

# 2023年中班户外活动反思 抛抛乐中班户外活动教案(汇总7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 中班户外活动反思篇一

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)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。

(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。

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。

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。

## 中班户外活动反思篇二

- 1、练习双脚立定跳远，发展幼儿弹跳能力。
- 2、会跑、会灵活的闪躲。(练习跑，发展幼儿灵敏性)
- 3、体验游戏的快乐。
- 4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
- 5、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。

经验准备：了解青蛙的生活习性。

材料准备：音乐《小青蛙》，宽度不一的“小河”、青蛙头饰、害虫头饰。

能协调的完成立定跳远的动作。

教师：今天老师要和你们玩一个好玩的游戏，叫做小青蛙抓害虫，你们想不想玩？

幼儿：想玩。

教师：那你们可要认真听听游戏规则哦！我们会分成两组，一组是小青蛙，另一组是小害虫。

教师：你们看，这里有一条小河，小河有的宽，有的窄，学好本领才能跳得远。所以我要教你们一个很厉害的本领立定跳远。

教师正侧面示范一遍：小脚并并拢，双腿弯弯屈，小手甩一甩，轻轻起跳。

幼儿练习立定跳远动作。

幼儿示范。

幼儿集体练习立定跳远。

教师：扮演害虫的宝宝要注意，青蛙来了要会跑、会闪躲，不要给青蛙抓到！如果被青蛙抓到了就要和青蛙宝宝跳过小河一起回家。

教师：老师来示范一下。

主配班老师配合完成游戏示范。

幼儿示范。

教师：游戏规则都明白了吗？现在请小朋友来选择你们想要扮演的角色头饰吧。

幼儿自行选择角色。

主班老师扮演青蛙妈妈带领青蛙宝宝，配班老师扮演害虫妈妈带领害虫宝宝在稻田里自由散跑。

青蛙妈妈(摸摸青蛙宝宝肚子)：青蛙宝宝们肚子扁扁的，肯定是饿了，快快用我们刚刚学会的本领跳过小河，去捉害虫吧！

播放音乐《小青蛙》。

游戏中，扮演小虫的幼儿在稻田里跑来跑去，青蛙过来了，害虫宝宝边跑边躲。被捉到的害虫宝宝跟着青蛙宝宝跳过小河回家。

经验讨论：青蛙宝宝都会用新本领跳过小河，而且也能把害虫捉回家。害虫宝宝在青蛙追杀时也学会了闪躲，很棒。

角色交换，再次进行游戏。

游戏结束。

青蛙妈妈：天黑了，我们把捉到的害虫宝宝带回家吃。

活动反思：

基本过程我主要设计了小青蛙练本领，我先带领幼儿去荷叶上玩，先示范青蛙怎样跳，然后再进行动作讲解，边讲解的时候幼儿边做动作，然后幼儿自由练习。运动后请幼儿坐到荷叶上面休息，休息时告诉青蛙宝宝最的本领是捉害虫，请幼儿学习捉害虫的方法，幼儿学的非常认真，积极性很高，幼儿存在个体差异性，在幼儿练的过程中有些幼儿姿势做的不到位，我对个别幼儿进行指导。活动中孩子们始终处于兴趣盎然的情趣中，使气氛达到了高潮。整个活动比较符合孩

子们的身心特点，发展了孩子的协调能力，齐心协力消灭害虫的团结协作的精神。

## 中班户外活动反思篇三

小班的孩子很喜欢参加户外活动，但动作还不协调，很容易摔跤。为了锻炼孩子身体的平衡能力和协调能力，我设计了一节户外活动《好玩的球》。想通过本次活动，让每个孩子都能够得到锻炼和发展，让每个孩子学习到新的玩法，感受游戏的快乐。

1. 学习拍球，抛接球，滚球，踢静止球等多种球的玩法，发展幼儿的综合运动技能。
2. 培养幼儿对玩球和体育活动的兴趣，发展幼儿的自主性和创造性。
3. 培养幼儿合作意识，提高幼儿合作能力。

