

中班秋天教案 中班体育活动教案中班体育活动教案袋鼠跳(实用9篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来看看吧。

中班秋天教案篇一

活动目标：

- 1、利用现有资源开展户外体育活动，培养幼儿参与体育活动的兴趣。
- 2、锻炼幼儿的”钻“的能力为重点，包括蜷身正面的钻和侧身钻。

活动准备：

重点难点：

训练幼儿”钻“的能力

活动过程：

一、热身运动

2、听音乐热身。老师：”赶快坐上我们的.大巴一起去小蜜蜂家吧！“

二、走迷宫

2、”我们快一点想办法走出迷宫，小蜜蜂等不到我们一定会很着急！”哦！我来看看怎么走这个迷宫。“老师讲清走迷宫规则：线条为走，圆圈为跳。带领幼儿分两组走出迷宫。

三、闯关拯救小蜜蜂

1、教师讲清闯关规则

老师：”咦，这里还有一个路标，路标上写着：要想到达小蜜蜂家必须按如下方法通过此关卡……“老师讲如何通关，重点讲钻的动作要领。

2、请一名幼儿示范闯关方法

电话响了，老师接电话后着急的说：”不好了！小蜜蜂家着火了，你们在这里等等我，我去救她们“老师请一名幼儿示范拯救小蜜蜂，同时讲过关要求。

3、幼儿分两组闯关

幼儿分两组闯关

四、糖果庆祝party

老师：”小蜜蜂们都被成功拯救回来了，你们高兴吗？”我们一起来开个糖果party庆祝一下吧！”老师数1、2、3你们就并脚跳起来就可以摘到绳子上美味的糖果了！”请两名老师帮忙牵绳子，根据幼儿高矮调整绳子高度。

五、随音乐活动结束，幼儿回教室品尝糖果

老师：”大家都有糖果了，小蜜蜂也被拯救了，真高兴，我们和小蜜蜂再见坐上大巴一起回家吧！”教师将幼儿带回教室品尝胜利果实，活动结束。

活动反思：

本次活动设计意图以锻炼幼儿的”钻“的能力为重点，包括蜷身正面的钻和侧身钻。以”拯救小蜜蜂“的游戏情境为主线，将幼儿参与活动的兴趣放在首要位置。活动中涉及到的用来锻炼幼儿”钻“的现有材料有幼儿用的课桌、铺区角用的垫子、易拉罐、轮胎、软绳等。希望通过本次活动来提高幼儿参与体育活动兴趣，提高幼儿”钻“的能力。

中班秋天教案篇二

1. 能利用纸箱的变化进行跳、走、爬、钻的动作练习。
2. 让幼儿在活动中体验积极、愉快的情绪。
3. 在游戏中培养孩子创造能力，发展幼儿的发散性思维。
4. 培养幼儿具有合作能力和团结友爱的品质。

已剪去上下遮盖的纸箱若干，可折叠。作为奖励用的小红花。

一、准备部分：开场舞——《魔术手指》

（念）：手儿搓搓，手指点点，眼睛眨眨，头儿摇摇，我的手指多灵巧，我的手指变变变。

（唱）：一个手指头变成毛毛虫，爬呀爬呀，爬一爬；两个手指头变成小白兔，跳呀跳呀，跳一跳；三个手指头，变变变，变成小花猫，喵喵喵；四个手指头，变变变，变成螃蟹走，走走走；五个手指头，变变变，变成大老虎，嗷嗷嗷；我用手指头变变变，我的手指头真好玩。

二、基本部分：纸箱游戏

地上放了很多纸箱，教师告诉小朋友今天要用纸箱来做游戏。

1. 自由玩纸箱。

(2) 引导幼儿动脑筋探索纸箱的玩法，鼓励幼儿合作游戏。

2. 集中练习。

(1) 有间距地摆放纸箱，幼儿鱼贯进行单脚和双脚的跳跃练习。

(2) 穿山洞：请小朋友将纸箱一个一个连起来，象一列火车，然后请幼儿一个一个从纸箱的一头爬向另一头。

(3) 两人套箱走：将纸箱套在两人的腰间侧身走。

(指导重点：引导幼儿根据自己的能力选择练习的难度，探索两人走的方法。)

