

2023年中班户外活动翻山越岭教案 户外 活动安全心得体会中班(汇总9篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

中班户外活动翻山越岭教案篇一

第一段：引言（150字）

户外活动是让我们和大自然亲密接触的机会，不仅能够放松身心，增强体魄，还能开拓眼界，收获宝贵的人生经验。然而，户外活动也存在着许多潜在的危险因素。作为中班学生，通过参与各种户外活动，我们学到了很多有关安全的知识和经验。在这篇文章中，我将与大家分享一些个人的心得体会，以便能够更好地保证大家在户外活动中的安全。

第二段：认识潜在危险（250字）

在户外活动中，潜在的危险无处不在，对于我们这些中班学生来说，要认识和了解这些危险因素非常重要。首先，我们需要认识大自然中的动物，有些动物可能会攻击人类，如蜂蜚、毒蛇等。其次，我们还要了解天气情况，避免在恶劣的天气下进行活动，以免发生意外。此外，水域也是潜在的危险因素之一，我们要强化水性教育，学会游泳和保护自己。认识这些潜在危险因素是预防事故的第一步。

第三段：提高安全意识（300字）

为了更好地保证自己的安全，我们在户外活动中提高了安全意识。首先，我们了解了一些基本的急救知识，比如如何处

理小伤口和扭伤。其次，我们学会了简单而实用的紧急求救方法，如呼救和发短信求救。此外，我们还了解了一些常见的安全标志和标识，以及使用各种安全设备的方法。通过这些安全意识的提高，我们能够更好地应对突发情况，保护自己的安全。

第四段：合理安排活动时间与强化团队合作（300字）

在户外活动中，合理安排活动时间和加强团队合作也是确保安全的重要因素。首先，我们要合理规划活动时间，避免过度疲劳和长时间暴露在恶劣环境下，以免出现身体不适。其次，我们要加强团队合作，互相支持，并且互帮互助。在进行高空活动、攀岩等活动时，我们要相互监督保证安全，以防发生意外。通过合理安排活动时间和强化团队合作，我们能够更好地减少事故的发生。

第五段：结语（200字）

户外活动是一次与大自然亲密接触的机会，我们在参与其中的过程中不仅获得快乐和成长，还学到了很多有关安全知识和经验。通过认识潜在危险、提高安全意识以及合理安排活动时间和加强团队合作，我们能够更好地保证自己在户外活动中的安全。希望我们能够继续学习和提高安全意识，并在未来的户外活动中保持良好的安全记录。同时，也希望其他同学和家长能够重视户外活动的安全，共同推动安全教育的发展，让每个人都能得到最大程度的保护。

中班户外活动翻山越岭教案篇二

1、材料采购

- （1）班级名字条幅一个
- （2）鼓一面（击鼓传花或造势用）

- (3) 长绳一根（用于圈定活动区域）
- (4) 眼罩6—10个（蒙眼游戏用）
- (5) 8—12面彩旗（用于表示起点和终点）
- (6) 气球100个
- (7) 小型扩音设备2套（可借）
- (8) 因在草地上举行活动，请自备铺地的野餐垫方便就坐

2、奖品采购

文具、不干胶贴纸、玩具、书、日用品

3、活动经费：本次活动根据实际发生金额按参加小朋友人数平摊，报名时按50元/生预收，活动结束后多退少补。

二、行程安排

1、2：00活动地点集合

2、2：00—2：30活动准备，现场布置

3、2：30—5：00开展活动

4、5：00以后可自由活动，准备收工

出发时间、等候地点在报名后另行通知

三、活动安排

1、暖场

以家庭为单位，做自我介绍。

2、击鼓传花

凡传到的小朋友要起来表演一个小节目，形式不限。

3、两人三足

参赛者为小朋友两人一组，一只脚与对方的一只脚绑在一起。比赛开始，两人从起点向终点跑去，用时少者获胜。

规则：两人一组，组数不限，要保证三只脚踩地面行走。

4、买棒棒糖

所有小朋友围成一圈，一个男生算1元钱，一个女生算2元钱，主持人说出棒棒糖的价格，比如2元、3元、4元、5元，小朋友就根据价格计算后自己组合拥抱，没有组队的和金额计算错误就将被淘汰，共进行四轮，逐轮淘汰。

