

2023年大班户外活动郊游 大班体育活动教案(通用9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？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。

大班户外活动郊游篇一

1、练习四散跑和向指定方向跑。

2、体验玩风车的乐趣。

红、黄、蓝小风车若干（与幼儿人数相等），教师准备红、黄、蓝小旗子，录音机，磁带

1、活动身体，激发兴趣

（1）幼儿伴随着欢快的音乐跟着教师进入活动区，做热身活动（幼儿模仿开汽车、小鸭走、小兔走、大象走、小熊走等动作）。

播放音乐：《大皮球》

师：宝宝，让我们跟随音乐一起动起来吧。

铛铛铛.....风车娃娃来啦。宝宝们来鼓掌欢迎。

（用启发性语言调动幼儿玩风车的兴趣。）教师要出示造型可爱，色彩鲜艳的风车娃娃。

师：风车娃娃带来很多她的好朋友，我们一起来看看。你喜欢什么颜色的呢？请你选择一位做你的好朋友。

引导幼儿挑一个自己喜欢的娃娃。

2、幼儿尝试活动

(1) 师：宝宝你知道风车娃娃是怎么玩的吗？想不想让风车娃娃动起来？

(自由玩风车，练习四散跑。)

(2) 师：宝宝，刚才你是怎么样才让风车转起来的呢？原来是要跑起来，风车才可以转呀，那让我们一起来学一下吧。

1) “颜色大风吹”。教师引导幼儿听指令跑，教师分别举红、黄、蓝色小旗子。然后让幼儿分组玩。

师：宝宝看老师这里有三面旗帜，分别是什么颜色的呢？现在老师出示什么颜色。是这种颜色的风车的宝宝就要往小山坡那边跑哦。听到口哨声就要立刻跑到老师的身边。先把小眼睛闭好啦，1，2，3，好啦。现在是红色的小旗，那红色的风车娃娃的宝贝要开始跑到小山坡啦。

(三种颜色依次进行一遍，次数可以按幼儿情况递增。)

2) “送风车娃娃住新房”。教师引导幼儿向指定方向按红、黄、蓝颜色跑向相应颜色的房子处。

师：在我们对面的是风车娃娃的新家，现在宝宝就要把自己手里的风车娃娃送回家喽。老师有个要求，第一次我们去的时候要把风车娃娃带回来，等老师吹口哨的时候就要回来喽。第二次再把风车娃娃送回家。

3、放松活动

放松活动期间，教师可以对幼儿说：“风车娃娃跑得都累了，让他们在家里休息吧！（引导幼儿将风车放进小筐里）跟风车娃娃说再见，下次再一起玩。”

大班户外活动郊游篇二

1. 幼儿喜欢玩梯子，能学着用创造性的方法玩梯子。
2. 通过游戏发展幼儿四肢的协调性。
3. 提高与同伴间合作游戏的能力，培养幼儿的勇敢顽强的个性。

梯子，垫子，圆桶，小桥洞等. 录音机及相关音乐

准备活动（律动操）——幼儿主动探索（发现创造各种组合玩法）——教师发现提炼（基本活动）——教师本领传授（集体游戏）——幼儿分组竞赛——放松运动（简单律动）

热身运动 1. 老师带领幼儿做手脚关节的'基本运动.

自由探索 1. 幼儿利用操场上所散放的器械自由组合创造性的玩。（教师指导帮助/纠错）

基本活动 1. 以摆臂跑的方式迅速的通过梯子。（教师指导帮助/纠错）

2. 用双腿夹梯子的方式依次通过不能让梯子倒下。（教师指导帮助/纠错）

3. 将梯子与圆筒等组合起来, 幼儿各自做出不同的动作。（如爬, 单脚跳, 等通过.）（教师指导帮助/纠错）

集体游戏1. 将幼儿分成三组, 幼儿把梯子当小马以跳越的方式

前进.

