# 2024年幼儿园中班的户外活动方案设计(模板10篇)

作者：雪中行者 更新时间：2024-03-30

*方案在解决问题、实现目标、提高组织协调性和执行力以及提高决策的科学性和可行性等方面都发挥着重要的作用。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？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。幼儿园中班的户外活动方案设计篇一1*

方案在解决问题、实现目标、提高组织协调性和执行力以及提高决策的科学性和可行性等方面都发挥着重要的作用。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？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。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇一**

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。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇二**

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长(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!!

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇三**

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，选择的游戏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。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇四**

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、开始本分

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。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇五**

2.参与意识、幼儿的自主性和独立性及游戏的创新意识，创造力；

3.在困难中培养幼儿勇敢、顽强的精神，及敢于克服困难的良好品质

4.在游戏中提高交往意识及幼儿的评价能力。

9：45—10：15

1地雷爆炸。

2.种萝卜。

3.飞.石头剪刀。

4.跳格子。

5.跳格子。

6.城门城门几张高。

7.丢手绢餐后散步。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇六**

最近正在开展“我在马路边”的主题活动，我们带孩子走出校园，找路，小朋友们认识了幼儿园的园牌、标志性的图案、所在的路名和门牌号，由此对标志产生了浓厚的兴趣。中班孩子虽思维较活跃，但发现问题、大胆提出问题能力相对还有所欠缺。因此这个活动从语言领域中的创意出发，为他们创设宽松的环境，从孩子感兴趣的标志人手，带孩子在猜图游戏中认识标志、探索标志、感知标志在生活中的作用。针对中班孩子的年龄特点、能力差异等，主要运用差异性师幼互动介入策略、分享交流策略等。

1、观察、理解故事中的标志，感受标志对我们生活的帮助并愿意关注。

2、能在集体面前分享、表述自己的经验。

《兔子先生去散步》大图书；书中标志；生活中常见标志。

一、看看、猜猜标志（引起兴趣，并初步引发对标志的关注。）

1、教师出示“安静”的标志。

提问：为什么你们看见这张图都不说话了？

小结：哦，原来这是一个安静的标志，它提醒我们别出声，该安静了1

2、猜猜“兔子”标志。

你们这么聪明，那再给大家看一个标志，猜猜可能是什么意思？（直接引导孩子从兔子带着的\'领带中看出是“兔子先生”。）

小结：生活中有很多标志，标志是图案也会是文字，标志是要仔细看认真猜的。（在互动中告诉孩子怎样认识标志。）

看看、说说故事《兔子先生去散步》

兔子先生要出门去散步，这一路上也有很多标志。兔子先生一路会发生什么有趣的事情呢，让我们一起来看看故事《兔子先生去散步》。

1、看大图书，解读书中出现的标志与故事情节之间的关系。

第4页：这个标志画了什么？是什么意思？

第6页：这次的标志画了什么？这个标志想要告诉兔子先生什么？

第8页：兔子先生又看见了什么标志？

第12页：

（1）兔子先生蹦蹦跳跳过了桥！哎呀，发生了什么事情？兔子先生为什么会摔跤？

（2）摔跤了，该怎么办？哪里有医院呢？你在什么地方看见过这个红十字？

第14页：

（2）兔子先生如果继续往前走，该注意什么呢？（激发幼儿已有的经验o）

第16页：瞧，又有标志了，可能是什么意思？

第18页：哎呀，兔子先生掉进洞里了，你想对它说些什么？

第22页：好美的大海啊！海里有一艘船，这个标志贴在船上是为什么？（巩固认识标志在生活中的意义。）

2、总结故事。

提问：

（1）故事里，兔子先生一共碰到多少个标志？

（2）看了大图书，你们觉得标志重要吗？为什么？

小结：生活中有各种各样的标志。有的是告诉大家周围的情况，有的是警告大家有危险，有的是禁止我们做一些事情。注意周围的标志，就会更安全。（提炼总结，提升幼儿个体经验。）

三、找找、说说生活中的标志（在互动中交流分享，提升个体经验。）

1、说说自己认识的标志。

提问：这里，我们也找到了很多标志，你认识吗？在哪里看见过？

2、延伸：在周围的生活环境中寻找、认识标志。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇七**

1.练习手膝着地自然协调地向前爬，尝试倒退爬，提高动作的灵活性。

2.喜欢参加体育活动，感受集体活动的快乐。

1、小蚂蚁头饰，食物袋若干，背景音乐。

2.幼儿已储备了有关蚂蚁生活习性的相关经验。

1.热身活动。

(教师扮蚂蚁妈妈，幼儿扮蚂蚁宝宝。)

师：今天天气真晴朗，宝宝们，让我们一起活动活动吧!(音乐起，幼儿随教师做热身运动：头、肩、腰、腿、膝、脚。)

2.练习各种不同方式的爬。

(1)自由爬

师：宝宝们，让我们去散步吧!

