

# 幼儿园体育活动课 幼儿园体育活动方案(通用8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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 幼儿园体育活动课篇一

1、本组游戏让幼儿练习动作的控制能力、跳跃能力以及合作能力。通过亲子跳跃游戏，发展幼儿肢体协调性。

2、本组游戏一个或几个家庭都合适。

游戏一：袋鼠和狗熊编者：严彩芝游戏功能：

1、训练孩子动作的控制能力。

2、培养亲子情感，营造和谐的家庭气氛。

袋鼠、狗熊头饰。

1、孩子扮演小袋鼠站在前面，妈妈扮演袋鼠妈妈站在后面。

2、家长双手搭在孩子的肩上，然后两人节奏一致地向前跳跃。

3、演大狗熊的爸爸从另一处走出，袋鼠妈妈和小袋鼠赶紧站住不动。

4、大狗熊绕着他们转一圈，并做一些怪相。

5、袋鼠妈妈和小袋鼠不许笑也不许动，直到大狗熊走后才可以继续向前跳。

游戏二：袋鼠赛跑编者：严彩芝游戏功能：

发展协调性和合作配合的能力。

1、父子面相对，孩子的双脚踩在父亲的双脚背上，双手相拉，组成“企鹅”。

2、妈妈发令后，从起点出发，孩子的双脚始终不得离开父亲的脚背，全程父亲要跳跃移3、途中需绕过三个障碍物，看爸爸和宝宝是否可以完成。

游戏三：袋鼠妈妈编者：严彩芝游戏功能：锻炼幼儿手部力量和合作配合的能力。

游戏材料：袋鼠头饰游戏过程：

1、让袋鼠宝宝双手从前面抱紧袋鼠妈妈的脖子，双腿夹紧妈妈的腰。

2、宝宝像小袋鼠一样紧紧的挂在妈妈胸前。

3、妈妈抱着宝宝，双脚向前跳跃，跳至对面爸爸处，再换成爸爸做袋鼠爸爸，和宝宝跳回来。

## 幼儿园体育活动课篇二

本班幼儿玩过体育活动“我们的身体本领大”后，我立即抽取了19名幼儿对他们的“脉搏跳动”、“呼吸”、“出汗”情况进行了测试并进行了综合分析。通过对9名幼儿的测试情况的分析，可以看出大部分幼儿的“脉搏跳动”和“呼吸”情况属于正常范围。但有14名幼儿的出汗量偏大了些。

针对以上测试情况,我将“我们的身体本领大”这个游戏的过  
程作了以下调整:

名称:

我们的身体本领大。

目标:

- 1、练习由高向下跳的技能。
- 2、培养勇敢、大胆的意志品质。
- 3、教会幼儿在游戏过程中根据自身的需求调节运动量。

准备:

与幼儿人数相等的小椅子若干、沙地

过程:

幼儿随着音乐做游泳热身操:上肢运动、踢腿运动、体侧运动、  
跳跃运动、全身运动等。

1、师:“运动员跳水时的动作是怎样的?我们在练习跳水时应  
应该注意些什么?”幼儿交流从高处跳下的方法并互相学习。

2、师生共同探讨由高向下跳的动作技能:“在游泳池里我们  
可以怎样进行跳水?”“我们的’身体还可以做哪些动作?”

3、幼儿游戏教师巡回观察,对胆小有困难的孩子进行个别指  
导。(提醒感觉热的小朋友适当地脱掉一些衣服,累的小朋友  
休息一下)

