

# 幼儿园体育主要活动计划 幼儿园体育教学 学活动计划(通用5篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 幼儿园体育主要活动计划篇一

### 一、指导思想：

根据新《纲要》的精神，为幼儿创设丰富的游戏环境，提供丰富的游戏材料，保证充足的游戏时间，让幼儿在游戏中动手动脑，发展幼儿的社会性情感，让幼儿在快乐轻松的游戏氛围中获得发展。

### 二、具体目标：

1. 提高幼儿在游戏中的主动性和积极性。
2. 加强游戏的常规训练，培养幼儿良好的游戏行为。
3. 在丰富的游戏活动中，通过走、平衡、跑、跳、钻、爬、投掷等多种方式提高幼儿的身体素质和机能。
4. 乐于尝试、探索新的游戏内容和玩法，有初步的创新意识。
5. 培养幼儿游戏中的合作、谦让等。

### 三、具体措施：

1. 合理安排幼儿的一日活动，利用适宜时间开展各种类型的体育游戏。
2. 保证幼儿充足的游戏时间，为幼儿创设丰富的游戏环境，提供丰富的游戏材料。
3. 充分发挥教师的主导性和幼儿的主动性，适时参与幼儿的游戏，给予必要的指导和帮助。
4. 和平行班互换游戏。
5. 充分运用家长资源，为幼儿提供必要的生活经验。

#### 四、具体游戏活动设计：

游戏主题：走、平衡

游戏名称：快乐的小青蛙

游戏名称：在平衡木上走

游戏名称：修桥

游戏名称：平衡训练《羊羊训练营》

游戏名称：连体人

游戏名称：脚步变变变

游戏名称：蚂蚁排队走

游戏名称：过桥

游戏名称：运砖

游戏名称：咕噜咕噜拉着走

游戏主题：跑

游戏名称：石头人

游戏名称：小马跑

游戏名称：小鸟垒窝

游戏名称：切西瓜

游戏名称：吸纸跑

游戏名称：快乐运动喜羊羊

游戏名称：玩鞋盒

游戏名称：躲猫猫

游戏名称：我比球快

游戏名称：魔毯

游戏名称：猫捉老鼠

## 幼儿园体育主要活动计划篇二

### 一、本园情况：

1. 大班级的幼儿在队列队形上还存在很大的弊病, 每周一的升旗仪式, 孩子的走路姿势很不雅观. 踏步这一方面还是需要加强的.

2. 班级幼儿的体育运动能力、体能方面不够理想.

3. 课外活动时候, 教师对幼儿有目的的体育运动组织, 没有体现出来, 幼儿在无目的的玩各种玩具.

4. 幼儿对体育运动的兴趣低, 不乐于参加各种带竞技性的体育活动.

## 二、解决方案:

1. 要加强幼儿的队列队形的练习, 加强基本动作练习.

2. 幼儿学习基本的列队. 加强《课程》中要求的体能锻炼. 同时逐步的培养幼儿的体育运动兴趣.

3. 组织教师学习基本的体育教学知识、手段. 能组织幼儿进行体育锻炼.

4. 各年级的体育教研员要对本年级的体育教学时时进行督促.

5. 加强幼儿来园时的早锻炼组织. 形式和手段呀多样化.

6. 针对大班的幼儿, 要逐步培养幼儿的体育兴趣. 设置多样的体育兴趣活动, 比如: 拍球、踢毽子、跳绳以及各种棋类的学习.

7. 组织多样化的体育竞技活动, 加强本幼儿园内幼儿纵向、横向的交流.

## 三、活动目标:

a. 通过体育运动使幼儿在保持原有生长速度的基础上持续增长.

b. 体育教学将要与个人爱好紧密的结合在一起, 将能为其进入小学后的体育教育、今后的体育活动、各种各样的体育社区

活动以及终身体育打下基础.

#### 四、实施过程:

1. 记录和保存前一次研究结果:幼儿生长发育评价表, 体格状况前期(后期)评定表, 学期、学年评定表, 生长速度评价表, 班级体格发育和生长速度对比表.

2. 测量和记录幼儿本学期初的体格、生长速度, 归类进行初步评价;记录对照班的幼儿情况(本学期初的体格、生长速度), 同时进行评价.