(2)有序爬

师：宝宝们，如果前面有一个山洞，你们爬过去嘛?现在妈妈来做做小山洞看看那个宝宝的本领大，好不好。(鼓励幼儿一个接着一个有序地爬山洞。)如果前面有一条小山你们爬过去嘛?(鼓励幼儿一个接着一个有序地爬小山。)

3.游戏：巧避大熊。

(1)尝试倒退爬

(\"狮王进行曲\"的音乐响起，声音忽大忽小。)

师：宝宝们快听，什么声音?前面发生了什么事?让我们一起去看看。(引导幼儿向前爬)哎呀是一只找食物吃的`大熊，快向后退。

(1)引导幼儿练习向后倒退爬，听声音没有了，让我们看看大熊走了没有?引导幼儿再次向前爬。如此反复2～3次。)

(2)巩固倒退爬师：刚才你是怎么倒退爬的?让我们再试试吧。

4.游戏：蚂蚁背豆。

(1)找\"粮食\"师：宝宝们，冬天就要到了，让我们寻找粮食准备过冬吧!(引导幼儿寻找场地用沙包制成的小粮袋。

(2)运\"粮食\"请幼儿将小粮袋运回粮仓。(师幼共同检查游戏结果。)

(3)搬\"大豆\"

a.蚂蚁妈妈：粮食不够怎么办?引导幼儿在场地的中央发现\"大豆\"。\"大豆\"由报纸和泡沫粘贴而成，体积较大。)

b.鼓励幼儿一起合作把\"大豆\"\"嗨哟、嗨哟\"抬回家。

5.放松练习结束活动。

师：宝宝们，今天太阳真是暖和，让我们一起晒晒太阳吧，小蚂蚁跟着妈妈躺着，伸伸腿，晒晒太阳，抖抖毛，等等随音乐做放松活动。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇八**

下面是刀豆文库小编整理的幼儿园中班户外活动总结，欢迎阅读。更多幼儿园中班户外活动总结精彩范文，请关注刀豆文库活动总结栏目。

幼儿园中班户外活动总结(一)

丰富幼儿园户外体育活动内容，进一步探索户外体育活动的形式，提高幼儿的整体素质，促进幼儿身心健康成长。我园在初春四五月份为幼儿制定了一系列晨间体育活动。

首先，此次活动幼儿园领导非常重视。各个班组都能积极认真地组织活动。一是抓得早落得实。从三月份开始，各班组就把活动纳入教师的备课中，每班有专门的教师负责此项活动的开展;二是各班组教师都能结合本班幼儿年龄特点制定户外活动计划。

中班活动主要创设孩子的探索空间，用一种材料可以多种玩法《玩圈》套圈，滚圈，跳圈，等等。孩子的想象力和创造力得到了丰富和发展。

大班活动传统的民间游戏《老鹰捉小鸡》《打鸡蛋黄》《踢口袋》《跳房子》等，孩子们百玩不厌，在游戏中奔跑，嬉戏，叫喊，尽情释放着他们的快乐。在不知不觉中他们在进行体能训练和规则教育。

这些活动最突出的特点之一是真正以幼儿为主体，活动面向每一个孩子，让每一个孩子都能感受到参加集体活动所带来的快乐。

再次，我园活动内容新颖，利旧利废

这次活动各班级的老师们都充分发挥了自己的想象力和创造，把身边可利用的各种废旧物品制成孩子们活动的器械，如饮料瓶、易拉罐等，还有的幼儿园一物多用将已有的活动器械重新改装又变成了另一种新的活动器械。

在幼儿自由操和器械操的音乐选择上教师们也独具创意，有的旋律激昂、有的欢快优美、有的轻快跳跃。

在队列队形的变换上也充分体现了幼儿的特点。孩子们走成三角形、圆形、蛇形等等。

总之，这次活动充分展示了我园户外体育活动的重要性和独特的魅力，增强了老师与孩子户外体育活动的认识，提高了本园户外体育活动的质量。

幼儿园中班户外活动总结(二)