1、放松运动:幼儿跟着音乐做自由放松动作。

2、幼儿唱着“我是小小运动员”的歌曲进教室。

## 幼儿园体育活动课篇三

创新多种玩毽子方法，发展幼儿的创造力和动作的协调能力。

毽子、乒乓球板，羽毛球拍等。

1、走：幼儿将毽子放在头顶上，向前走。幼儿将两只毽子分别放在双脚脚背上，向前走。幼儿将若干毽子同时放在肩、肘、手背等部位，向前走。

2、踢：幼儿将毽子放在脚背上，用力向前踢。幼儿将毽子放在脚背上，用力向上踢，双手接住。幼儿用一脚内侧连续向上踢毽子。幼儿将毽子踢入一定距离的目标中。

3、拍：将毽子放在乒乓球拍或羽毛球拍上，用球拍连续向上击毽子。

4、抛接：将毽子放在掌心，向上抛起，并用手背、肘等部位接住。

5、投：将毽子投入有一定高度的目标中。

6、合作游戏：两人结伴，一幼儿踢毽子，另一幼儿双手接。两人(或多人)结伴，互相对踢毽子。

## 幼儿园体育活动课篇四

把塑料积木固定在桌子四周，可以作为花园的围墙，又可以作为花坛。

把吸管剪成分叉的树枝状，插在橡皮泥或其他可以固定的物体上。再准备一些小房子、桌椅、汽车、小动物等情景玩具，

供孩子摆弄。

孩子们运用团、捏等方法制作彩泥花，插在用吸管做成的树枝上，然后在“花园”里摆弄“树”和上述情景玩具，并说出自己的想法。

托班孩子喜欢彩泥，但常常会把彩泥搞得满桌、满手、满地都是。经过观察，我发现原因在于孩子们的小肌肉动作发展较差，不能很好地控制这类易于造型的材料。孩子们要么整块使用大泥团，要么在分泥过程中把彩泥撒落在地上，而过小的泥块孩子又不易拿捏。因此提供汤圆大小的彩泥较为适合，不仅易于孩子们团、捏、搓，还容易造型，只要一团一插就可以做成小花。

1. 为了引发孩子们的兴趣，游戏前可先在“花园”里投放小房子、家具等情景性材料，关注活动时孩子如何选择材料和表达，并及时引导。
2. “吸管树”的枝叶可以修剪出不同层次，这样不仅便于孩子们插花，而且能让孩子们感受层次美。
3. 观察孩子们运用彩泥造型的动作。

## 幼儿园体育活动课篇五

分管领导：

成员：

三、活动主题：

“我阳光 我运动 我健康 我快乐”

## 人人参与 天天运动

### 园内大操场

2、加强领导，保证时间，形成制度。

3、全员参与，注重评价，强化激励

1、幼儿园统一为幼儿增设丰富的户外体育器械。

2、倡议教师与家长共同为孩子自制丰富的户外体育器械。

2、安排和组织好课间操的体育活动内容

第一部分：幼儿广播体操（时间3分钟）；

第二部分：分班开展轻器械操活动（时间5分钟）；

第三部分：韵律操活动（时间10分钟）。

1、3月份为孩子发放健康手册“儿童运动健康家庭教育知识手册”；

2、4月份幼儿园召开家园“我运动、我健康、我快乐”小小运动会；

3、5月份各班组织幼儿户外自制器械的小型比赛；

### 幼儿园体育活动课篇六

1、在游戏中掌握生活小常识：海绵能够吸水

## 2、感知初步的积累和对比

足够的海绵块，

6个小水桶、6个脸盆，6把尺子

### 认识海绵

- 1、小朋友们知不知道海绵宝宝，看看，你们手里可都有一个哟！
- 2、捏一捏海绵你有什么感觉？（很柔软）
- 3、把海绵放进水里，再拿出来你发现了什么？（会吸水）
- 4、挤一挤，你又发现了什么？（水被挤出来了）

### 吸水接力赛

分成苹果、香蕉、葡萄、草莓、橘子、西瓜6个小组，贴上图片。

游戏开始，幼儿开始用海绵运水。

游戏结束，和幼儿一起用尺子测量哪个小组运的水多。

## 幼儿园体育活动课篇七

1. 练习双腿夹物跳的动作，发展腿部力量。
2. 激发对体育活动的兴趣，充分体验游戏的'快乐。

重点：练习双腿夹物跳的动作

难点：双腿夹物跳

塑料圈19个兔子头饰19个球21个帐篷、篮子、过山洞帐篷、花、帽子（小山）

音乐：《兔子舞》《小小兔子》

1. 热身活动：兔子舞（师戴头饰与幼儿一起跳舞）

2. 师：这儿真美呀！我们在这安家吧！（拿圈放在地上当家）我们还有很多粮食没搬呢，兔妈妈教给你们一项新本领（夹物跳）。待会你们一起来帮我搬。（仓库道具使用帐篷）。