3. 游戏：比比谁快。

玩法：幼儿分两组进行两人套箱走的比赛，给予优胜组的幼儿贴小红花的奖励。

三、结束部分

1. 引导幼儿学习收拾游戏教具，教幼儿把纸箱折叠起来堆放。

2. 游戏：会变的机器人。

幼儿一边说“变、变、变，猜猜我变成了什么？”一边用身体摆出物体的造型来。

活动建议：

1. 纸箱应该由低到高，让幼儿分别跳跃，逐步进步。
2. 提醒幼儿在摆放纸箱时要拉开距离，以免跌倒。
3. 待幼儿玩熟练纸箱后，可以适当提供辅助材料，激发幼儿想象进行综合性游戏。

中班秋天教案篇三

- 1、学习推小车运输，发展身体的灵活性和平衡能力。
- 2、学习建筑工人不怕困难、勇敢的.精神。

学习推小车运输，发展身体的灵活性和平衡能力。

- 1、大灰狼头饰一个；小推车2辆；积木若干。

- 2、场地布置。

活动身体幼儿跟着教师转转头，弯弯腰，伸伸手臂踢踢腿。

- 1、师出示小推车并指导幼儿学习。

提问：这是什么？

请幼儿尝试推车，指导幼儿推车时身体弯腰前倾，两手握紧手把，平稳向前推行。

- 2、进行推车练习。

分组练习推装有积木的小推车，请幼儿说说自己尝试后的感受。

- 3、小结。

要使小推车不倒，就要保持平稳。

但是少了很多的砖块，需要我们帮助，有了小推车，我们可以把砖块运到小猪家了。

1、解游戏要求。

游戏开始，幼儿迅速将一块砖（积木）放入小推车内，走过弯曲的山路，路上可能会出现大灰狼，看到大灰狼出现，原地不动，否则就被大灰狼吃掉，大灰狼离开则继续前进，过了山路到小猪家，把砖块放在小猪家后原路返回，接着第二位幼儿运砖。

2、儿分组游戏一次（请一位幼儿当大灰狼），教师对游戏情况进行评价。

3、儿分组游戏进行比赛，看看哪一组运的砖又快又多。

今天小朋友的表现很不错，很勇敢，你们帮了小猪这么大的忙。

中班秋天教案篇四

要求练习四散走。

老鼠模型若干、球若干。

一、导入教师读儿歌，引起幼儿的兴趣。

师：“老鼠过街人人追，爷爷追不着，摔伤他的腿！我运大球追，追上砸死你。”2、教师向幼儿介绍游戏的玩法：

（1）请一部分幼儿扮演老鼠，每人将老鼠模型的橡皮筋的一头系在腰间让“老鼠”拖在身后地面。在场地上四散地、形象

地走着。

(2) 部分幼儿人手一个球在场地上边四散走边运球边念儿歌，随意地使球压着老鼠。压着一只得一分哦。

(3) 教师说：“老鼠死光了”游戏暂停，幼儿向老师报分（绿色圃中调换角色后游戏继续开始。

3、教师提醒幼儿游戏规则：

(1) “老鼠”只能走，不得跑，违者教师摸一下他的头，他就是“死老鼠”，应站着不动。

(2) 要使“老鼠”在地面拖，不得吊离地面。

4、幼儿游戏教师进行指导。

(1) 幼儿在场外念儿歌一两遍后才运球，入场压老鼠。

(2) 在游戏中当老师说：“老鼠来了，”时幼儿用右手运球，当老师说：“白老鼠了！”时用左手运球。

5、教师进行游戏。

中班秋天教案篇五

1、尝试多种方式的接力棒游戏。

2、体验迅速行动与耐力等待的关系。

1、人手一根纸棒。

2、鼓、障碍物。

1、教师示范“抓小棒”：开始时，左右手交替，快速抓放小棒

（小棒竖直状态）。渐渐地放慢速度，让幼儿看清楚左右手交替抓放的动作。

2、幼儿自己玩“抓小棒”。

3、幼儿一边有节奏地念儿歌，一边做小棒操：小棒小棒，胸前玩玩，一二一二；小棒小棒，下面玩玩，一二一二；小棒小棒，左边玩玩，一二一二；小棒小棒，右边玩玩，一二一二。