为了使幼儿体、智、德、美全面发展的需求，以坚持“健康第一”为指导思想，我们认真贯彻“健康体育”为实施精神，营造丰富多采的户外课间活动，本学期根据我班幼儿健康发展需要和体育锻炼需求,推动幼儿园体育及其它工作的不断地深化。

让孩子们在游戏中得到相应的锻炼，培养孩子们的合作能力、创造能力。在户外活动器械制作方面，尽量选择环保的、不尖锐锋利的、没有危险性的材料。利用安全的无棱角的器来发展幼儿的上、下肢力量和身体协调等多种素质，激发幼儿的练习兴趣。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。

在体育活动中，我们让幼儿自由选择同伴，让幼儿教幼儿，使他们在活动中能相互学习、相互交流、相互评价，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，有了良好的情绪体验，幼儿活动的时间就会自然延长，从而提高了幼儿活动的持久性。

在组织幼儿开展体育活动时，我们会根据幼儿不同的发展水平，制定分层次目标，设计和安排难度不一的活动，提供不同指导和帮助，使能力强的孩子得到进一步提高，使能(本站)力弱的孩子能在其原有基础上得到发展。在活动中，我们应做到在言语和行为上处处照顾每一个幼儿，多用肯定和鼓励的语言与幼儿交流。对于那些活动能力差的幼儿，我们应在言语上和情感上给予鼓励和支持。如在“摘果子”的游戏中，我们根据孩子们的身高、弹跳力的不同，设置了不同的高度，使每一个幼儿在游戏中都能获得成功的体验。

在户外活动中，幼儿应当有充分的自主选择玩具和玩法的权利。所以在每次准备活动材料时，我们都会请孩子们和我们一起准备、一起收集、共同制作，让他们体会其中的喜悦，增加他们对体育器材的兴趣，学会珍惜体育器材。

通过游戏使孩子的身心得到健康的发展。每一个孩子都有无限发展的可能性，我们应努力创设符合幼儿好奇、好动的特点的户外活动，让他们玩中乐、乐中学、玩中有得、玩中有创，更好的促进他们的全面发展。

幼儿园中班户外活动总结(三)

为全面贯彻落实《幼儿园教育指导纲要》(试行)精神，丰富幼儿园户外体育活动内容，进一步探索户外体育活动的形式和方法，提高幼儿的整体素质，促进幼儿身心健康成长，市教育局于今年4月下发了《辽源市教育局关于举办庆“六·一”幼儿户外体育活动的通知》(辽教函〔xx〕5号)，对活动进行了部署。7月11日，由市教育局基础教育科、市教育学院小教部及县、区教育局联合组成评审组对全市参评幼儿园的户外体育活动进行了评比。在县、区初评的基础上，全市共有35个幼儿园3000多名幼儿参加了市级评比活动。根据办园性质把参评幼儿园分成三个组，经评委背对背打分、汇总后，共评出一等奖4个，二等奖7个，三等奖11个。现将活动情况总结如下：

一、领导重视，幼儿园参与活动的积极性高

此次活动得到了县、区各有关部门及市直属幼儿园领导的高度重视。各县、区有关部门及各级各类幼儿园都能积极认真地组织活动。一是抓得早落得实。从年初开始，各幼儿园就把活动纳入幼儿园的一日工作中，选派专门的教师负责此项活动的开展;二是各县、区有关部门都能积极组织辖区内各幼儿园的教师结合本地本园的实际组织开展活动，在层层选拔的基础上，从不同层面、不同角度推选出了有代表性的幼儿园参加市一级的比赛活动，突出了“健康”这一主题。

二、面向全体幼儿，让每一个幼儿都能体验参与活动的快乐

本次活动最突出的特点之一是真正以幼儿为主体，活动面向每一个孩子，让每一个孩子都能感受到参加集体活动所带来的快乐。市直各幼儿园都是全体在园幼儿参加活动，县、区各中心幼儿园及部分民办幼儿园也是全园参与，个别幼儿园是中班以上的幼儿参与活动。参与全市评比的总人数达到了3000余人。

三、

活动形式多样，体现了园本特色

市实验幼儿园以迎奥运为主题编排了系列体育活动，幼儿在表演过程中情绪不断地被调动起来，随着国旗的升起幼儿们唱起了国歌。

市第三幼儿园则充分发挥了自己活动场地的优势，把传统优秀的体育活动内容和现代的体育活动形式结合起来，将幼儿园开展的外语

教学

活动融入其中，体现了幼儿园户外体育活动的多元化。

东丰县一实验小学幼儿园、二实验小学幼儿园、东辽县建安、安恕中心幼儿园等都在活动中展示了自己独特的办园优势，展示了公办幼儿园的品牌形象和风采。龙山、西安区民办幼儿园对此项活动也有了较高的认识，在区教育行政部门的带领下，积极参与此项活动，也在活动中展示了民办园独特的办园魅力。