平整宽阔的场地，彩色的小皮球。

一、和幼儿一起做准备活动，边唱儿歌边活动四肢。

春天天气真好，（双手高高举起，左右摇摆。）

花儿都开了，（两手张开放在下巴下，像两片小叶子）

杨柳树枝对着我们弯弯腰，（做弯腰动作）

蝴蝶姑娘飞来了，蜜蜂嗡嗡叫。（张开双臂学蝴蝶飞。）

小白兔儿一跳一跳又一跳。（学小白兔跳）

二、导入

1. 以儿歌《大皮球》导入，激发幼儿活动兴趣。

大皮球

妈妈买个皮球，

上面画个小猴，

我来拍拍皮球，

小猴翻个跟斗。

请每个小朋友自选一个皮球，说说自己的皮球是什么颜色?有什么图案?自己拍一拍皮球。

三、教师示范几种球的玩法，指导幼儿自由玩球。

1. 追球

两名幼儿一只球，甲幼儿为滚球人将球滚出，乙幼儿为追球人，当甲幼儿将球滚出后，乙马上向前去追球，追到球后交换角色。注意球要挨地滚动。

2. 反弹球

两名幼儿一只球，一人将球往地上用力拍，球往上反弹时，对方立即去接住球。然后交换角色，继续玩。

3. 滚球过门

两人一球，一幼儿两腿开立做球门，另一幼儿距三米处，对准球门滚出球，进球为胜，交换角色，继续进行。

4. 我来拍，你来接

两名幼儿一只球，幼儿甲边拍球边说：“一二三四五，请你来接住。”当说到“住”时把球抛给幼儿乙，幼儿乙接着球后，边拍球边说：“一二三四五，请你来接住。”将球再抛给甲。

幼儿回家后，可以和爸爸妈妈一起玩皮球，并把自己学习的新玩法表演给爸爸妈妈看，请爸爸妈妈也表演几种新玩法。

## 中班户外活动反思篇四

老鹰捉小鸡是幼儿非常喜欢的游戏活动之一，在游戏中幼儿一边做游戏，一边唱歌，幼儿获得了快乐和满足，也增进幼儿体质和应能力。通过合作游戏更能增进幼儿和教师的感情，增进幼儿之间的合作，交流。

- 1、培养幼儿合作意识和配合能力，学会去保护自己。
- 2、增强了幼儿的自我保护能力和增强了幼儿的集体荣誉感。
- 3、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。
- 4、通过活动幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。
- 5、培养幼儿与同伴之间的相互配合。

1、老鹰头饰两个，鸡妈妈头饰两个，小鸡头饰若干。

2、音乐光盘《鹰捉小鸡》

教师带幼儿到户外操场，指导做简单的热身动作。

1、教师和部分幼儿首先模拟老鹰捉小鸡的游戏过程，并相应的说明游戏的规则，其他幼儿认真看。

老师问，你们想不想当老鹰啊？你们想不想去保护小鸡啊？（幼儿回答，想）幼儿的气氛被调动起来了，积极的踊跃的想参加到游戏中去。

## 2、游戏分组

将全班幼儿分成两个小组，选好了谁当老鹰，谁当鸡妈妈，其他的小朋友都带上了小鸡的头饰，第一个小朋友是鸡妈妈，她伸开双手来保护自己的孩子们，小鸡们紧紧地抓住前面小朋友的衣服，在妈妈的保护下，和其他的姐妹们一起躲避老鹰。

## 3、开始游戏

哨声一响，游戏就开始了。在音乐的配合下，老鹰和小鸡们都忙活起来，老鹰很凶猛的扑过来，鸡妈妈们也勇敢的和老鹰周旋，孩子的眼睛都睁的的，紧紧地跟着鸡妈妈，全体幼儿一起唱着儿歌：（天上老鹰飞，地上小鸡啼，小鸡挤得砰砰飞，咕咕咕传消息，快过来，躲在妈妈翅膀里。天上老鹰飞，地上小鸡啼，小鸡挤得砰砰飞，咕咕咕传消息，快过来躲在妈妈翅膀里。）

## 4、幼儿换角色进行游戏。

游戏过程中，幼儿很快就进入了角色，能紧紧的跟在妈妈的身后，学会了如何去躲避，去保护自己，幼儿在活动中，增强了集体合作的意识和配合的能力。并在游戏中获取了快乐和满足。

## 中班户外活动反思篇五

1、感受歌曲中符点音乐节奏的特点，了解歌曲前奏作用，体验歌曲的美感，产生学唱歌曲的兴趣。

2、知道滑梯运动的规则，学习自我保护。

活动前带领幼儿玩滑滑梯。

### （一）回忆导入

1、回忆刚刚我们是怎么滑滑梯的？

幼儿说：“不推不挤，排好队”

小结：玩滑梯人多时先要排好队，一个跟着一个，不拥挤推拉。从楼梯这边上去两手扶好了，一层层地往上爬。眼睛看好楼梯，爬到顶，坐稳后，两手扶着滑梯两边，两条腿并拢，再滑下来。如果不这样好好玩滑梯，做不正确的动作，就会发生危险。

