

# 幼儿园体育活动垫子 幼儿体育活动教案(精选9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 幼儿园体育活动垫子篇一

1. 能在语言的提示下快速躲闪跑。
2. 在教师的带领下学做模仿操，能协调地做动作。
3. 学习合作搬运物体造房子。

大型积木（可拼插、围合成房子）。

猪小弟呀猪小弟，清早起来做游戏。（做起床模仿动作。）  
走一走呀走一走，走一走呀走一走。（踏步走。）蹲一蹲呀  
蹲一蹲，蹲一蹲呀蹲一蹲。（做向下蹲。）摇头摆尾吃饼干，  
摇头摆尾吃饼干。（一只手臂在身体前面弯曲做嘴巴，一只  
手在身体后面做尾巴，做下蹲动作的同时身体从左晃到右。）  
吃过饭后喜洋洋，挺着肚子来散步。（挺着肚子朝前走。）  
跑一跑呀跑一跑，跑一跑呀跑一跑。（做跑的动作。）跳一  
跳呀跳一跳，跳一跳呀跳一跳。（做拍手的动作。）2. 共同  
建房子。

“春天来了，我可爱的猪宝宝们都长大了，妈妈想为你们建一座更大更漂亮的房子，你们愿意和妈妈一起建房子吗？”

教师引导幼儿合作搬运积木，运用拼插、围合等方式建造一座房子。

一位教师扮大灰狼：小猪小猪，我要吃掉你们。“其他教师和幼儿一起回答：“我们不怕你，我们有房子。”大家一起躲到房子里。

“大灰狼”边撞房子边说：“我用力吹，我用力推，我用力踢。”房子坏了，“大灰狼”追赶“小猪”，教师带幼儿四散躲闪跑。

□

小猪们，我们一起洗澡啦！一二三四，擦肥皂（小手放在胸前做画圈状）；二二三四，搓一搓（双手对搓）；三二三四，挠一挠（小手分别在身体两侧做挠痒状）；四二三四，冲一冲（边转圈边扭一扭）。香香小猪洗好了！

## 幼儿园体育活动垫子篇二

1、尝试与同伴玩类似双胞胎的游戏，提高一起走、跑、等活动。

2、培养幼儿合作意识，体验大家一起齐心协力就能获得成功的快乐。

3、乐于参加体育活动，感受帮助有困难的人的快乐体验。

4、增强合作精神，提高竞争意识。

1、音乐（找朋友）

2、皮球若干

一、创设游戏情境，激发活动兴趣。

老师：“小朋友今天天气真好，我们一起听着音乐去找自己

的好朋友，找到好朋友以后，和好朋友手拉手一起唱歌《找朋友》（音乐：找朋友）。”

二、老师：“你们都找到自己的好朋友了吗？”

幼儿：“找到了。”

老师说：“你把好朋友介绍给老师好吗？”

老师：“小朋友看到老师的大皮球了吗，这个大皮球是把两个好朋友连在一起，变成双胞胎玩游戏的，谁想来试试？”

三、老师讲解游戏规则示范动作。

第一种玩法：两个好朋友面对面抱在一起，把大皮球放在两人中间，双胞胎之间要朝同样的方向运动、大家的速度要相同，而且老师的大皮球不是很结实，小朋友之间要像双胞胎一样紧紧抱在一起，皮球不能掉在地上，也不能把大皮球弄破。

第二种玩法：两个小朋友背靠背，胳膊互相挎在一起，把大皮球放在两人中间，双胞胎之间要朝同样的方向运动、大家的速度要相同，而且老师的大皮球不是很结实，小朋友之间要像双胞胎一样紧紧挎在一起，皮球不能掉在地上，也不能把大皮球弄破。

