

幼儿园体育活动教案

幼儿园体育活动教案优秀 15 篇

幼儿园体育活动教案 1

活动名称：

助跑跨跳

班级：

大班

活动目标：

- 1、尝试助跑跨跳一定宽度的障碍物。
- 2、感知助跑跨跳的基本动作。
- 3、通过自选练习，养成自主学习的精神。

活动重点：

尝试助跑跨跳一定宽度的障碍物。

活动难点：

助跑要求中速、短距、自然放松、跨跳时单起单落。

重难点解决策略：

引导幼儿自己尝试，探索正确的跨跳方法，教师正确引导。

活动准备：

箱子、皮筋、跨栏、四色标志物（红黄蓝绿）

活动过程：

一、开始部分

1、队列练习，左右分队走

幼儿排成一队进入操场，听清教师口令进行左右分队走。

2、热身运动

听老师口令，活动四肢。（主要是压腿等下肢练习）

二、基本部分

1、探索助跑跨跳的基本动作

（1）教师讲解游戏玩法，幼儿进行第一次尝试、探索。（宽度：两个箱子）师：今天我们来玩一个新游戏，游戏玩法是：面前的小圈

为等待圈，第一个小朋友现在可以进入等待圈，在前一个小朋友跑后，下一个小朋友进入等待圈。当跑到白色绳时，要从白色绳上面跨过去，然后继续向前跑，跑到对面的标志物时，再跑回来。

(2) 加强难度，幼儿进行第二次尝试、探索。(宽度：两个跨栏)

师：大一班的小朋友太棒了，这次我要给你们加强难度了，我把宽度增加了，看看你们还能不能过去。

(3) 讲解动作要领，进行自主尝试、探索(宽度：一个箱子、一个跨栏) ①老师请一名动作清楚、规范的小朋友和一名动作不太规范的小朋友，上前面来示范，让幼儿自己评析，找到跑得快、能跨过去的动作要领。

②教师小结：听清老师口令快速起跑，跑动中单脚起跳，用力蹬地，在空中瞬间滞留前弓步，后退落地后，不要停止，继续快跑。

③调整宽度，变为由易到难的顺序，为不同程度的幼儿提供不同难度的训练，让幼儿自主选择进行练习。

2、分组比一比。(宽度：两个跨栏)

教师：请幼儿分为四队，分为红黄蓝绿四队进行比赛，比一比那一队的小朋友跑的又快，动作又规范。

三、结束部分

1、放松运动。

2、收器材。

幼儿园体育活动教案 2

活动目标：

1、尝试在架空的竹梯上进行手脚爬，提高自身的协调力量。

2、能根据自身的能力，选择难度适合的材料进行活动。

3、能主动参与有挑战性的活动，并有一定的自我保护能力。

活动准备：

竹梯两架；沙包若干；塑料筐若干；轮胎四个；“蚂蚁的家”图片两张。

活动过程：

一、开始部分：“蚂蚁郊游操”

二、基本部分：

1、模仿蚂蚁的爬行。

2、练习在竹梯上爬行。

3、请幼儿示范爬行的要点，幼儿知道如何进行自我保护。

4、游戏：蚂蚁搬家。

(1) 请幼儿想办法把家里的食物搬到新家里，而且不妨碍爬行。

(2) 介绍搬家路线，请幼儿根据自己的能力，选择难度适合的路线爬行。（一种平面竹梯；一种架空的竹梯）

(3) 教师重点保护在架空竹梯上爬行的幼儿。

三、结束活动：

1、表扬幼儿的勇敢精神，幼儿体验挑战带来的快乐。

2、放松活动：今天小蚂蚁都很累了，我们互相拍拍身体，放松一下吧。

幼儿园体育活动教案 3

教材分析：

小班幼儿喜欢接触外界环境，愿意在大自然中跑跑跳跳。本次活动旨在帮助教师了解刚入园幼儿的身体素质及运动能力，从而有针对性地发展幼儿身体动作的协调性与灵活性。本次活动采用幼儿日常生活中非常喜欢的“吹泡泡”游戏，引导幼儿在追逐、捕捉泡泡的过程中练习跑、跳跃的基本动作。同时，通过师幼一起游戏，引导幼儿进一步建立对老师的信任，拉近师幼间的距离。