四、活动内容新颖，利旧利废

这次活动各幼儿园的老师们都充分发挥了自己的想象力和创造，把身边可利用的各种废旧物品制成孩子们活动的器械，如汽车轮胎、拖布把、饮料瓶、易拉罐等，还有的幼儿园一物多用将已有的活动器械重新改装又变成了另一种新的活动器械。

在幼儿自由操和器械操的音乐选择上教师们也独具创意，有的旋律激昂、有的欢快优美、有的轻快跳跃。

在队列队形的变换上也充分体现了幼儿的特点。孩子们走成三角形、圆形、六边形，还有的摆出了国旗、六一等造型。

总之，这次活动充分展示了幼儿园户外体育活动的重要性和独特的魅力，增强了各有关部门及幼儿园对户外体育活动的认识，提高了幼儿园户外体育活动的质量，推动了我市幼儿园户外体育活动的纵深发展。

幼儿园中班户外活动总结(四)

幼儿园户外活动是幼儿整体教育活动的重要组成部分，《纲要》中明确规定幼儿园要“开展丰富多彩的户外游戏及体育活动，培养幼儿参加体育活动的兴趣和习惯，增强体质，提高对环境的适应能力”，在幼儿的一日生活中，户外游戏及体育活动是幼儿最喜欢的活动，户外活动能让幼儿接触新鲜空气和日光，不仅可以锻炼幼儿的身体，增强幼儿的体质，还可以在活动中培养幼儿不怕困难、团结合作的品质和勇于创新的精神。

活动目的：

1、培养幼儿积极参加体育活动的兴趣和习惯，增强幼儿的体质。

2、综合训练幼儿的走、跑、跳、攀爬、钻等技能，要求幼儿在活动中互助合作、遵守规则、体验合作游戏的快乐。

3、培养幼儿及时收拾小型器材的能力。

活动准备：场地布置，安排好各种活动器械。

活动过程：

(一)热身活动：

(二)集体活动：

1、活动开始，请幼儿站成四队，老师在幼儿的前面讲解游戏规则。 2、向幼儿介绍各种体育器材的玩法，并向幼儿做示范。

(三)分组活动：

让幼儿自选所喜欢的活动，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，选择的游戏一定要玩到熟悉为止再去玩其他的游戏，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。

(四)放松活动：

1、指导幼儿拍打身体各部位，舒缓的运动，以放松幼儿活动后的躯体。

2、指导幼儿互相拍打对方的身体各部位并在老师的指导下做放松躯体的运动。

3、请点名的幼儿帮助老师将体育器材收到指定的地方。三月份：

1、目的：练习快速地投掷、躲闪、跑等动作，训练动作的敏捷性、灵活性。

2、活动设计：

(1)投沙包

(2)揪尾巴

(3)老鹰捉小鸡

3、器械：粘粘球(主要进行投掷的练习)

四月份：

1、目的：练习跑、爬、钻、攀等动作，提高四脚的协调能力和灵活性;使幼儿感受运动的快乐，培养活泼开朗，勇敢的性格。

2、活动设计：

(1)占领101高地

(2)小老鼠运粮食

(3)上花果山

(4)多次带领幼儿进行跑、爬、钻、攀等单个动作的比赛。

五月份：

1、目的：

(2)训练下脚大肌肉力量和动作的协调性，增强节奏感。

(3)训练幼儿单脚跳，双脚跳的能力。

2、活动设计

(1)小青蛙跳荷叶

(2)小青蛙捉害虫

(3)降落伞

(4)小兔玩圈

(5)平常组织幼儿玩“小兔跳远”、“比比谁跳的远”等活动，并请家长配梧在家带幼儿玩此类游戏，如跳散跳水等。

3、器械：拉拉球(锻炼幼儿的手臂力量)。

六月份：

1、目的：

(1)练习原地自转、闭目向前行走的动作，发展平衡能力、培养勇敢、自信、沉着的品质。

(2)训练幼儿的平衡能力和专注力，享受宁静之美。

2、活动设计

(1)找朋友

(2)小飞行员

(3)慢慢走

(4)瞎子摸象

3、器械：踩大象(主要训练身体的协调与平衡能力)