规则：分三组玩, 每组各7人, 分别拿着梯子集体以骑小马的方式跳跃向终点前进, 看哪组动作最整齐, 并且能最快到达终点.

(老师保护指导, 加入游戏)

2. 幼儿分成三组在老师的带领下以大爬虫的姿势向前进.

规则：分三组玩, 每组各7人, 分别拿着梯子集体做小爬虫的动作左右晃动向终点前进, 看哪组动作最整齐, 并且能最快到达终点.

(老师保护指导, 加入游戏)

3、游戏一斜坡翻越, 将梯子斜放, 幼儿用走或爬的方式到顶端。然后翻过障碍物跳到垫子上迅速回到起点, 依次循环看哪组幼儿最快完成任务。(教师指导帮助/纠错)

放松运动 三组以开小火车的方式放回梯子。

最后---冲淋.

需要两种不同尺寸的梯子。

1梯子中间的空格必须可以让孩子进由(大)(2把)

2梯子侧立时的高度必须可以让孩子分腿站立, 不影响孩子前进。(2把)

大班户外活动郊游篇三

1、引导幼儿探索绳子的多种玩法。

2、通过玩绳, 进一步发展幼儿的平衡协调的能力。

3、发展幼儿的.创造性和发散思维能力。

长绳短绳若干。

小朋友，今天我们一起来玩绳子，看谁能想出好玩的方法。

教师带领幼儿随音乐自由玩绳，刚开始可以探索一个人玩绳的方法，然后探索两个人玩绳的方法，最后可以探索许多个人一起玩绳的方法。每当有幼儿想出一种好玩的方法时，教师可以先请这个幼儿示范，然后带领大家跟这个孩子一起玩。

(1) 跳绳：幼儿可以一个人练习跳绳，还可以练习花样跳绳。

(2) 给娃娃打领结：幼儿分成人数相等的四队，各队第一名幼儿手拿短绳当领带站在起跑线后。游戏开始，教师发令，幼儿去给娃娃系好领带后返回并拍第二个幼儿的手，比赛依次进行，快的为胜。

(3) 踩绳跳：每人一根一米长的绳子，两手捏住绳子的两端，双脚踩在绳子的中间部位，两手拉紧绳子，双脚用力前跳。

(4) 走小路：两条绳拉成相距有一定距离的平行线做小路，幼儿在小路中间走，踩绳、出绳为犯规。

(5) 走钢丝：把绳子拉成一—或s形，幼儿踩绳前进。

小朋友们刚才想出了各种玩绳子的好方法并一起玩了绳子，大家一定有点累了吧，那么现在就让我们一起随着音乐来放松一下。幼儿随音乐做放松活动。

教师对幼儿刚才玩绳的情况做一简单小结，然后带领幼儿回活动室，结束。

大班户外活动郊游篇四

1. 尝试彩绸的不同玩法，发展侧身钻、单双脚跳、手膝着地爬和躲闪跑等基本动作。

2. 与同伴合作开展游戏，体验彩绸游戏的乐趣。

1. 幼儿每人一块宽 50cm 的绸子。

2. 用红绸布做的爬、跳、钻的教具一个。

3. 放松音乐。

一、 利用彩绸进行热身运动，激发幼儿玩彩绸的兴趣。

随音乐用绸子做上肢、体侧、体转、腹背和单双脚的热身活动。

模仿微风起（活动手腕）；转大风（活动上肢）；狂风来了（活动腰部）。

二、 幼儿自主探索绸子的多种玩法，发展躲闪跑、单双脚跳等基本动作

1. 幼儿自由探索并介绍自己运用绸子玩的游戏，相互学习

师：“绸子还可以怎么玩？我们来试试吧！”