活动目标：

1、愿意玩“追泡泡”的游戏，在游戏中学习纵跳触物的动作。

2、能根据泡泡的方向、高低采取奔跑或跳跃的方式捕捉泡泡，知道躲避他人，避免碰撞。

3、感受和老师、小伙伴卡一起玩“追泡泡”游戏的快乐。

活动准备：

吹泡泡玩具 3~4 个、宽阔平整的场地。

活动建议：

一、出示吹泡泡玩具，引导幼儿观察，激发游戏兴趣。

二、师幼一起玩“追泡泡”游戏，帮助幼儿掌握游戏玩法。

1、为减少碰撞，将幼儿分成 3—4 组，教师分别向各组吹泡泡，引导幼儿学习纵跳、触破泡泡的动作。

2、幼儿分散站在场地上，教师向四处吹泡泡，幼儿自由地在宽阔的场地中奔跑、追逐泡泡。引导幼儿根据泡泡的方向、高低采取奔跑、跳跃的方式追逐、碰触，提醒幼儿在眼睛盯着泡泡的同时，要注意躲避碰撞。

3、请 3~4 名幼儿吹泡泡，分组开展游戏。教师与幼儿共同游戏，关注每一个幼儿的情绪，进一步拉近与幼儿的距离。

三、引导幼儿交流游戏的经验、体验游戏的快乐。提问：你是怎样捉到泡泡的？你有哪些新的发现？

四、可拓展游戏玩法，如踩泡泡、网泡泡、找泡泡（看泡泡落在哪里）、幼儿共同制作泡泡玩具进行游戏等。

幼儿园体育活动教案 4

活动目标

- 1、能想出多种玩绳方法，尝试团队合作。
- 2、通过玩绳进行多种跑、跳练习，增加腿部力量，提高协调能力。
- 3、在玩绳中体验新年热烈的气氛及感受同伴间合作带来的愉悦。

活动准备

- 1、观看新年放礼炮、舞龙灯等场景的录像。
- 2、幼儿每人一根稻草短绳，两根稻草长绳，两根 5 米长绳悬挂在空中，一面鼓，一枚龙珠。
- 3、《过新年》音乐、劲舞音乐磁带。

活动过程

1、《过新年》音乐响起，教师带领幼儿口喊“过新年”自由跑入活动场地成散点站立。

师：小朋友们，《过新年》的音乐响起来了，20xx 年过去了，新的一年又开始了，让我们一起运动起来吧。

- 2、放劲舞音乐，教师带领幼儿做热身操。
- 3、幼儿自由玩绳，教师鼓励幼儿想出各种玩稻草绳的方法。

4、玩“放鞭炮”游戏。教师指导幼儿将绳子揉成团，用力往空中抛，并大喊“啪”。规则：必须在教师点火后才能一齐放。

5、接力赛。教师将幼儿排成人数相等的四队，左右各两队面对面站立，一边两组，左面两队第一名幼儿将空中高挂绳抓住跑去交给对面第一名幼儿后再站到队尾，两队幼儿依次跑出，直至全部幼儿跑完。（第一遍练习，第二遍两队比赛，教师击鼓助威。）

6、请幼儿围坐在教师身边休息并一起小结“接力赛”情况。

7、游戏“双龙戏珠”。师：我们中国人喜欢舞龙灯来庆祝自己的节日，今天我们也来学一学舞龙庆祝新年的开始吧！教师出示长绳，带领幼儿分两组，每组幼儿右手同抓一根长绳成“龙”，在“龙珠”的指引下或蹲、或走、或跑、或挥舞长绳。教师合理运用鼓声指挥幼儿团队合作舞龙。

8、组织两队“龙”踢踢腿、挥挥手，放松着舞出活动室。

安全教育：活动中注意观察幼儿是否将绳子用于绕颈等不安全玩法，并及时制止，教育幼儿不要与同伴相撞。

幼儿园体育活动教案 5

【活动目标】

- 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、乐意参与跳的活动，并努力克服困难，一直跳到结束。
- 4、发展身体协调性。
- 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。

【活动准备】

圈若干、椅子两把。

【活动过程】

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。

教学反思：

幼儿第一次开始练习双脚行进跳，因为有了布袋的约束，幼儿在练习时比较谨慎，慢慢地往前跳。等他们掌握了动作要领后，胆子渐渐大起来了，行进跳时能做到又稳、又轻、又快。教师以观察为主，让幼儿在自身不时的尝试、练习过程中，积累经验，掌握动作要领。所有的幼儿在活动方面的素质和协作能力都不可能完全一样，各有长短，教师应该从孩子出发，当孩子表现没有预想完美时，要学会看到的是孩子的进步。

幼儿园体育活动教案 6

教材分析：

本次活动引导幼儿在游戏中练习侧走、倒走，帮助幼儿发展走的技能，锻炼手、眼及上、下肢动作的协调性。活动中设置的“赶小猪”的游戏情境，增强了体育活动的趣味性、挑战性，能有效激发幼儿参与活动的兴趣。

