

2023年幼儿园大班户外活动放松教案 幼儿园大班户外活动方案(模板5篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么问题来了，教案应该怎么写？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

幼儿园大班户外活动放松教案篇一

- 1、幼儿练习助跑跨跳过一定距离的平行线。
- 2、发展幼儿爬行、绕过障碍物跑、跨越、跳越的能力以及动作的协调性和灵活性。
- 3、激发幼儿游戏活动中的竞争意识和合作意识，培养孩子的合作能力。
- 4、让幼儿能在集体面前大胆表演、表现自己。
- 5、遵守游戏规则，体验与同伴合作游戏及控制性活动带来的快乐。

平整的场地、软垫子、障碍物小椅子、绳子、沙袋、羊角球。

1、活动开始：老师带领幼儿两路纵队进入活动场地，进行热身运动：双臂绕环手腕、原地跑跨跳。

2、引出活动主题，介绍场地，创设情境：

师：马棚里住这一匹老马和一匹小马，有一天，老马对小马说：“孩子你已经长大了能帮妈妈做点事吗？”小马高兴地说：“怎么不能，我很愿意帮您做事”。老马说：“那好啊，你把这

半口袋粮食给奶奶送去好不好？”于是，小马就驮起粮食飞快的向奶奶家跑去，小马在运粮去奶奶家的路途中一共经过四个地方，第一个森林，它要绕过树桩（小椅子）走出森林，第二个是跳过一个土堆（沙袋），接下来是要爬过一块草地（软垫子），最后要跨过一条河（两根绳子）。

3、穿过障碍，练习助跑跨跳。

（1）教师示范讲解游戏玩法一次；

（2）幼儿自由练习穿过障碍，助跑跨跳5分钟；教师总结：小朋友到小河边千万不要停下来，这样会跨不过去掉到河里。跨的时候，步子要迈大，腿抬高才能跨过去。回来的时候，从队的两边跑回来，排在队尾。大家要有秩序，前面一个孩子穿过森林后，下一个孩子就开始跑。咱们看看那匹小马最听话，表现最勇敢。

（3）开始游戏“小马运粮”。

（4）教师当裁判，巡回指导。教师指挥小马有秩序的完成运粮任务看哪组的小马最先顺利到达奶奶家。

（5）教师讲评：小马们在运粮的时候非常认真、勇敢不怕困难，都很厉害是个勇敢的孩子。

4、结束部分

（1）教师小结游戏情况，对认真玩游戏的小马提出表扬。

（2）放松整理运动。教师带领幼儿一起跳舞蹈“太阳的宝贝”。

幼儿园大班户外活动放松教案篇二

1、探索用平衡木来锻炼身体的方法，在上面平衡走、跑、跳、

爬等。

2、发展动作的协调性、灵敏性、培养运动中的合作能力。

平衡木4根、小动物图片4张：小鸟、乌龟等。

一、热身运动《奶牛舞》：

师：天气不错，我们来跳跳舞吧！（一次）

二、游戏：自由探索玩平衡木的方法。

师：你们跳得真好！现在我们一起看看我给你们带来了什么好玩的东西？（平衡木）

平衡木可以怎么玩呢？你们一起来试试吧！（幼儿自由在平衡木上玩各种各样的方法。）

三、用平衡木来锻炼。

1、师：小朋友们，现在我们就在平衡木上锻炼身体，看谁的锻炼方法好而且多呢？

2、幼儿分散在物体中独自或结伴尝试各种运动，如：跳、走、跑、爬等等。

3、教师观察指导，称赞好的锻炼方法，并鼓励幼儿一起模仿并提醒幼儿注意安全。

四、幼儿展示在平衡木上玩的方法。

1、在教师的带领下，全体幼儿一起进行鸟飞、大步走、乌龟爬等方法。

师：大家想出了很多方法，我们现在请一些小朋友给大家表

演一下。

鸟飞、大步走、乌龟爬等方法来锻炼。

五、竞赛游戏《小乌龟运粮食》。

师：小朋友我们一起来帮助小乌龟运粮食吧。出示图片让幼儿模仿过平衡木。（游戏1—2次）

六、整理各种材料，离开运动场地。

师：你们帮小乌龟运了粮食它们真高兴，现在你们也累了，现在我们开着小火车一起到教室休息一下吧！

幼儿园大班户外活动放松教案篇三

1、锻炼幼儿身体的协调能力，培养幼儿的规则意识、合作意识以及竞争意识。

2、幼儿能在游戏中体验游戏带来的快乐。

螃蟹头饰若干，皮球若干。

活动玩法：

男女两队排在前面的两个小朋友为一组，两人学小螃蟹的姿势，背靠背，夹住球。胳膊像钳夹一样互相勾住，向前走，走到标志处再走回来，把球放入筐内，然后排在队尾等待下次继续玩。下一组小朋友只要前一组的把球放入筐内就可以出发。两只“小螃蟹”一定要注意团结协作好，球不要掉下来，如果掉了，从头再来，走时一定要注意安全。

幼儿园大班户外活动放松教案篇四

跳跳小袋鼠

- 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、乐意参与跳的游戏，并努力克服困难，一直跳到结束。

圈若干、椅子两把。

一、准备活动。

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。

二、游戏活动：“跳跳小袋鼠”。

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。

游戏开始，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。

三、放松活动。

教师带领幼儿边唱边进行游戏“袋鼠跳”。

附儿歌：跳跳歌

跳跳跳，双脚跳，

跳跳跳，单脚跳，

跳跳跳，转身跳，

天天跳，身体棒。

幼儿园大班户外活动放松教案篇五

友谊第一，比赛第二。

娱乐身心、欢乐童年、加强交流、展现自我。

1、活动时间□20xx年x月x日

2、活动地点□x

3、参赛对象□x班及家长

道具：障碍木桩

参赛人员：每班为x组，共x组，每组x对，每对由一家长带一孩子参加比赛。

比赛距离□x米距离

裁判员：发令人x□记录x人

规则：

(1) 家长在两边、孩子在中间跑。

(2) 比赛开始，家长与与孩子分别原地转三圈后，越过障碍跑向中间。

(3) 家长与孩子到达中间后进行双人牵手跑向终点。

(4) 最后哪一组所用的时间最少，哪一组就是获胜队。