引导幼儿想出不同的玩法，幼儿之间相互学习，共同游戏。如投手榴弹、两三人合作跳、过障碍、揪尾巴等游戏。

2. 玩游戏：揪尾巴，激发幼儿追逐躲闪跑的锻炼欲望，提高奔跑能力和协调性。

教师和幼儿玩揪尾巴的游戏，教师揪幼儿躲避保护自己的尾巴，锻炼幼儿躲闪跑的基本动作，被揪到尾巴的小朋友做 5 个小兔跳，为接下来的活动做准备。

小结：有什么好办法能保护好自己的尾巴不被老师揪到？
（急停、转身、倒着走等）

三、玩自制绸带玩具，练习侧身钻、爬、双脚跳的动作。

1. 出示玩具，引导幼儿猜想、实验玩具玩法。

提问：老师还用绸子做了一个更有趣的玩具，你们猜猜它可以怎么玩？”

第一遍游戏练习手膝着地爬和双脚跳。

第二遍游戏提高难度，双脚跳改为单、双脚交替跳。

幼儿尝试，教师引导幼儿总结爬、跳的规则。

2. 变换玩具的形状，引导幼儿练习侧身钻。

提问：玩具又变样了，现在可以怎么玩？

幼儿探索尝试玩具的玩法并示范，师幼共同总结侧身钻的动作要领：侧蹲，一条腿先过障碍，移过身体，再移过另一条腿。并能连续做 8 次。

四、利用绸带玩具，带领幼儿玩放松游戏“烤香肠”。

以烤香肠为情节，引导幼儿躺在绸子上滚一滚，放松一下。

《好玩的彩绸》作为一节大班的体育活动，在设计初，我就从目标、以及幼儿现有动作水平做了细致的研究与思考，由于各方面准备充分，教学手段和策略恰当，因此达到了较好

的活动效果，目标达成度较高。

首先,我本着自主探究在前的理念,给予幼儿充分探究、游戏的时间和空间,并始终以绸子作为游戏道具,使每个幼儿都能自然地融入情境,自始至终处在一种积极、主动、愉快的学习状态中。其次,整个活动的过程兼顾了趣味性、层次性与安全性。整个游戏过程在环节的创设、活动密度、和创新教玩具的使用等方面都考虑了幼儿的兴趣和发展需求,如绸子的热身活动激发幼儿玩绸子的兴趣;探究绸子的多种玩法时,先给幼儿自主创新的时间,再总结积累经验,让幼儿间相互学习;教师制作的创新教具发展了幼儿的各种基本动作。最后,教师对整个活动节奏、活动密度及活动量的把控和适时介入使集体教学活动的效应得以充分体现。

另外,整个活动我除了有效把握体育活动的核心目标之外,把整个主题的核心价值自然融入到其中,时刻关注他们的情绪及情感需要,调动他们参与游戏的积极性,鼓励他们合作分享,真正做到生活游戏化、教学生活化。

大班户外活动郊游篇五

《大青虫赛跑》这个游戏时结合中班主题活动“有朋友真好”进行的,为了让孩子在游戏中体验到朋友间相互合作的快乐。本活动主要锻炼孩子蹲着走这个技能,从而让孩子在蹲着行走的过程中提高孩子的动作协调性及团队合作能力。本活动的重点是能蹲着向前行走。难点是尝试多人一起排成长队蹲着行走,体验团结合作游戏的乐趣。

(一)通过练习蹲着走,掌握多人一起走的基本方法,提高动作的协调性。

(二)能团结合作,勇于竞争的良好品质,体验成功的快乐。

音乐。

青虫头饰。

（一）引出主题，热身运动。

教师和幼儿一起做热身运动。

（二）尝试小青虫走路。

1. 我们今天，来玩青虫的游戏，你们知道青虫是怎样向前走的，你们来走走看。

2. 相互交流，请个别幼儿演示，引导幼儿蹲着走。

3. 让幼儿练习蹲着走。重点练习脚尖着地蹲着走。提醒幼儿在运动中注意安全：行走时要保持距离，以防碰撞。

（三）大青虫走路。

1. 小朋友，怎样让小青虫变成大青虫呢？

2. 尝试两个走路。提醒幼儿可用喊口号进行，后面的小朋友搭着前面小朋友的肩，或者拉住小朋友的衣服。提醒幼儿拉着衣服走时，两人要同时进行，后面的小朋友不能推挤前面的小朋友，前面的小朋友要把握好方向，以防与他人碰撞。