活动目标：

1.会拖拉玩具走，能在侧走、倒走中保持身体平衡。

2.提高空间方位和直觉的准确性，发展身体动作的协调性。

3.养成耐心、细心等良好品质。

活动准备：

1.系有长绳的塑料圈幼儿每人 1 个，直径 25cm 左右的皮球若干（数量与幼儿人数相同），装大球的大塑料筐子 1 个。

2.欢快的音乐 1 首。

活动过程：

1.创设“小动物学走路”的游戏情境，带领幼儿热身，激发幼儿参与活动的兴趣。

带领幼儿随音乐边朗诵儿歌边做“小动物走路”模仿操：小鸭走路摇摇摇，小兔走路蹦蹦跳，小猴走路快快跑，小螃蟹侧身走、倒走。

2.组织幼儿玩游戏“赶小猪”，指导幼儿练习用塑料圈套住皮球着正走、侧走、倒走。

（1）幼儿自由练习：给每个幼儿 1 个系有长绳的塑料圈、1 个皮球，引导幼儿用碰撞。塑料圈套住皮球，然后拉绳向前走。

提问：不用小手碰皮球，皮球能不能移动？请幼儿自己探索、尝试。

小结：用塑料圈套住皮球，然后拉绳向前走，皮球就可以移动了。拖圈时注意不要让“小猪”跑出圈外。如果“小猪”跑出圈外，需要重新放进圈里，不能继续玩。

（2）引导幼儿探索向不同方向拖拉皮球走。

向前走：抬头挺胸，单臂甩动，将“小猪”拖在身后，迈开大步向前走。

横向走：让“小猪”在身体的左侧或右侧，采用交叉步或侧滑步，横向移动。倒着走：面向“小猪”，向后退着走。（提醒幼儿小步慢走，注意安全。）

3.创设“我和小猪碰一碰”的游戏情境，带领幼儿做放松活动。

请幼儿拿着“小猪”在肚子上、腿上、胳膊上碰一碰，放松身体各部位。

4.创设“送小猪回家”的游戏情境，引导幼儿收拾游戏器材，结束活动。

师：“小猪”要回家了，请你把它送到“猪圈”（大筐）里去吧。

请幼儿自由选择一种拖拉球走的方法，送“小猪”回家。

结束活动。

幼儿园体育活动教案 7

[游戏目标]

- 1、激发幼儿对传统体育游戏的兴趣。
- 2、指导幼儿练习四散爬，躲闪跑和追逐跑。

[游戏准备]

- 1、沙包（做粮食用）、头饰、跳绳（做尾巴用）、
- 2、花猫与老鼠的音乐 3、幼儿已熟悉儿歌

[游戏过程]

1、提问引出游戏师：今年是鼠年，我们来玩一个关于小老鼠的游戏好不好？小老鼠最害怕谁啊？被猫发现了小老鼠会怎么做？（会躲到洞里去）

2、玩游戏 1）练习老鼠手膝着地爬运粮食请几位幼儿合作搭建鼠洞，其它幼儿扮成小老鼠搬运粮食，老师扮成小花猫捕捉老鼠，被捕捉到的'幼儿停止游戏。

2）练习快速跑搬运粮食，引导幼儿学会躲闪

幼儿园体育活动教案 8

活动目标：

1、练习直线追逐跑、躲闪跑和折身跑，熟练掌握直线追逐跑、躲闪跑合折身跑的动作。（重点）

2、能够听指令、看信号，做出迅速、正确地反应并找准自己家的方向。（难点）

3、增强跑动中的自我保护意识，勇敢、大胆、积极地参与体育活动，体会游戏的乐趣。

活动准备：

物质准备：

呼啦圈、音乐、水瓶

场地布置：

活动过程：

（一）准备活动“小老鼠来锻炼”，充分热身，锻炼腿部力量，增强身体灵活性

1、“小老鼠晨练”基本热身，进入运动状态。

（1）、教师引导幼儿模仿小老鼠动作关键提问：“小朋友们，让我们一起来学一学小老鼠。”

2）、教师引导幼儿到“森林”里锻炼，跟着老师一起围圈走、跑、快速跑、慢跑、S形跑热身。

2、“躲避黑猫警长”热身，难点前置，练习前左右躲闪跑以及向后折身跑。

关键提问：“小动物们，听说黑猫警长来森林了，我们见到它可要赶紧躲。黑猫警长从前面来我们要怎么躲？黑猫警长从后面来我们怎么躲？

从左边和从右边呢？”

教师小结：小老鼠们跑的都很快。对，黑猫警长从前面来的时候，要折身往后跑；黑猫警长在后面抓时候，就要往前跑；黑猫警长在左边抓的时候，小动物们就要往右边跑；黑猫警长在右边抓的时候，要往左边跑。