1、前后传小棒：幼儿分成4-6组，每组幼儿一个接一个（间距一手长）站立。听教师的信号（击鼓），从队首开始，一个接一个前后快速传接小棒。

2、左右传小棒：幼儿站成横队，从队首开始一个接一个快速传接小棒。

3、向下传小棒：从队首开始，幼儿两脚分开，向下弯腰，一个接一个快速地在两腿间传接小棒。

1、幼儿分成人数相等的红黄蓝绿队四队，队首幼儿分别拿着红黄蓝绿队小棒。

2、听到击鼓声，队首幼儿立即跑出，先绕着障碍物跑动，接着跳过“小河”，到达终点处返回；再跳过小河，绕着障碍物跑动，到起点处将小棒传给第二个人，然后排到队尾。第二个人接过小棒开始出发。以全队先完成接力且落棒次数少者数为胜。

中班秋天教案篇六

教学目标：

1. 通过迷你绳游戏，提高幼儿肢体协调； 2. 通过游戏发展幼

儿肌力、平衡及敏捷等能力，并在游戏中体验运动的乐趣。

活动准备：迷你绳、音响。

活动过程：热身操幼儿在音乐伴奏与教师示范带领下，一起做《爸爸去哪儿》律动操。

主题游戏：沉睡的小蛇故事引导：今天老师带小朋友到丛林寻宝，路上发现有好多睡觉的小蛇，为了不吵醒它们，所以我们要悄悄跳过它。

游戏方式：1. 小朋友以双脚跳跃的方式越过地面上的“小蛇”，行进至终点后到队伍后面排队；2. 在游戏过程中也可换做单腿跳跃行进。

注意事项：1. 跳跃时，双脚与地面接触时不可以发出响声，否则会惊醒睡着的小蛇，所以跳起后需用脚尖落地；2. 当幼儿熟悉游戏行进路线后，可允许幼儿不间断一个个出发，以提高幼儿运动量。

变化游戏：大展拳脚故事引导：丛林里有好多宝物，在运走之前我们要活动下筋骨，来大展拳脚吧。

游戏方式：1. 给每位小朋友一条迷你绳，以个人为单位进行游戏；2. 利用迷你绳可做柔韧、拉伸、平衡、旋转等活动。

注意事项：1. 当迷你绳发给幼儿后，提醒幼儿不得甩动迷你绳；2. 游戏进行中，注意安全提示，加大每个小朋友之间的距离，避免相互碰撞；3. 教师引导迷你绳的正确使用方法。

升华游戏：智取宝藏

故事引导：绕了一圈才发现，原来宝藏就是“百变小绳”，看谁拿到的宝藏多。

游戏方式:1. 每位小朋友将迷你绳装在裤腰位置，形似小猴子的尾巴；2. 当听到教师口令“开始”时，每位小朋友去抢夺其他小朋友的小尾巴，同时保护自己的小尾巴不被抢走。