5、爸妈听我说

视参与人数分组，4—6人为一组，家长用眼罩蒙上双眼，从起点到终点摸索前进。

规则：由孩子做向导，只能用语言描述方向，不能用手或其他东西触及家长身体，旁观者可发出不同的声音进行干扰，途中遇障碍不能触碰，先到达者为胜。

发表感言：请每组最后到达的家长发表活动感言。

6、活动完有时间，大家可以玩打沙包，或自备户外运动设备玩耍

四、奖项设置

- 1、设“参与奖”（每位小朋友）
- 2、设“最默契家庭奖”（针对“爸妈听我说”游戏）
- 3、设“表现奖”（总积分者）

五、注意事项

家长作为孩子的监护人，一定要履行好监护责任，切实保障孩子的安全。活动完后，要清理干净垃圾。希望全体参加人员在活动做到文明团结。

中班户外活动翻山越岭教案篇三

- 1、练习听信号向指定方向走、跑、跳，发展幼儿的基本动作。
- 2、提高走跑动作的协调性，学会在走跑活动中保护自己。养成一定的良好的行为习惯：不相互推闪、不拥挤等。

场地四周放有小狗、小猫、小兔标志的纸箱房各一个，小猫、小狗、小兔头饰若干，音乐磁带。

- 1、热身运动：幼儿跟着教师随音乐一起做小动物模仿操。

变变变，变成可爱的小花猫（师帮幼儿戴头饰，幼儿演示小花猫走路）

变变变，变成可爱的小白兔（师帮幼儿戴头饰，幼儿演示小白兔走路）

变变变，变成可爱的小花狗（师帮幼儿戴头饰，幼儿演示小狗走路）

- 3、游戏：《小动物找家》

规则：在场地的四周摆放小猫、小兔、小狗家的标记，表示小动物的'家。如：请两名幼儿当小动物家的门，小动物回家时，念儿歌“轻轻走，轻轻跑，我是小猫喵喵喵”。如果幼儿找对了，“门”自动打开等。（小兔：爱吃萝卜，爱吃菜。我是小兔真可爱。小狗：我是小花狗，就爱蹲门口，汪、汪、汪）

师说：今天天气真好，小动物们到草地上去玩吧。，幼儿在场地上学小动物走、跑、跳等动作。（注意不能相互碰撞）当老师说：轰隆隆、轰隆隆、天要下雨了小动物们快回家吧，幼儿一边说儿歌一边找自己的家。找错家的幼儿和当小动物家门的幼儿互换位置，游戏再次开始。

教师带领幼儿回教室，给幼儿讲小动物的故事。

这次活动激发了幼儿对动物的热爱，懂得了保护动物和爱护动物，在游戏过程中懂得了遵守游戏规则，锻炼了幼儿的自我保护意识。

中班户外活动翻山越岭教案篇四

在幼儿园中班的生活中，我们经常参加各种户外活动，如郊游、野餐、植树等。这些活动不仅丰富了我们的生活，而且培养了我们的团队合作精神和开拓创新思维能力。但是，在户外活动中，安全问题是我們最关心的。通过参与多次户外活动，我总结了一些安全心得体会，希望能与大家分享。

第一，安全知识要牢记于心。在户外活动中，我们要拥有一些基本的安全知识，例如如何过马路、如何保持一定的距离等。孩子们经常会兴奋地追逐玩耍，容易忽略周围的安全。所以，我们要时刻提醒自己不能乱跑乱闯，要注意道路标志，听从老师的安排和指导。只有不断学习和提醒自己，我们才能在户外活动中保证自己的安全。