七月份：

1、目的：

(1)主要练习听信号变速拍球、自抛自接球、近距离互抛互接球。

(2)发展反应能力、目测能力，判断能力，体验玩球的快乐。

2、活动设计

(1)小兔拍球(进行变速拍球练习)

(2)练习自抛自接球，要求向上抛球落下时双手接住球。

(3)快快来接球(练习近平距离互抛互接球)

(4)在平常活动中也可引导幼儿自由玩球，充分调动幼儿玩球的兴趣。

3、器械：滚球。

幼儿园中班户外活动总结(五)

通过多次的户外活动,为幼儿提供多种多样的游戏材料,了解他们的活动和兴趣,从中知道通过增加游戏材料和孩子所需要的,来进一步开发幼儿材料中新的玩法。

组织幼儿开展户外活动,根据幼儿们不同的发展水平,制定多层次的目标,设计安排难度不等的活动,提供多样化指导和帮助,使孩子得到进一步提高,使孩子能在其原有基础上得到发展。为幼儿准备自制的体育玩具,让他们自由选择玩具,自由结伴,按自己的喜爱和意愿进行游戏;给孩子们准备比较安静的游戏环境,让孩子们轻松愉快的进行游戏;在游戏活动中我们会为孩子们准备有趣、好玩的活动课,让孩子们在游戏中得到相应的锻炼,培养孩子们的合作能力、创造能力、动作协调能力。让幼儿在游戏中学习丰富有趣的知识。在活动过程中发挥幼儿创造性,鼓励幼儿创造新的玩法。一个呼啦圈不仅是用来跳的,可以连环套着当车跑,可以立着当圈滚。发挥幼儿的自主性,作为教师自身的积极参与直接影响幼儿活动的兴趣和质量。

每一次活动,孩子们都积极参与,充分体验到了成功的喜悦。让幼儿积极参加户外活动的兴趣是增强幼儿体质、提高幼儿健康水平的重要手段之一。充分利用户外自然环境使幼儿作适当锻炼,对提高幼儿生理机能和发展幼儿个性、促进幼儿身心健康起到一定的帮助。强化幼儿的动作灵敏性、协调性、耐力和速度。在活动中,为让幼儿学会善于发现问题、敢于提出问题、大胆做出假设、努力观察、发挥想象力、勤于动手操作等技能,提高幼儿的积极性、主动性和兴趣,为幼儿准备了丰富的活动器材,和一物的多种玩法,很好的培养了幼儿的动作协调能力,在游戏中,融入幼儿的集体中去,与幼儿共同发现问题,寻找乐趣,学习知识,同时与幼儿建立良好的师生关系,创建一个大家庭。于此同时,在游戏中,与幼儿进行交流,培养幼儿的语言表达能力,鼓励幼儿大胆勇敢的表达出自己的想法,能够深入了解到幼儿的内心世界。

户外活动给予了幼儿无穷的乐趣,也为我们教师搭建了一个又一个与幼儿沟通交流的平台,培养了幼儿与幼儿之间的合作精神,健全了幼儿与教师之间的美好的发展关系。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇九**

一.活动目标：

1.通过各种玩绳的动作，培养幼儿身体的协调性，灵敏性。

2.激发幼儿参加体育活动的兴趣和主动性，满足幼儿自娱自乐的需要。

二.活动内容、玩法

1.绳毽：绳的一端系上沙袋，幼儿可进行单脚内侧踢、外侧踢、两脚交替踢、跳踢等

2.踩绳：绳的一端系上些彩色纸条，一幼儿随意抖动绳子，另一幼儿去踩，踩到后两人交换后再玩。

3.玩绳圈：将一根短绳的两端系起来，形成一个圈，幼儿将绳圈扔到天空，等圈落下时，用头或身体去钻，套住为胜，也可两人抛接。

4.跳踩绳：两幼儿拉起一根绳子，另一幼儿跳起踩住，绳子再升高一些，跳踩得幼儿再跳踩直到踩不着为止。，与拉绳幼儿互换，游戏继续进行。

**幼儿园中班的户外活动方案设计篇十**

2.参与意识、幼儿的自主性和独立性及游戏的创新意识，创造力；

3.在困难中培养幼儿勇敢、顽强的精神，及敢于克服困难的良好品质

4.在游戏中提高交往意识及幼儿的评价能力。

9：45—10：15

1地雷爆炸

2.种萝卜

3.飞.石头剪刀

4.跳格子

5.跳格子.

6.城门城门几张高

7.丢手绢餐后散步

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com