红领巾）

4、摄影：家长委员会成员

6、各班教室负责教师：