3. 尝试四个人走路。

4. 尝试八个人走路。

（四）大青虫赛跑。

1. 大青虫们我们要比赛了，1队和2队站好，老师先说比赛规则，大家要相互合作，你们可以喊口令进行，但是不能脱节，脱节了要马上搭好，继续向前走，走过红线为赢。提醒幼儿在运动中注意安全：行走时不要推，不要挤，要齐心协力。

2. 幼儿成两列纵队为大青虫，听口令下蹲向前走，游戏开始，反复练习2次。

3. 教师小结：青虫们真团结，你们大家相互合作，步调走的一致。

（五）放松运动。

青虫们我们一起来放松放松，也可以给你们的同伴敲敲背。

（放松运动重点在脚。）

大班户外活动郊游篇六

《纲要》中指出：孩子要有初步的安全和健康知识，知道关心和保护自己。眼睛是我们人体重要的感觉器官，对于我们的生活、工作、学习都非常重要。随着现在的科技发达，由于幼儿在日常生活中玩手机玩电脑成为了家常便饭，导致眼睛健康的严重受损。同时看书、画画、看电视等一些姿势的不正确，严重影响了眼睛的健康。为了让幼儿能了解眼睛，并在此基础上树立正确保护眼睛的意识和方法，我设计了《我的眼睛》教学活动。

这节课我给大班孩子制定的目标是：

- 1、通过对盲人的初步了解，懂得尊重盲人，乐意帮助盲人。
- 2、初步认识眼睛的正面结构图，了解眼睛各部位的名称及作用。
- 3、感受眼睛的重要性，懂得保护眼睛，掌握更多保护眼睛（视力）的知识。

在开始的部分我让孩子带着眼罩进教室，这样让孩子感觉到真正看不见带来的不便再来引出主题里的盲人眼睛。其中孩

孩子们在进来的时候会说：“老师我看不到，老师我找不到椅子，老师这样太黑了”等等。我赶紧抓住孩子此时的感受，让孩子在对盲人的眼睛和自己的眼睛有一定的对比性后。知道了盲人的苦难和不便，孩子会自然而然的产生了爱心，对他们进行帮助和尊重。同时使幼儿发现自己的眼睛是多么的重要，接着就导出我们眼睛的结构图。孩子们在认识眼部的宝贝后，提起孩子的观察力。

在播放ppt的时候，很多孩子对眼睛的认识还是不够的。只知道眼睛的眼珠和眼白，而且不知道眼睛里的部位其它用处，只知道眼睛是用来看的。其实它们有更好听的名字，进一步让孩子了解眼睛的各部位名称和它们的用处。这一环节我觉得自己做的比较充分，为了让孩子们更好的看清自己眼睛里的部位，孩子每人一份镜子利用镜子观察自己的眼睛。我觉得同伴观察比观察自己的眼睛，孩子们的兴趣会更高。看着孩子们在那里照着镜子，东找找西找找，仔细的在观察着自己眼睛。完全不用老师一直说观察观察，他们会主动去镜子里发现，这样也达到了孩子为主体的`要领。在此为了让孩子们能够更活跃，我在此穿插了小游戏：黑猫警长抓老鼠。孩子们的眼球在这时得到了一定的放松，让整节课不会那么枯燥。

孩子们回答问题很积极，因为这一切关系到自己的眼睛。在等孩子们完全讨论完后，我对孩子们进行了个小结，让孩子了解到各种眼睛保护的知识。在最后结束的延伸活动里，我要求爸爸妈妈跟我们小朋友一起来保护我们的眼睛。就是我们事先一直在做的眼保健操。这次让我们的孩子带动我们的家长来完成我们整节课的要点：保护眼睛。