3. 在带领幼儿进行体育活动时, 必须要做到的:

a.每周要保证有1堂正规的体育体能课, 教师进行必须的指导.(其体能课由走、跑、跳、投、钻爬、攀登七项基本身体素质练习组成)

b.每天要有1~2小时的体育运动(游戏)时间.

c.记录每个幼儿的极限运动量、脉搏和心率情况等.

4. 注意观察幼儿平常的饮食习惯, 进行必要的指导;给幼儿以及幼儿家长讲解营养膳食的知识.

5. 每月要有一个简单的总结, 回顾自己在一月中的教学活动, 幼儿取得的实际效果.

6. 要对幼儿不合理的体育运动进行必要的修改, 使之达到既能锻炼身体, 又能掌握体育运动的技能技巧.

7. 在大班级的体育课堂上教师要准备多种多样的体育活动科目和器材, 在教师引导和幼儿自主选择自己的爱好的前提下, 教师有选择的进行个别的培训, 以达到培优拔尖的功效和作用.

8. 针对我大班级幼儿对足球运动的狂热爱好, 将特别的设立一个足球训练班, 培养幼儿对足球的认知程度以及足球运动的技能、技巧.

## 幼儿园体育主要活动计划篇三

1、知道不跟陌生人走。

2、有初步的`安全意识和自我保护能力。

防拐骗模拟演练, 绘本《不跟陌生人走》。

1、情境演练:

区域活动时间, 幼儿进行区域活动, 陌生人(其他班级的家长)来班级走到任意小朋友面前进行拐骗。

(1) 我是新老师, 今天我要请你们到外面去抓小蝌蚪, 你们去吗?

(2) 我是你妈妈的同事, 妈妈请我来接你去她单位。

(3) 你们卢老师今天请假, 我带你们到外面去玩, 你们去吗?

(4) 小朋友, 我请你吃糖, 你和我一起到外面去找妈妈。

2、讨论:

(1) 这个阿姨是谁? 你认识她吗?

(2) 不认识的人, 我们能跟她走吗?

(3) 绘本: 《不跟陌生人走》

# 幼儿园体育主要活动计划篇四

将保护幼儿的生命和促进幼儿的健康放在工作的首位，进一步引导幼儿参与体育活动的兴趣，锻炼幼儿体质，推动“阳光体育运动”，深化“阳光体育运动”研究，落实“阳光体育运动”在大班年级的开展。

## 二、组织领导

积极贯彻落实《规程》精神，在保证每天一小时体育活动时间的的基础上，选择合适的内容、材料，不断优化幼儿园体育活动，进一步提高对开展幼儿体育活动重要性的认识，真正促进幼儿身心的全面的发展。

## 三、活动原则

### 1. 安全性原则

教师在体育活动的设计、组织过程中应强化安全第一的观念。力求事先准备工作想得周到一些，以便防患于未然。为确保安全，必须在所有的游戏道具的使用和装备上考虑周全，使之在任何条件下都安全无虞。比如，整个的游戏空间、场所、环境没有任何尖锐的棱角和坚硬的器具，不会产生撞击情况，不会因摔跤而造成伤害等等。

### 2. 身体全面锻炼原则

幼儿参与体育活动形式和内容应该是多样化和综合化的，对各项体育活动加以科学的整合与综合，避免形态指标上出现不对称、技术技能上表现不稳定、基本动作和身体素质上达不到全面的发展。

### 3. 动静交替原则

在幼儿体育活动中，教师要注意幼儿参与体育活动与休息适当交替，做到一日生活的动静交替和一次体育活动的动静交替，使幼儿在活动以后经过一段时间的休息，身体的机能状态及时地得到恢复，达到并超过以前的身体状态。

#### 4. 发展性原则

幼儿体育活动的指导必须把着眼点放在促进幼儿身心各方面的和谐发展和素质的全面提高上。从观察、研究幼儿入手，了解每个幼儿的发展需要，根据每个幼儿发展的不同特点，因人施教，促进每个幼儿在不同水平上得到充分的发展。

#### 5. 发挥教师主导作用与幼儿主动性相结合的原则。

因根据幼儿的发展需要、计划、组织幼儿的体育活动，为幼儿提供良好的教育环境，激发、引导幼儿主动与环境相互作用。

### 四、活动内容与安排

活动一：蜘蛛绳

适合年级：大班

活动时间：30分钟

教材准备

绳八条，教学用录音带一卷，教学用录音机一台。

教学研究

1. 训练幼儿四肢敏捷性与协调性。

2. 在游戏中达到幼儿体能上的增进，并能刺激脑部细胞的发



育。

## 教学重点

1. 幼儿听音乐的律动及动作、指令的适应性。
2. 幼儿以游戏的方式来达到身体活动的目标。
3. 幼儿正确的了解游戏规则及如何在游戏中遵守秩序。
4. 幼儿在过程中须达到眼睛看、双手并用正确的游戏方式。