四、创新玩法。

1、探索各种不同的玩法：齐步走、横着走、跳、跑、爬等。

2、教师可听取幼儿讲述的不同玩法，并让幼儿进行示范，师生一起进行观察讨论。

五、课堂总结：小朋友做得很好，这就要求小朋友在游戏的过程中齐心协力、相互配合，在迈步时小朋友可以喊着口号，

这样就能做到同时迈步，同时停止。

索不能在相对安静的状态下进行，使部分幼儿的创新活动没有得到及时的指导，对活动的种类不能做到面面俱到，此类活动的引导与面向全体幼儿的探索，还需要教师的多加思考与实践。

## 幼儿园体育活动垫子篇三

1. 尝试练习走过平衡木并“s”型跑过障碍，初步掌握走平衡木和绕障碍跑的方法。
2. 能较平稳地走过平衡木并跑过“s”型障碍物，提高身体灵活性和协调性。
3. 培养团结协作意识，养成遵守规则的习惯。

物质准备□“s”型路线，较低的平衡木，小水桶若干

一、以“紫藤花小园丁”的情境引导幼儿做热身活动，激发幼儿活动兴趣。组织幼儿进行为紫藤花捉虫、打药、修剪枝杈等活动，伸展身体，做好热身。

二、设置“小园丁练本领”情境，初步帮助幼儿掌握走过平衡木和绕障碍跑的方法。

1. “走过小桥”：幼儿自由探索通过独木桥的方法。
2. “穿过树林”：幼儿自由探索绕障碍跑的方法。
4. 教师小结：通过独木桥时眼睛要注意桥面，注意力要集中，手臂展开以保持平衡；靠近障碍物跑动时身体应向内倾斜，跑动的弧度要小。

三、玩“我为紫藤浇浇水”游戏，引导幼儿进一步练习过平衡木和绕障碍跑。

1. 介绍游戏的玩法与规则。将幼儿分成人数相等的4组，听到口令后幼儿依次手提小水桶，走过独木桥□“s”型绕过障碍物。到达终点后，给紫藤浇浇水，从侧面迅速跑回起点，再将小水桶交给下一名幼儿，然后依次进行游戏。速度快的队伍获胜。游戏过程中不能从桥上掉落，不能碰到障碍物。

2. 幼儿分组玩游戏，教师观察指导。

重点指导幼儿怎样能快速绕过障碍物，并遵守游戏规则。

3. 引导幼儿分享、交流：为什么你们组能取得胜利？

4. 幼儿再次游戏，体验团队协作的重要性。

四、放松活动

“我是一棵紫藤花”。引导幼儿以自己是一朵紫藤花为情境，进行舒缓和放松。

体育活动的游戏情境创设是至关重要的。在活动中，以适当的游戏情境贯穿始终，将技能训练和孩子们熟悉的紫藤花联系在一起，既让幼儿得到体能锻炼，又加深了幼儿对紫藤花的关爱呵护之情。