其实《我的眼睛》整个活动通过幼儿的看一看、听一听、说一说、做一做，由浅入深地展开，激发了幼儿的求知欲望，使幼儿知道了眼睛的重要性，掌握了更多的保护眼睛（视力）的知识，提高了科学认知能力。

在活动指导过程中，我注重“三个最”，即最大的观察（努力观察每位幼儿，适时提供帮助），最小的干预（教师不干预代替，突出幼儿为主体），最多的鼓励（肯定、鼓励幼儿的点滴进步）。另外努力把握“玩中学”的度，让幼儿在体验、讨论、游戏、操作中获取新知，充分表现自己，较好地达成本次活动的目标。

这样的公开课让我们学习了很多，让我们得到了姐妹们对自己这节课的更多意见。大家的意见就是让我们提升的更多。谢谢蓓苗幼儿园！

大班户外活动郊游篇七

幼儿园健康教育是要根据幼儿身心发展特点，综合运用多种活动形式，提高幼儿活动锻炼的兴趣。《幼儿园教育指导纲要》指出：“用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性。”“要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与”。球是幼儿最喜爱的活动器械之一，具有会滚动、能弹跳等特性，不仅能发展幼儿走、跑、跳、平衡等动作，对其非智力因素的发展也具有潜移默化的影响。而幼儿期孩子们仅限于对皮球的认识及玩法，但大班幼儿随着运动经验的积累，常会把皮球当作足球踢着玩。

足球运动是最具魅力的体育项目之一，具有活泼型、丰富性、生动性及竞赛性等特点。如果把足球设置成适合幼儿玩乐的足球游戏，幼儿便会对其感兴趣，并在足球运动中身心健康发展。因而，针对大班幼儿对球类活动的兴趣点和需要，特设计此活动以进行足球技能游戏的练习为主，提高其运动能力，使幼儿在足球运动中体验快乐玩足球的乐趣。

体育——快乐小足球

1、喜爱足球运动，对足球游戏有兴趣。

2、学习左右脚交替运球。

重点：学习左右脚交替运球的动作要领。

难点：能左右脚交替运球。

1、知识准备：在上一节教学活动中，幼儿已玩过足球游戏，学会了传接球和定点射门。

2、物质准备：足球人手一个、足球门、背景音乐。

（一）开始部分

1、教师出示足球，引起幼儿兴趣。教师：小朋友们看这是什么？（足球）。教师用脚将球踢出去，激发幼儿兴趣。

2、教师带领幼儿做身体的拉伸练习。

3、听音乐做足球操。

（二）基本部分

1、复习传接球和定点射门。

（1）教师：“小队员们，上节课我们一起玩了足球游戏，传接球和定点射门，现在我们就来复习一下这两个本领”。

（2）幼儿与同伴合作练习传接球。

（3）集体练习定点射门。

2、学习左右脚交替运球。

（1）教师：“你们会用两只脚来配合踢球吗？谁来试试”？请幼儿来试一试。

(2) 教师示范用左右脚交替向前运球，注意脚部用力要适中，并控制好球的方向。

(3) 幼儿跟着教师边念儿歌边自由练习左右脚交替运球：“小足球，真听话，轻轻踢，朝前跑，左一下，右一下，我的双脚本领大”。教师进行个别指导。

(4) 幼儿集体用左右脚交替运球至目的地并运回。

3、教师引导幼儿左右脚交替运球与射门结合，幼儿自由练习，教师巡回指导。

4、游戏：运球射门对抗赛

(1) 幼儿分成红蓝两队，每队10人。明确各队球门后游戏开始，各队第一位小队员左右脚交替向球门方向运球，到达球门前射门，然后跑回起点，第二个小队员依次出发，进球多的队获胜。