## 教学活动设计

1. 蜘蛛绳成圆形摊开来放置地上，将每一条线都拉直，再将全班人数分成八组，站至八条绳子后，音乐一放下后，第一个小朋友双手张开平放，走在绳子上至终点后要弯下身碰绳结，才可以再走回起点，下一个小朋友要帮忙先用脚踩住线(不可让线松掉)，每位小朋友以来回的方式进行，完后至队伍后排队。
2. 在一旁的小朋友可帮队友欢呼加油，第一次不要求小朋友须走在绳子上，第二次即须严格要求，最好是一步一步慢慢的做，但不比赛以确实达到老师要求为主，老师可在旁指导与协助，让小朋友顺利进行，正确地完成此游戏。
3. 先以直走前进的方式练习，然后再以侧走的方式进行竞赛，看哪一组的小朋友可获得优胜。

## 活动二：好玩的轮胎

适合年级：大班

活动时间：30分钟

教材准备：废轮胎10个，教学用录音机一卷，教学用录音机一台

## 教学研究

1. 训练幼儿四肢敏捷性与协调性。
2. 在游戏中达到幼儿体能上的增进，并能刺激脑部细胞的发育。

## 教学重点

1. 辅导幼儿在游戏中训练身体的柔软性与平衡感。
2. 藉由游戏在团体中学会与同伴互助合作的精神。
3. 教导幼儿能遵守游戏中的规则与秩序。
4. 训练幼儿在游戏中能达到双手并用、眼看四方的游戏方式。

## 教学活动设计

1. 将10个轮胎排成圆形，并预留一个适当空隙作为起点及出口，请所有的小朋友沿着出口处排成一直线，以所围成圆圈的右边为起点左边为终点(右去左回)的方向进行游戏。
2. 音乐放下后，第一次先让幼儿以走的方式走一遍，让小朋友感觉并熟悉一下轮胎的软硬度。第二次则将10个轮胎均分为两个小圆圈，同样要预留出口。请幼儿模仿小白兔跳跃动作，将双手放至耳朵两旁，以双脚合并跳跃方式依序跳至轮胎中，直到5个轮胎跳完为止。跳完的小朋友请排到队伍的尾端等候。游戏条件是：不可以踩到轮胎的外围，踩到外围的小朋友就算犯规了，须被判出场换下一位小朋友进行游戏，第二位小朋友需等上一个小朋友跳到第3个轮胎后才能出发。第三次请幼儿以单脚起跳的方式进行跳跃动作，先以右脚跳

跃，跳到第3个轮胎后换左脚跳跃，直到终点后再排回队伍，如还有时间可再加上一个循环，直至上课时间终止。

## 备注

单脚跳会让幼儿在体能上感到较疲惫，如果五个轮胎对小朋友比较吃力，可换成三个或四个，中途可休息三分钟让幼儿擦汗喝水。

## 活动三：布的游戏

适合年级：大班

活动时间：25分钟

## 教材准备

约课桌椅大小的布6条、椅子6张、录音带、录音机。

## 教学研究

1. 以律动的方式来引导幼儿参与运动、并活动全身大肌肉、达到肌肉均衡发展。
2. 由团体活动来让幼儿体认遵守游戏规则的重要性及了解互助合作的意义。
3. 由幼儿律动以游戏的方式来启发幼儿的想象空间、及激发脑部的发育。

## 教学重点

1. 指导幼儿听音乐的律动及动作、指令的适应性。
2. 辅导幼儿以游戏的方式来达到身体活动的目标。

3. 教导幼儿正确的了解游戏规则及如何在游戏中遵守秩序。
4. 训练幼儿在过程中须达到眼睛看、双手并用正确的游戏方式。

## 教学活动设计

1. 选出14位小朋友出列、先分成二排站好(一排各站七位)，将六块布摊开，每个小朋友各拉着布的二端，调整好所有小朋友的位置后，要拿布的小朋友都坐在地上、布的高度要刚好放在小朋友的肩膀上处后摊开拉着。
2. 将剩下的小朋友排成一直排后，在起点处蹲下，在对面放一张椅子，此时音乐预备，当哨子吹起时就将音乐放下，游戏即开始，让幼儿学毛毛虫在布底下爬行、此时拉布的幼儿须将布抖动，幼儿爬行至对面绕着椅子再爬回起点处，以拍掌方式换下一位幼儿进行游戏，直至最后一位小朋友做完为止。
3. 当游戏进行至一半时，即将14位小朋友做替换，教师须鼓励幼儿大声加油，将游戏中的气氛拉到最高点。