第二，与队友要保持良好的沟通。在户外活动中，我们往往需要和队友进行合作，例如拉绳子过河、搭建帐篷等。这就需要我们之间的沟通和配合，在活动中要多进行交流和协商。还要学会倾听队友的意见，不断调整自己的想法，以确保活动的顺利进行和我们的安全。

第三，保持正确的姿势和动作。在户外活动中，我们经常要进行一些比较危险的活动，如攀爬、跳跃等。这就需要 we 具备一些基本的技能，并保持正确的姿势和动作。例如攀爬时，我们要用双手握住绳子或攀爬器，并注意保持平衡；跳跃时要提前测量好距离，控制好落地的姿势，以防跌倒受伤。因此，我们要经常进行这些活动的练习，提高自己的技能水平，确保自己的安全。

第四，要尊重大自然，保护环境。户外活动让我们置身于大自然中，享受大自然的美景和新鲜空气。在活动中，我们要尊重大自然，不乱扔垃圾，不捕捉野生动物，保护好周围的植物和生态环境。只有爱护大自然，我们才能继续享受户外活动的乐趣，也能给后来者留下一个美丽的环境。

第五，遇到危险及时报警和求助。即使我们做了足够的准备和保护措施，有时仍然会遇到一些危险情况。例如摔倒、迷路等。在这种情况下，我们要保持冷静，及时报警和求助，寻求成年人的帮助。同时，我们也要学会一些简单的急救措施，以便在危险情况下第一时间给自己和队友提供帮助。

总之，在户外活动中，安全至关重要。我们要时刻保持警惕和谨慎心态，学习并遵守安全规则，保持良好的团队合作精神和身体力量，保护好自己和周围的环境。只有这样，我们才能在户外活动中收获快乐和成长，并且度过一个安全而美好的童年时光。

中班户外活动翻山越岭教案篇五

近年来，户外活动在人们的生活中占据越来越重要的位置。户外活动既可以锻炼身体，也可以丰富人们的精神生活。然而，户外活动的安全问题也是不可忽视的。在户外活动中，我们必须时刻保持警惕，注意保护自己的安全。在这次的户外活动中，我们班深刻地体会到了户外活动的乐趣，也收获了一些关于户外安全的心得体会。

首先，我们应该提前了解活动项目的特点和危险性。在参加户外活动之前，我们应该了解活动的具体内容，包括活动地点、活动时间、活动项目等。只有了解了这些，我们才能做好相应的准备。同时，我们还应该了解活动的危险性，知道自己能承受的极限，不要超出自己的能力范围。比如，在爬山活动中，有些同学可能患有哮喘等病症，就不能选择过于困难的路线。

其次，我们应该随身携带必备的防护用品。在户外活动中，我们常常会暴露在阳光、风雨和寒冷的天气中，所以我们要随身携带太阳帽、雨具、防风衣等必要的防护用品。此外，在户外活动中还会与大自然的各种生物接触，我们可能会被昆虫叮咬，所以还要准备一些驱虫药水和护肤霜。在夏季，我们要避免暴晒，要做好防晒措施，避免中暑。

再次，我们要保持良好的群体和个体的安全意识。在户外活动中，我们经常是以集体的形式出行，所以我们要保持良好的群体安全意识，互相照应，互相帮助。在活动中，我们要严格遵守活动规则，不得随意离队，不得擅自行动。个体的安全意识也是非常重要的，我们要时刻保持清醒的头脑，不随便接受陌生人的帮助，不随意乱动危险物品，不盲目追求刺激。

最后，我们要及时处理户外活动中的安全事故。在户外活动中，事故难以避免，我们要学会如何应对安全事故。首先，

我们要做好急救知识的学习，学会一些基础的急救技能，比如人工呼吸、心肺复苏等。其次，我们要保持冷静，不要慌张。如果遇到事故，我们要及时报警，同时对伤员给予适当的紧急处理，尽量避免伤者病情恶化。最后，我们要及时总结事故的原因，吸取教训，防止类似事故的再次发生。