3. 教师示范：走到场地一侧（篮子），取球，用双腿夹住，竖起耳朵，双腿一起跳，跳到仓库（帐篷）处放下。请个别幼儿示范，强调动作要领（在搬时要用夹物跳的方法），请兔宝宝帮妈妈一起搬吧！

4. 游戏活动：小兔搬家

前奏：带幼儿一起唱歌、舞蹈做游戏。《小小兔子》大灰狼发出叫声，使幼儿躲在家中（圈）

师：这里已经不安全了，我们搬家吧！

讨论：怎样才能把这些东西搬走呢？引出夹物跳

一环节：师指方向，经过小山丘（帽子）来到仓库（过山洞帐篷）

注意：先安家再搬粮食（再一次练习夹物跳）

二环节：出去采蘑菇时听到有大灰狼的叫声，再次搬家。

师：这里也不安全了，我们还是找个新家吧！手指方向，经

过花园（红花）到达安全地点。从帐篷搬到大篮子。（再次练习夹物跳）

## 5. 整理活动

哈哈！终于搬完了，这里很安全，大灰狼再也不会欺负我们了！耶！表现出高兴！真累呀！我们放松一下吧！（敲敲腿、揉揉肩……）天快黑了，孩子们先休息，兔妈妈给你们做饭吃！（幼儿边做动作边休息）

# 幼儿园体育活动课篇八

《纲要》指出培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的终极目标，同时倡导用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高对体育活动的兴趣。因此设计了本次活动，尝试用多种方法玩球，通过幼儿自由探索球，尝试用拍、滚、抛、踢合作等进行探索。进一步提高幼儿身体的灵活性、协调性能力，激发幼儿对玩球的兴趣。

- 1、培养运球·拍球·传球·接球的能力。
- 2、懂得利用各种工具，探索皮球的玩法。
- 3、产生玩球的愿望和兴趣。

跳绳、皮球、瓶子、棍子、呼啦圈、布等。

## 一、开始部分

- 1、组织幼儿在操场上集中，进行队列队形的变换。

要求：幼儿听口令，有节奏的进行，挺胸抬头摆起臂，眼看前方队列整齐，左右转弯为直角。

## 二、基本部分

### 1、准备活动：

简单的热身运动，有针对性的对玩球时会受伤的地方进行训练。

如：膝关节、腕关节、踝关节。

### 2、身体活动：球操

要求：做操时动作到位、用力。

### 3、花样玩球

宝贝们，今天老师带来了许多器材，有呼啦圈，棍子·跳绳·瓶子·布等等，请宝贝们和你们的好朋友一起来试试，看看除了我们以前的玩法以外，还有没有其他的玩法。老师观察幼儿的活动，肯定幼儿的想法，鼓励幼儿想出更多不同的玩法。老师在旁训练指导，仔细观察，示范其他的玩法，引导幼儿重点练习控球·行进拍球·传接球的能力。

## 三、传球游戏

把幼儿分成六纵路，第一排的小朋友手拿着皮球在头顶上，老师喊预备开始后，就从头顶上传给下一位小朋友，直到最后一名小朋友接到球后，迅速的跑到第一个小朋友的前面把手举高，速度最快的小朋友将会得到一朵大红花。

## 四、结束

鼓励幼儿大胆发表自己今天的感想，学会了什么，心情怎么样，互相交流。

课余时间适当的增加这个游戏，锻炼幼儿的手眼协调能力。

体育《皮球，我会玩》这节活动目标基本完成，环节层层递进，利用幼儿玩球的已有经验，尝试用多种方法玩皮球，在开放的氛围中孩子们用拍球、抛球、踢球、两人滚接球和合作抱球走等多种方法进行玩球，激发了幼儿玩球的兴趣。

- 1、 热身活动导入，幼儿兴趣高，但是活动时间太长。
- 2、 教师的提问要更具体和有针对性一些。