## 幼儿园体育活动垫子篇四

1、学习走、跑、跳，发展动作的敏捷性和协调性。

2、通过花样玩法，培养发散性思维。

3、体验游戏的愉快和帮助他人的快乐心情。

1、稻草16把、草墩18个、草绳18条、草球20个、稻谷10袋（有大有小）。

2、麻雀头饰2个、老鼠头饰2个、望远镜1个。

### 1、开始部分

(1) 听音乐踏步入场。

(2) 做稻草操：上肢运动、下肢运动（两个幼儿拿稻草一起做）、屈伸运动、抬腿运动、腹背运动（两个幼儿拿稻草一起做）、两个幼儿一起做绕手运动。

### 2、基本部分

(1) 花样玩稻草制品。请小朋友想一想，稻草制品可以怎么玩，有多少种玩法？（可用单、双脚跳；跨跳、侧跳、走小路、扔草球、绕过草把）鼓励幼儿想出不同的玩法。

(2) 请玩得好的幼儿演示。

(3) 请幼儿说出自己想用来玩游戏的方法。

(4) 游戏：丰收乐。

**a**老师交代去郊游的要求：请小朋友跨跳过泥地踩在草墩上。走过小路去看看农民伯伯的田野丰收了没有。幼儿听音乐一个跟一个做跨跳和走的'动作（如图一），要求幼儿从一个草墩跨跳到另一个草墩上，走小路（草绳）时不能出界，若出界要重新走。

**b**增添要求，提高幼儿跳的兴趣。师：这一块稻田丰收了，我们到其他的稻田看看。幼儿听音乐一个跟一个双脚跳过小沟（草绳），再跳到草墩上。要求幼儿双脚跳时不能踩到草绳，

双脚跳到草墩上不能掉下来。（如图二）

c提高幼儿奔跑的速度。师：小朋友听有什么声音？（请幼儿用望远镜观望）不好了，是麻雀和老鼠在偷吃粮食。那怎么办好呢？（请幼儿自由说出对付麻雀和老鼠的办法）幼儿听音乐跳过草墩和草绳，拿起草球扔麻雀，拿起草绳找老鼠，找到老鼠后追打。（如图三）

d小朋友送稻草和稻谷回家。师：小朋友真能干，帮助农民伯伯赶走了麻雀和老鼠。现在我们帮农民伯伯把稻谷和稻草送回家。小朋友抬着稻谷或挑着稻草走过小路、跨过草墩（草墩的高度增加至三个），高高兴兴回家。

### 3、放松活动

（1）把挑回来的稻草堆成一间草房子，里面放稻谷。

（2）听音乐做放松动作《按摩操》。

## 幼儿园体育活动垫子篇五

1、能遵守规则，按要求进行游戏。

2、在奔跑中能控制与同伴之间的距离。

羊、牛、马等小动物玩具、场地。

一、准备活动。教师：小朋友们，这节课我们上体育课，名字叫做勇敢的小老虎，现在我们先来活动活动，做个“快乐小虎操吧”。

上肢运动：双臂轮番上举和侧举、收回；

下肢运动：两腿轮番屈膝向前向旁抬起；

腰部运动：俯身及转身；

脚踝运动：腿抬起抖动脚腕；

跳跃运动：模仿老虎的样子向上跳跃。

## 一、基本活动。

### 1、教师引入故事情节，激发幼儿活动兴趣。

教师：今天天气真好，是个打猎的好时节，小老虎肚子饿了，想出去找些东西吃！

### 2、学习跑的动作。

教师：小老虎捕食的时候是什么样子的呢？

(幼儿回答后，教师请幼儿用动作模仿)

教师：这只小老虎是怎么样捕食的呢？

：快速跑出去，然后用爪捉住。注意，跑的时候双腿用力蹬地，双臂摆动起来。

### 3、幼儿分散练习跑，教师加以指导。

要求：向指定方向进行跑的练习，注意不要和别人碰撞。

### 4、游戏“勇敢的小老虎”，幼儿练习向指定的方向跑。

介绍玩法：老师扮演虎妈妈，你们扮演小老虎，虎妈妈带着小老虎一起去捕食。然后虎妈妈会说：“看，前面有一群羊，我们去捉他们！”找到老师放好了羊的地方，然后你们就要朝着“羊群”跑并捉一只回来。放进筐子里。接着虎妈妈又说前面有“牛、马等”，你们分别朝着不同方向跑，然后捉一只

回来放到筐子里。

(其间保育员要不断地收集幼儿捉到的猎物，将它们再次投放到四个区域)

5、活动结束。

教师：好了，这个游戏就玩到这吧。我们一起来做做放松运动。然后整齐的排好队跟着老师回教室。

## 幼儿园体育活动垫子篇六

根据上学期本班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。

- 1、主动参加体育活动，培养不怕困难，大胆尝试各种活动的意志品质。
- 2、能用动作模仿一些动物的`形态特征，感知动作节律的变化。
- 3、乐于尝试新的内容与玩法，积累器械活动的经验，
- 4、学习听口令进行方位变化、速度变化等不同的动作并作出反应。
- 5、能与同伴共同合作完成体育活动，在体育活动中形成良好的行为习惯。