(2) 小结比赛情况，总结经验，再次进行比赛。

(三) 结束部分放松运动：亲亲小足球。幼儿每人抱一个小足球，用球轻敲自己的身体部位，并和同伴用足球轻轻敲打肩、背、手、脚等部位，以达到放松的目的。

在日常体育活动中继续增设足球游戏，为幼儿提供练习，游戏的机会，开发新的玩法，丰富足球游戏的内容，提高幼儿对足球运动的认识和喜爱。

大班户外活动郊游篇八

1、引导幼儿探索布袋的多种玩法，发展幼儿的想像力、创造力。

- 2、通过合作玩布袋，培养幼儿的合作精神。
- 3、激发幼儿对民间游戏的兴趣。
- 4、培养幼儿团结合作的观念。
- 5、培养幼儿健康活泼的'性格。

红色的布袋人手一个，里面订上纽扣，画上鳞片。龙头一个。
音乐两段，录音机。

- 1、今天天气真好，我们大家来锻炼身体吧！走，跟老师出发(播放音乐)
- 2、(幼儿手拿布袋随意走到位置上站好)好，我们跟着音乐一起跳起来吧！

(一)尝试独自一人玩布袋。

1、提问：

刚才你们手上拿着的是什么?(布袋)现在，老师请小朋友想想这个布袋可以怎么玩呢?(请个别幼儿说说并展示自己的玩法)

2、每个幼儿自由探索布袋的玩法，教师巡回指导。

3、小结：

你们刚才玩得真不错，想出了这么多好玩的方法。其实，这个布袋不仅可以一个人玩，还可以是几个小朋友一起玩。现在，老师就请大家自己找几个好朋友再去玩玩这个布袋。

(二)尝试多人合作玩布袋。

1、幼儿互相合作继续探索布袋的各种玩法，教师巡回指导。

2、集中，互相学习不同的玩法。

刚才，我看到了小朋友想出了好多的玩法，我请你和你的小伙伴上来玩一玩，让大家学习学习。(请个别幼儿上来示范)看了这么多的玩法，我们再去试试看好吗?(全体幼儿再次与同伴共同探讨玩法)

3、小结：

这个布袋可真神奇，它不仅可以用来跳舞，还可以玩出这么多好玩的游戏。你们知道吗?布袋里还藏着一个秘密呢!我们把它翻过来瞧瞧。

1、提问：

它像什么?(幼儿自由回答)我们把布袋都连起来看看，又像什么?(幼儿将布袋一个个用纽扣连好，变成一条“长龙”)

2、出示龙头、龙尾，幼儿合作舞龙。

在我们民间有一个习俗，每逢过年，大家都喜欢用“舞龙”来庆祝。接下来，新年也快到了，让我们也用“舞龙”的方式来庆祝新年的到来吧!

(放音乐)教师与幼儿高高举起长龙，一起跟着音乐舞动起来。

教学反思：

本次活动开展的比较顺利，基本达到了教学的目标。幼儿对布袋很熟悉，但很少拿它来玩游戏，所以她们很感兴趣，课堂气氛也相对活跃。第一次探索布袋的玩法时，她们只顾独自玩，看到一个小朋友在玩袋鼠跳，几乎所有的幼儿都模仿，所以在玩之前我应鼓励他们玩出和别人不一样的玩法。再次探索的时候，经过提醒，他们知道除了一个人玩，还可以多