通过这次户外活动，我们班同学更加深刻地理解到了户外活动的乐趣和危险性。在以后的户外活动中，我们将更加注重安全，保持警惕。只有确保自己的安全，我们才能享受户外活动的乐趣，充实自己的生活。希望每个人在户外活动中都能平安回家，收获快乐与成长！

中班户外活动翻山越岭教案篇六

活动目标：

1. 初步掌握两人近距离互相抛接球的方法。
2. 能集中注意力，观察球的飞行方向接球，提高接球潜力。
3. 愉快地参加活动，体验合作活动的乐趣。

活动准备：

1. 球人手1个，球筐8个。
2. 小猪胸饰人手1个。
3. 音乐磁带、录音机。

活动过程：

（一）准备活动。

1. 幼儿佩戴胸饰扮小猪，教师扮猪妈妈：小猪们，每人拿一个球跟妈妈一齐来做操吧！
2. 教师放音乐，幼儿持球听音乐做“猪小弟运动操”（教师自编）。结合操节动作进行抛接球、滚球、拍球等活动。
3. 幼儿自由玩球，教师提醒幼儿用各种方法玩球。

（二）游戏“你抛我接”。

1. 教师：我刚才发现有两个小朋友探索出了新玩法，请他们表演给大家看。
2. 请两名幼儿示范互相抛接球。
3. 教师：他们的手是怎样拿球的？在抛接球时，怎样抛接才能使球不掉地？
4. 教师边示范讲解动作要领：五指分开，双手持球，抛向对方（接住球）。
5. 幼儿自由结伴练习，教师巡回指导。
6. 圆圈抛接球：幼儿站成一个大圆，教师站在圆圈中间，边喊幼儿的姓名边向他抛球，被喊到的幼儿接住球，迅速站到中间喊另外一名幼儿的姓名并向他抛球，然后回原位，第二名幼儿接住球后再循环游戏，依次传球。

（三）游戏“猪小弟运西瓜”。

1. 向幼儿介绍游戏玩法和规则：幼儿分成人数相等的四队。听信号、每队排头从球筐里取出一个球，转身抛给第二个幼儿，依次抛到最后的幼儿，该幼儿接球并将球放到排尾的球筐里。最快将“西瓜”运完的队伍为优胜。若球没接住，则务必重新抛接，再向后传。

2. 幼儿游戏2~3次。

（四）结束游戏。

1. 幼儿进行放松整理。

2. 师幼共同收拾器材，回活动室。

中班户外活动翻山越岭教案篇七

3月27日上午，我组织了户外游戏活动《闯关运球》。整节活动基本完成了活动目标，让幼儿在游戏中练习了走、跑、跳、爬、跨等基本技能，学会了如何解决困难。让幼儿在游戏中体验到了两两合作的乐趣，树立了幼儿之间的集体荣誉感，感受到游戏带来的快乐。然而，由于事前没有做好对场地的准备，在布置场地的时候，将场地布置的稍小。我想，如果将游戏场地布置得大一些，肯定会有更好的游戏效果，孩子们会玩得更尽兴。在活动过程中，我以小猴姐姐引出整个游戏，但在活动中，小猴姐姐穿针引线的作用并没有凸显出来。在活动前，原先准备老师来扮演小猴姐姐，但考虑到维持游戏中的纪律，就让一名幼儿来扮演小猴姐姐，由于幼儿没有成人的应变能力，导致我和小猴姐姐之间没有对话，这也是活动中欠缺的部分。我想，在今后的活动中，我会努力继续学习，争取工作中的更大进步。

分析与策略：今后的工作中要考虑不同的幼儿对其要求也要有所不同，当遇到胆子小的小朋友就要在态度上进行改变，及时的与他们沟通，让幼儿排除对教师的恐惧，这样对更好的教育幼儿有所帮助。