注意事项:1. 追逐过程中注意安全提示，避免小朋友间的碰撞；2. 抢到尾巴的小朋友，要将尾巴装在自己的裤腰中；3. 游戏过程中不可以甩动迷你绳。

教师参与：升华游戏中，教师参与其中，调动幼儿进行游戏的积极性。

放松运动：将迷你绳变成小小按摩器，为四肢做放松按摩。

中班秋天教案篇七

1. 尝试用身体的不同部位搭大小不同的“洞”，发展身体的柔韧性。

2. 想方设法用合适的方式钻爬形状各异、大小不同的“洞”，提高肌肉的耐力和身体的协调性。

锻炼幼儿匍匐前进。

1. 报纸一张、球一个。

2. 歌曲《向前冲》和放松音乐《世界》

3. 幼儿会玩游戏“城门城门几丈高”，会念儿歌。

1. 师幼一起以运动员的角色，随音乐边拍手边走进活动场地。

2. 幼儿四散站立，师生共同进行热身活动。

1. 刚才我们的身体做了好多的动作来锻炼身体，

动作展示：老师用胳膊和肩膀搭出了一个什么？(洞) 那小朋友现在也用你身体的各个部位来搭洞，看看我的报纸和小球能不能钻过去。

小结：师幼一起展示各种各样的洞，老师用球和报纸钻洞。

2. 身体钻洞

幼：小朋友的身体

师：现在谁来搭一个洞让小朋友的身体钻过去？

分组进行：男孩搭洞女孩钻。

小结：刚才小朋友合作的时候发生了什么事情？

幼：洞太小了，他把我钻倒了。

师：谁来想个办法，能钻过去，但不碰到小朋友的身体。

幼：把身体变细一点变长一点。

师：好，我们一起来做做把身体变细的样子。

(幼儿有的双臂合拢向上伸直，有的双臂放在身体两侧，吸气收紧身体，有的趴在地上作匍匐动作，等等。)

分组活动：女孩打洞男孩钻洞。

3. 师幼合作

老师用身体打出不同的洞让幼儿钻。

(1) 第一次钻时，城门与幼儿的头顶等高，幼儿低头便可钻过。

(2)第二次钻时，城门与幼儿肩膀等高，幼儿需弯腰钻过。

(3)第三次钻时，城门的高度与幼儿的腰部等高，幼儿需爬行才可钻过。

放松身体：随轻音乐《世界》做深呼吸调整气息，坐下捶腿和手臂，同伴间互相捶背。

活动反思：本次活动基本达到教学目标，活动既源于幼儿的生活经验，又有助于拓展幼儿的经验和视野。活动主要体现了以下三个特点。一是平等、和谐的气氛；二是层层递进的环节；三是师幼、幼幼有效地探索和互动。课堂气氛很好，幼儿情绪饱满，活动积极，对活动的兴趣非常浓厚。

本次活动设计失误的地方是：整节课只是让幼儿自己搭洞，而没有做到两人，三人或更多人合作搭洞。没有充分体现幼儿的合作意识。活动课的难点是匍匐前进，应该多进行几次，才能体现出难点，所以第二个环节稍有点容易，没有达到难点的目标。在此活动中，我深刻的感悟到：要想上好一节体育课，首先要让幼儿有一定的体育规则意识，要做到收放自如，而且每一个环节都要紧扣。