个人玩，有更多不同的玩法。

大班户外活动郊游篇九

#大班体育活动方案 1# 活动目标：

- 1、会用多种方法玩雪球，提高躲闪，抛接能力，锻炼臂力。
- 2、体验冬季运动的快乐，不怕冷，能勇敢的参加冬季体育活动。

重点：体验冬季运动的快乐，能勇敢的参与体育运动 难点：用多种方法玩雪球 活动准备：

- 1、在日常生活中，幼儿用废纸。
- 2、活动前幼儿换上合适的衣服和鞋子。

活动过程：

一、小小解放军 天气好冷，天空中飘着大雪。我们英勇的解放军战士们不怕冷！今天接到上峰的命令，前方有敌情，要我们一起去歼灭敌军。

二、准备运动 1、一起来跟着音乐做做做准备运动，爬雪山，过草地，雪花飘、滑雪、打雪仗等动作。

2、滚雪球，敌人就要来了，我们准备一些打仗的雪球吧！教师和幼儿一起用废报纸制作雪球。

三、练一练，打响冲锋号(一)、集体活动 敌人来了，我们一起攻打敌人吧！1、打雪仗：把幼儿分成红、黄两队，相距5——6米，面对面站好，互相投雪球；2、踢雪球：看谁能把雪球踢到敌人的脚部。

(二)、自由活动 敌人被我们打退了，大家一起来庆祝一下吧!幼儿选择自己喜欢的方式玩雪球，可以找伙伴抛接雪球也可以自己仍自己接球玩。

提醒幼儿注意安全，抛雪球的时候要抛在小朋友的腿部以下，以免发生意外。

四、放松运动，结束活动。

大家一起听着音乐放松一下吧!设计意图:

以小小解放军的形式，引起幼儿对活动兴趣。让幼儿更加勇敢的参与到活动中来。

做一些有趣的动作，做热身运动，为下一环节做准备。利用废

纸做雪球，为打跑“敌人”做准备。这一部分有点难度，教师要讲解好。

以多种方式练习基本技能，使幼儿在游戏中获得锻炼。

让幼儿在轻松的音乐中作放松运动，结束活动。

#大班体育活动方案 2# 活动目标:

- 1、练习走、跑的动作。
- 2、体验与同伴合作进行竞赛游戏的快乐。

活动准备: (环保)1、师幼合作用废旧报纸卷成纸棒作成小树苗。

2、场地布置如图，终点放两个废旧蛋糕盒。

活动过程：

一、引出主题，激发兴趣。

1、带幼儿到户外场地。随着老师的节奏跟着老师活动身体各部位：

头部运动、手臂运动、腰部运动、脚部运动、关节运动。

2、我们要去做运送小树苗的小勇士了，先去观察一下地形吧。

跟着老师环场地慢跑两圈。

大班体育游戏活动：勇敢的“小特警队”探险

活动目标：

1、通过幼儿对梯子的各种游戏，发展幼儿的攀爬能力和平衡能力。

2、培养幼儿无畏、勇敢、果断、镇定的优秀品质。

3、增加幼儿对大自然的热爱。

活动准备：竹梯、彩色滚筒、椅子、牛筋等。

活动设计：

一：准备部分 基本动作练习。立正——稍息——向右看齐——向右转——原地踏步走——齐步走——小跑——立停。

二：基本部分 小特警已经学会了许多本领,今天要进行考试了——探险。在我们探险的路上，要过许多小桥。有有趣的小桥、也有很危险的小桥，大家可要注意了！看哪个小特警员特别勇敢、机智、聪明。

1、过小桥 第一关：平地小桥要求：规定用走、跳的方法在梯内和梯上通过。

第二关：倾斜小桥要求：规定用走、跳的方法在梯上通过。

第三关：悬空小桥要求：规定用爬的方法在梯上通过。

#大班体育活动方案 3

#活动目标：

锻炼幼儿的腿部力量和协调性。

体验团结协作的乐趣,培养竞争意识。

活动准备：

1、观看赛龙舟的录像 2、节奏轻快的音乐，收录机 3、红旗一面 活动过程：

一、准备活动 听音乐，师生一起做模仿动作(体育项目)游泳(活动上肢)射击(弓箭步，左右开弓)乒乓球(半蹲，体转)竞走(全身运动)体操(放松运动)二、“开龙舟”游戏 1、幼儿自由结伴五人一组，后面的幼儿依次抱住前面幼儿的腰或者拉住衣服，蹲着向前走。(老师只交待“开龙舟”游戏的基本玩法，让幼儿自己在玩中体验怎样使“龙舟”前进的技巧)2、老师观察：幼儿自由结伴的情况。开龙舟游戏时，幼儿能否步调一致，有节奏地蹲着向前走。