### （二）欣赏歌曲

1、欣赏歌曲：教师弹奏乐曲几遍，鼓励幼儿伴随音乐轻轻地哼唱或拍手，熟悉旋律和节拍。

2、教师在黑板上展示滑梯图，让幼儿说说自己玩滑梯时的感受。

3、教师范唱歌曲，要求幼儿听清歌词，说说歌词，重点理解“不推也不挤，慢慢上，别着急”这一句。

4、练习重点句“慢慢上，别着急”，结合手势动作边表演边唱，引导幼儿感受并学唱符点音符。

5、教师随伴奏范唱，重点引导幼儿欣赏歌曲中的前奏和尾声，说说对前奏与尾声的理解与感受。

6、完整学唱歌曲2~3遍，最后带幼儿到室外玩滑滑梯。

课后，老师在以后的滑滑梯是可以用这首歌曲时刻提醒幼儿用正确的方法玩滑梯。

## 中班户外活动反思篇六

- 1、掌握扶、撑、躲等自我保护的方法。
- 2、知道在户外活动时要关爱他人，遵守活动规则。
- 3、愿意大胆尝试，并与同伴分享自己的心得。
- 4、考验小朋友们的反应能力，锻炼他们的个人能力。
- 5、探索、发现生活中的多样性及特征。

1、平衡木、沙包、垫子。

2、教学资源《小猴学本领》图片。

1、引导幼儿倾听故事并理解故事内容。

2、引导幼儿学习扶、撑、躲等自我保护方法。

(1) 组织幼儿学习扶、撑、躲等动作。提问：我们在活动时会发生什么危险？有哪些本领会帮助到我们？今天我们来学习三种保护自己的本领。教师重点示范：幼儿在站不稳时，可以用手扶墙或扶扶手，以保持身体平衡。在做撑得动作时，要手指向前，胳膊稍弯曲，两臂用力，双手掌着地，保护头部。在学习躲时，教师采用扔沙包让幼儿练习躲闪，并掌握要领。

(2) 引导幼儿讨论：小朋友在什么情况会用到这些本领？小结：小朋友在一起玩时，特别是上楼梯或滑梯时，一定要用手扶着扶手；如果站不稳或快要摔倒时，要快速的用两手撑

住身体，保护头部不碰到地面。

3、练习扶、撑、躲等自我保护的方法。

(1) 独木桥上走一走。将平衡木放在李强比较近的地方，组织幼儿一个跟着一个走，提醒幼儿注意保持身体平衡。

(2) 看看你会怎样做。幼儿围在垫子周围，教师让幼儿向垫子倾斜，快要摔倒时双手快速撑到垫子上，撑住身体。

(3) 看谁反应快。幼儿围成一个大圆圈，选几名幼儿站在圆中心，圈上的幼儿拿沙包依次向圈中心的幼儿投掷看谁可以快速的躲开投来的沙包。

教师与幼儿共同阅读幼儿用书《小猴子学本领》，让幼儿说一说，自己学到了那些本领。

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](#)

## 中班户外活动反思篇七

1、喜欢绘画活动，尝试用段数西安的方式表现小草。

- 2、了解小羊简单的生活习性，萌发爱护小动物的情感。
- 3、让幼儿体验自主、独立、创造的能力。
- 4、激发幼儿感受不同的艺术美，体验作画的乐趣。
- 5、鼓励幼儿乐于参与绘画活动，体验绘画活动的乐趣。

《快乐家园》画页、油画棒每人一盒。

- 1、教师模仿小羊的叫声“咩咩咩…”引起幼儿的兴趣，并请小朋友猜一猜这是什么小动物？”“你在哪见过小羊？他长得什么样？他爱吃什么东西？你喂过它吗？”请幼儿大胆表达。
- 2、请幼儿观察画面，“看一看草地上有机制小羊？他们在做什么？”“小羊最爱吃草了，可是草地上没有小草怎么办呢？请小朋友给小羊花一些小草好吗？”
- 3、教师边说儿歌边教幼儿绘画小草：“青草地 长青草 小羊吃草咩咩叫。”
- 4、幼儿在画纸上独立绘画，教师进行个别指导。
- 5、展示作品，体验成功。

让幼儿在宽松、自由、平等的氛围中，自主观察、分辨、发现物体的基本特征，在自选的材料上自由想象，用线条大胆表现自己眼里、心里的可爱形象，充分体验了审美愉悦和创造的快乐，体会到了自我表达和创造的成就感。