（二）游戏“老鼠取油”巩固直线、折身、四散躲闪跑，找准自己家的方向训练幼儿反应能力

1、创设“直线跑”取油情境，指导幼儿练习直线追逐跑、折身跑。关键提问：“瞧你们的家在哪，如果黑猫警长来了要怎么办？”引导幼儿寻找家的方向，明确两人一个家的规则。

教师小结：如果黑猫警长来了，所有小动物要赶紧回家，老鼠洞太小，黑猫警长进不来。看哪只小老鼠能最快的回到家。

2、开展“直线取油”游戏

教师引导：小老鼠你们的油都在黑猫警长这，没有油吃，你们要怎么办？今天我们就来试一试，看看你们能不能取油成功，但是黑猫警长会在你们取油的路上，随时出现，你们要赶紧回家。”

游戏进行，关注幼儿游戏规则的遵守、幼儿直线躲闪、折身跑的

安全及动作。

3、创设“四散跑”取油情境，改变小老鼠“家”的位置并延长“家”的距离，幼儿听指令、看信号快速反应。

教师引导：恭喜你们都从黑猫警长手里取到了油，奖励你们一个小油库。但是黑猫警长可不会善罢甘休的，刚才是因为你们的家很团结，现在黑猫警长要把你们的家都分开。

4、幼儿快速找新家练习

5、黑猫警长守油库，幼儿快速拿油返回，巩固幼儿快速反应能力。
关键提问：“小老鼠们，我们要小心轻轻地把油给取回来！千万不要被黑猫警长抓住！”

游戏三遍，关注幼儿游戏规则、四散跑、折身跑的安全及动作。

教师小结：恭喜你们取得了胜利，祝贺你们！

（三）放松活动“小动物洗澡”

关键提问：“小老鼠们我们从黑猫警长手里把油取回来了，我们一起来洗澡吧！”

幼儿和教师洗澡放松，洗胳膊、腿，后背等身体部位，最后再泡个澡躺在地上做放松。

幼儿园体育活动教案 9

【经验】

- 1、发展四散跑、原地向上弹跳的能力。
- 2、动作反应灵敏，能按规则进行游戏。
- 3、体验共同游戏的乐趣。

【玩法与规则】

1、复习儿歌《爆米花》：锅子转，爆米花，锅里米粒噼噼啪，时间到了就爆炸，砰！米花熟了快来抓！

2、强调游戏规则：只有念到“抓”时，“米”才能往圈外跑。

3、请8~10个幼儿到圈内当“米”；教师和其他幼儿一起手拉手围成一个圆圈，做爆米花的“锅”。游戏开始，“锅”沿顺时针方向边走边念儿歌。念到“砰”时，大家松手摆臂向上跳，随即“锅”蹲下，表示“锅盖”打开。当念到“抓”时，“米”赶快往圈外跑，

“锅”立即站起手拉手，将未跑出的“米”围在圈内。跑出的“米”充实到“锅”的队伍中，其余“米”仍在圈内，游戏继续进行，直至“米”全部跑出。幼儿互换角色，游戏重新开始。

【提示】

1、准备安全平整的场地，最好在软化的操场上进行，避免因“米”四散跑时“锅”迅速拉手阻拦而出现摔伤的情况。

2、活动前让幼儿了解爆米花的过程，引导幼儿用原地纵跳的动作表现爆米花的样子，激发幼儿游戏的兴趣。

3、当“锅”沿顺时针方向转动时，扮“米”的幼儿可以做走、转、蹲等动作，也可以拉手围圆圈转。

【活动意图】

为了调动孩子们做早操的兴趣，增强孩子们的体质，在孩子教与爸爸学的过程中增进亲子间的感情，并使家长重温童年的快乐，因此结合我班主题特色活动，我们决定开展“爸爸和我做早操”亲子活动。

【活动目标】

1、调动孩子们做早操的兴趣，增强幼儿体质。

2、引导爸爸们参与到孩子的活动中，给孩子当老师的机会，也给爸爸们锻炼身体的机会。

3、在孩子教、爸爸学及与孩子一起做操的过程中，增加亲子感情，体验与孩子一起成长的快乐。

【活动时间】

20xx 年 xx 月 xx 日

【活动地点】

幼儿园操场组织人：李艳艳

参加人员：大班全体教师、全体幼儿及爸爸带操人员：李艳艳、张文娟

组织家长与孩子人员：张彤彤、张娜摄像：管风燕

【活动过程】

1. 11.5 提前一周给幼儿布置任务，回家认真教爸爸们做早操，并邀请爸爸们参加

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/83601101300011005>