### (一) 三月份

- 1、情绪愉快，并能感受体育游戏所带来的快乐。

2、对体育活动感兴趣，能遵守基本的活动规则。

3、运用多种形式，发展幼儿腿部力量，提高走步能力。

4、内容：

第一周：捡小球（集中游戏）

材料准备：呼啦圈，小球若干。

玩法：将全体幼儿分成两组，首先两队幼儿集体蹲在场地中央，幼儿和教师一起念儿歌。听教师口令，最快把所有小球放进呼啦圈的队伍获胜。

第二周：捉星星

材料准备：小星星的头饰若干。

玩法：教师暗示一名幼儿当科学家，其他幼儿当星星，四散的站在场地上。听口令，幼儿四处躲闪，当追捉到3——4名幼儿后，游戏重新开始。

第三周：寻宝记

材料准备：松紧带，四个纸盒做成的门。

玩法：幼儿分成四队，听到信号，第一位幼儿钻过大山洞，又过小山洞，一次类推。哪组最先找到所有的宝贝为胜。

第四周：我是小小兵

材料准备：红绿两色带子人手一根。

玩法：学习听口令并队走、左右分队走。

## （二）四月份

- 1、能绕障碍物跑，听信号在一定范围内四散跑。
- 2、通过各种体育技能锻炼幼儿的弹跳力。
- 3、有初步的安全防范意识。
- 4、内容：

### 第一周：小袋鼠过河

材料准备：袋鼠头饰人手一个，用废旧纸板做成的大石头若干。

玩法：幼儿头戴小袋鼠头饰，把石头不规整的摆放在场地的周围，要求幼儿双脚并拢向前跳，比赛看谁先到达终点。可根据实际情况调整石头的距离。

### 第二周：长手怪兽

材料准备：用硬纸做成长筒，前部画上手形为长手。

玩法：教师装上长手为怪兽，用长手去夹幼儿，幼儿奔跑躲闪，不让夹住，可以蹲下变成小矮人，怪兽就不能再捉。

### 第三周：浪来啦

材料准备：长1.2米、宽0.6米的尼龙绸布四块。

玩法：两名幼儿分别握住一块绸布的四个角，让绸布充分伸展，再上下掀动，使绸布扬起、落下做“波浪”。其他幼儿做“小海军”，乘“波浪”涌起时，快速从绸布底下钻过去，即“冲浪”成功。

## 第四周：山洞历险记

材料准备：用废旧物品自制的圈若干。

玩法：参加游戏的板书幼儿，每人两手各扶一个竖立着的环，等距离的筑起一个“山洞”，另一半幼儿，从第一个环钻到最后一个环，然后两组幼儿互相交换位置进行练习。

### （三）五月份

1、能大胆的钻、爬障碍物，基本做到手脚协调。

2、学会用单手向前上方用力挥臂掷物。

3、内容：

#### 第一周：蚂蚁运粮

材料准备：沙袋若干个。

玩法：将幼儿分成认识相等的两组，分别站在场地的两端，面对面站在自己的圆圈内，场地中间画两条平行线，将沙袋放在里面。听口令后，两组幼儿同时手脚着地的向前爬至沙袋处，用一只手取一个沙袋放在背上，迅速爬回起点，将沙袋放在自己的圆圈内。

#### 第二周：小邮差

材料准备：袋鼠头饰若干，袋鼠跳的口袋，废旧报纸若干。

玩法：由情境创设导入游戏，帮助邮递员叔叔送报纸。

#### 第四周：好玩的皮球

材料准备：海洋球、报纸球幼儿人手一个。

玩法：幼儿四散在长期周围，比赛用力向上抛球，在掌握方法以后，可以要求幼儿在抛上去以后再落下来时能接住。慢慢的锻炼幼儿单手向上抛接。

#### （四）六月份

- 1、在游戏结束后，能主动协助老师收拾整理小型体育器械，并放在制定位置。
- 2、能和同伴共同合作完成游戏活动，体验同伴合作分享的快乐。
- 3、掌握跳跃的基本要领，增强幼儿的弹跳力和协调性。