中班秋天教案篇八

1. 积极主动参加体育活动，体验集体游戏的快乐。
2. 学习侧面钻的方法，初步掌握侧面钻的动作要领。
3. 逐步养成不怕困难的良好品质。

活动重点：学习侧面钻的动作要领。

活动难点：在侧面钻时能及时弯腰低头、移动重心，灵活的侧面钻。

幼儿已掌握正面钻的基本动作技能。

一、准备部分

（一）热身活动

1. 教师创设军事情节，带领幼儿进行跑圈。
2. 教师带领幼儿跟随音乐进行热身活动——士兵操，活动身体的关节部位，重点对腰部与下肢的膝关进行活动。

二、基本部分

（一）引导幼儿探索侧身钻的动作，提高身体的协调性和灵活性

1. 幼儿分成三组，自己探索钻过“山洞”的方法。
2. 幼儿交流分享经验。
3. 教师小结：总结幼儿钻过“山洞”的方法，请个别幼儿进行侧面钻的动作示范。

（二）示范讲解动作要领

1. 讲解并示范侧面钻的动作要领。

儿歌：转过小身体 迈出一条腿 弯腰低头蹲下去 收回一条腿

2. 幼儿分两组尝试练习，鼓励幼儿用侧面钻的方式钻过“山洞”。

教师：引导幼儿钻“山洞”时，注意身体的重心，保证幼儿在游戏中的安全。

3. 幼儿经验交流分享。

（三）我是小士兵

1. 提出困难，引导幼儿探索钻“长山洞”的方法。

2. 请1—2名幼儿做示范。

3. 幼儿分成四组，听到哨声后，每组第一名幼儿出发钻“山洞”钻过第一个山洞后第二名幼儿即可出发。

4. 各小组成员全部安全通过后，训练完成。

（四）勇夺小红旗

1. 将幼儿分成二组，将终点处放置小红旗。

2. 听到口令后，第一名幼儿出发跳过障碍物，爬过地垫后，第二名幼儿即可出发，在终点处取一面小红旗插在队伍前面，所有红旗取完，游戏结束，哪组取得的红旗最多哪组胜利。

提示：

（1）材料摆放和钻的过程中的安全。

（2）每位幼儿每次只能取一面红旗。3. 分享成功的喜悦。

三、结束部分

（一）教师引导幼儿跟随音乐相互进行放松

（二）教师带领幼儿进行小结，回忆侧面钻的动作要领，活动自然结束。

本次活动通过布置了军事主题的情境，以游戏贯穿整个活动。

在活动中创设宽松、愉快的教学氛围，激发幼儿与他人及环境的积极交流与探索。《纲要》中指出：幼儿是积极的活动者和主动学习者，直接经验感知、操作和游戏活动是幼儿学习的主要方式。因此，在本次活动中，我通过情境教学法、示范讲解法、游戏教法贯穿于整个活动，整个活动中我以幼儿为主体，遵循由浅入深的教学原则，幼儿在游戏中掌握活动的重难点，本次活动采用的学法有和多通道参与学法、展示法、游戏练习法等完成本次活动。在今后提供材料方面，根据幼儿的经验和发展，可适当将难度提升，提高幼儿的挑战性。

中班秋天教案篇九

名称：夹物跳目标：

- 1、尝试把物品夹在下肢不同位置练习行进跳，体验下肢不同力量的运用。
- 2、体会游戏的快乐。
- 3、培养良好的卫生习惯。
- 4、学习控制自己的情绪，难过或疼痛时不哭。

材料：饮料瓶、纸板、布球若干。

场地：场地布置：在长方形空地的四个角分别布置商店、小猪的家、小兔的家和小袋鼠的家过程：（一）导入以游戏《石头、剪刀、布》为活动做准备。

（二）基本部分

- 1、教师扮演袋鼠妈妈：“孩子们，天气这么热，我们买些饮料回家好不好？”启发幼儿用下肢夹住饮料瓶行进跳。用角色

口吻提醒幼儿夹稳。

2、教师带幼儿跳到小猪的家，“天这么热，小猪一定也渴了，我们送些饮料给它吧”一些幼儿放下饮料瓶，夹上小猪送的水果（布球）继续行进跳。

3、经过小兔的家，一些幼儿又放下饮料瓶，夹上小兔送的饼干（硬纸板）继续行进跳，最后回到自己的家，品尝美味。

4、小结：表扬小袋鼠爱护朋友，并对幼儿把物品夹在不同的位置的做法给予肯定。

目标：能自由选择材料创造性的玩，与同伴和睦相处。

材料：增加高跷、绳辫、皮球过程：

1、鼓励幼儿自由选择材料与同伴，用不同的方法玩，有愿意继续练习夹物跳的幼儿提出设置障碍的新要求。

2、重点指导玩高跷的幼儿掌握平衡，手眼协调。

3、教师注重在幼儿活动过程中的指导，及时发现幼儿的新玩法并给予肯定。

1、和老师一起边念儿歌边做放松动作：“大面团，小面团。揉呀揉呀揉面团，揉呀揉，搓呀搓，捏呀捏，捶呀捶，甩甩手，甩甩脚，变成一个面娃娃，我们大家笑哈哈！”

2、鼓励幼儿和老师一起整理材料后回班。