## 幼儿园体育主要活动计划篇五

### 一、幼儿体育情况分析：

本学期班级幼儿年龄基本在4~5岁之间，身体器官机能尚未发育成熟，而且根据上学期幼儿在体育游戏中平衡和跳跃上能力的不足，这一学期中班将加强幼儿平衡和跳跃上锻炼，同时结合走、跑、投掷、钻爬等多种方式全面的提高幼儿的身体素质和机能，特制定了一系列符合中班幼儿体质发展的体育游戏，为幼儿的全面发展打下良好的基础。

### 二、学期目标：

- 1、能在较热或较冷的户外环境中连续活动半小时左右。
- 2、具有一定的平衡能力，动作协调、灵敏。
- 3、具有一定的力量和耐力。

### 三、具体实施：

#### (一)九月份

- 1、练习四散追逐跑、躲闪跑得动作。
- 2、学会协调地两人夹球走。
- 3、练习由20~25厘米的高处往下跳，能轻轻落地，保持平衡，发展跳跃能力。

#### 4、内容：

##### 《夹球一起走》

重难点：能坚持合作，体验游戏的快乐。

##### 《找家》

重难点：听信号练习在指定范围内四散走、跑、跳的动作。

##### 《好玩的易拉罐》

重难点：能利用易拉罐玩出3~5种花样，发展跑、跳、投掷等动作，提高手脚的协调性。

##### 《小球拍拍》

重难点：练习连续单手排球不低于3个。

## (二)十月份：

- 1、能持物走高30厘米，宽20厘米的平衡木。
- 2、能肩上负重进行走、跑、跳、爬等动作。
- 3、能听信号四散追逐跑并进行闪躲，提高快跑，躲闪的技能。
- 4、内容：

### 《取宝》

重难点：练习曲线跑，提高动作的灵敏性和协调性。

### 《看谁投的远》

重难点：喜欢参加投掷活动，尝试控制投掷物运动的方向。

### 《快乐的小树叶》

重难点：练习在一定范围内四散跑，锻炼身体动作的敏捷性。

## (三)十一月份：

- 1、能手脚协调、平稳地推小车走路，发展平衡及协调的动作能力。
- 2、能听信号向指定方向爬、合作搬运物品等，提高手脚协调能力，锻炼平衡感。
- 3、能根据指令做走、跑等动作，并具有一定的力量和耐力。
- 4、内容：

### 《运水果》

重难点：能手脚协调、平稳地推小车走路，发展平衡及协调的动作能力。

### 《灭害虫》

重难点：练习向指定方向挥臂投掷，发展上肢力量。

### 《独轮车》

重难点：练习推车走或跑，具有一定的力量和耐力。

(四)十二月份：

- 1、能三人合作进行游戏，练习快速跑，提高反应能力。
- 2、练习双手抓杠悬空吊起，增强手臂的力量。
- 3、练习闭眼向前走和原地自转的动作，提高运动平衡能力。
- 4、内容：

### 《迷迷转》

重难点：会听信号做蹲、蜷缩、自转和站立不动的动作，提高迅速反应和平衡的能力。

### 《小猴荡秋千》

重难点：练习双手抓杠悬空吊起，增强手臂的力量。

### 《不怕黑的猫头鹰》

重难点：练习闭眼向前走和原地自转的动作，提高运动平衡能力。

(五)一月份:

- 1、能熟练的进行单脚连续跳，进一步提高平衡能力。
- 2、练习双脚原地向上纵跳，锻炼跳跃能力。
- 3、练习听信号变换速度跑，增强对寒冷的适应能力。

4、内容:

《鸡蛋壳，鸭蛋壳》

重难点：能熟练的进行单脚连续跳，进一步提高平衡能力。

《蛇脱皮》

重难点：锻炼灵活转圈动作，发展身体的协调性和灵活性。

《小雪花》

重难点：练习听信号变换速度跑，增强对寒冷的适应能力。