3、集中幼儿一起说说，“开龙舟”游戏玩得怎样 师：小朋友，“开龙舟”的游戏好玩吗?你们玩得怎样? 幼：我们“开龙舟”时有一个小朋友掉队了，他没跟上。

#大班体育活动方案 4# 活动准备 一根长绳子。

短绳若干。

活动目标 能探索出绳子多种玩法掌握跳绳的基本技能发展幼儿的身体动作。

活动中体验创造性跳绳的乐趣发展幼儿的想象力与创造力，培养幼儿的合作意识与合作能力。

活动过程 1、教师带领幼儿做热身运动。

2、听老师口令练习跳跃及上肢动作。

师：跳、跳、跳，幼儿跟着老师跳、跳、跳，原地双击此处师问：“还可以怎么跳？”引导幼儿向前跳、向后跳、向上跳、蹲跳、向左跳、向右跳、单、双脚跳。

3、上肢活动师绕绕臂，绕绕臂。幼儿跟着老师绕绕臂。

师问“还可怎样绕”引导幼儿向前绕、向后绕、单、双手绕、举起手臂绕等，发展幼儿动作的灵活性。

活动开始 引导幼儿探索跳绳的多种玩法

1、单人双脚跳。幼儿两人或三人一组，有人单脚跳绳，其他人跟着节奏数数。看一看谁跳的多。

2、双人双脚跳。两人一根绳子，幼儿面对面，两人同时双脚一起跳，跳得多者为胜。

3、幼儿自由结伴 2 人、3 人或多人合作探索跳绳的玩法。

长绳一根，两名幼儿在两头摇动绳子，其他幼儿 2-3 人一起跳。看谁跳得多，多者为胜。

4、请幼儿相互交流合作玩游戏的方法。

放松整理随着老师做整理运动活动延伸回家后与爸爸妈妈及小伙伴做跳绳的游戏。

活动反思 通过跳绳活动，不仅可以锻炼幼儿的体质，还有利于幼儿心智发展，有助于幼儿体力、智力和应变能力的协调发展；能培养幼儿身体的平衡感和动作的节奏感。尽管在活动中有些幼儿动作不是很灵活，但是重在参与。在游戏的活动中培养幼儿的合作意识和合作能力，让幼儿体验合作游戏的快乐。

#大班体育活动方案 5# 活动目的：

- 1、练习双脚向前跳。
- 2、培养幼儿参加体育活动的兴趣。

活动准备：

录音机、操节磁带、小波胸饰、洒水壶一个、场地布置(画一个大圆圈)。

活动过程：

- 1、准备活动：小波带领小皮球一起活动身体。
- 2、游戏：拍皮球。小波带着小皮球走成一个大圆圈。小波做拍球人，幼儿做皮球，根据小波的口令做相应的动作。反复2--3次。
- 3、游戏：小皮球跳回家。
 - (1)教师示范动作，练习双脚向前跳。
 - (2)幼儿自己练习。

(3)请个别幼儿做给其他幼儿看，教师点评。

(4)情境：小皮球跳到篓子来，小皮球回家了；哎呀，篓子倒了，球都滚跑了。篓子放好了，小球快回来吧；篓子破了一个洞，球又滚出来了，来！我把它修修好，小皮球再跳回来吧。

4、游戏：吹泡泡。

5、放松活动：开火车游戏和小皮球洗澡游戏。

大班体育活动方案

大班体育活动方案实施方案2020

大班户外体育活动方案实施方案2020

体育活动方案

大班体育活动方案设计【2020】