注：查看本文相关详情请搜索进入安徽人事资料网然后站内搜索中班户外活动反思。

中班户外活动翻山越岭教案篇八

1. 幼儿能在简单和固定的平衡线上或者窄道中行走，在行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。
2. 幼儿能够在低矮的物体（桥墩、小桥）上面走上一定的距离。

二、活动准备

1. 单元砖、平衡木、手印、脚印
2. 体能棒、拉力圈、木勺托球、软梯、绣球、羊角球
3. 狩猎筐、小推车、粘球、轮胎、荡桥、梯子

三、活动过程

1. 教师先将单元砖和平衡木拼搭成小桥，幼儿借助狩猎筐和绣球、粘球、大龟背等，在小桥之上展开平衡锻炼，持物平衡走、拖物平衡走等游戏。

（1）教师讲解游戏的规则，行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

（2）教师注意提醒幼儿安全。

2. 教师将手印、脚印、体能棒、拉力圈以及软体轮胎和梯子以及荡桥等搭建成不同的路径，幼儿在这些路径上面展开平衡走的游戏。

（1）教师讲解游戏的规则，在新走的过程中双脚不可以离开路径，不可以用手协助。

(2) 在游戏过程中注意秩序和安全。

3. 教师用体能棒、软梯等搭建一个比较窄小的路径，利用木勺托球和木球开展托球、干球等平衡游戏。

(1) 窄道中行走，在行走的过程中保持身体的平稳且不摇晃。

(2) 手上拖球行走的幼儿要注意球不要脱离了路径，注意游戏的安全。

4. 教师搭建直线或者曲线的路径，幼儿利用小推车和轮胎等开展一定路径推、拉、滚物体的平衡游戏。

(1) 能力强的幼儿注意不要讲物体滚出路径，尽量走直线的路线。

(2) 在游戏过程中注意秩序，排队进行，注意安全。

5. 教师用软梯和拉力圈搭建一个直线或者曲线的曲折路径，幼儿在上面开展踩线走的平衡游戏。

6. 教师设置一条路径，幼儿骑在羊角球上，开展平衡跳跃的游戏。

四、放松整理

1. 幼儿一边听音乐一边说儿歌做动作，放松全身。

抖抖我的小手，动动我的小脚。

扭扭我的脖子，转转我的脑袋。

2. 教师组织幼儿将材料归放整理好，在收纳的时候注意安全。

中班户外活动翻山越岭教案篇九

1、提高按信号活动的能力及应变力。

2、提高钻、爬能力，培养对体育活动的兴趣。

1、红绿灯标志各1个，呼啦圈8个，拱形门6个。

2、平坦、无障碍物的室外大场地，在场地中用粉笔画出人行道、车道和停车场等。

一、将幼儿分成两组

一组扮车辆（手持呼啦圈做开车状），另一组扮行人，两个小组同时进入游戏。

二、教师手持红绿灯标志

站在人行道的一侧，发出游戏开始的指令后，幼儿念儿歌：“路上车多人也多，红绿灯呀来提示，遵守规则靠大家，安安全全过马路。”教师出示红灯标志的时候，汽车可以开过马路，行人必须停下来；教师出示绿灯标志的时候，车辆立即停止（幼儿娇），行人开始过马路。在场地的一端画一条起点线，另一端画一条终点线（停车场）。幼儿分成两个小组同时进入游戏。起点线前方场地上摆放两列拱形门，每列3个，各间隔3米。（见图3-1）教师出示绿灯标志，两组幼儿同时手脚着地爬行穿过拱形门。在爬行的过程中，听到教师发出“红灯”的口令时，幼儿要以最快的速度双手离地站起来。教师再次出示绿灯标志，幼儿以同样的方法进行游戏，直至到达停车场。

1、游戏前做好各个关节的热身活动。

2、对违反游戏规则的现象，教师要及时纠正。

3、游戏结束时要进行简单的点评。

游戏前做好各个关节的热身活动，对于违反游戏规则的现象，老师及时纠正。