#### 4、内容：

第一周：小兔子跳树枝

材料准备：小兔子头饰、平衡木

玩法：幼儿双手支撑在高20—30厘米的平衡木（为树枝），提臀双脚从凳子的一侧跳向另一侧，不碰凳子。如同小兔子，轻轻的从树枝的一边跳向另一边。

第二周：飞天扫把

材料准备：利用废旧的布料，竹竿，制作”飞天扫把”，海洋球、椅子。玩法：幼儿分成四组，成四路纵队，每组幼儿人手一个海洋球，以接力的形式将海洋球从起点运到终点，并按颜色的放在相应颜色的篓子里。

## 幼儿园体育活动垫子篇七

1. 练习攀登、平衡、跳跃等基本动作。

2. 能积极参加游戏活动，乐于与同伴合作用轮胎练本领。

1. 汽车轮胎每人一个；2. 《开汽车》音乐、《扭扭操》音乐。

幼儿听音乐俩人或三人合作开汽车：汽车慢慢开——快快开——上坡——下坡——原地转弯——跳过小土丘等。

1. 教师：小小杂技员本领可大了，可以用轮胎玩许多游戏，你们愿意做小小杂技员吗？接下来就请大家去找一个或几个朋友商量玩轮胎可以怎么玩，一起先练一练。

2. 幼儿与同伴合作用轮胎做游戏，教师巡回观察指导。

3. 展示交流，对一些玩法组织幼儿集体练习。

(评析：由于轮胎这一器材是幼儿所喜爱的，孩子们在玩轮胎时兴趣非常浓厚，自由探索练习充分满足了不同个体的学习需要，让每个幼儿按照自己的兴趣特点去探索。集体练习让幼儿分享了别人的经验，体验分享的快乐。)

1. 练习平衡：

(1) 教师与幼儿合作示范玩法，如幼儿中有该玩法可请幼儿示范玩法：将轮胎一个接一个摆好，两人手拉手分别在轮胎两侧走、跑。

(2) 幼儿多人合作练习平衡，教师巡回指导。

2. 练习攀登、平衡、跳跃：

(1) 师生合作用轮胎搭建小山，搭好后，请个别幼儿尝试攀上小山，再跳下。

(2) 探讨：怎样表演“爬小山”节目比较安全？

(3) 幼儿六人合作搭小山，进行攀登、跳跃的练习。

(评析：游戏的难度及挑战性不断增强：一方面运动技能要求提高，另一方面，合作的难度也增加了，适当的挑战增强了幼儿的活动兴趣，同时，也使运动能力得到了发展。)

3. 游戏：过小桥、爬小山。

幼儿分成四队，听到开始口令后，每组幼儿合作，先将小桥和小山构建好，然后回到起点，两两练习走小桥、爬小山、跳下小山，再从旁边跑回来。游戏以接力形式开展。

(评析：游戏“过小桥、爬小山”是一个9人小团体竞赛，由于人数的增加，幼儿之间的合作技能要求更高，采用了竞赛的形式更易激发幼儿活动的积极性，提高练习的兴趣。)

1. 小结比赛情况、合作情况。

2. 幼儿听音乐跳“扭扭操”做放松动作，愉快结束。

## 幼儿园体育活动垫子篇八

为全面贯彻落实《幼儿园教育指导纲要》精神，丰富幼儿园户外体育活动内容，进一步探索户外体育活动的形式和方法，提高幼儿的整体素质，促进幼儿身心健康成长，由市教育局基础教育科、市教育学院小教部及县、区教育局联合组成评审组对全市参评幼儿园的户外体育活动进行了评比。

在县、区初评的基础上，全市共有35个幼儿园3000多名幼儿参加了市级评比活动。根据办园性质把参评幼儿园分成三个组，经评委背对背打分、汇总后，共评出一等奖4个，二等奖7个，三等奖11个。现将活动情况总结如下：

此次活动得到了县、区各有关部门及市直属幼儿园领导的高

度重视。各县、区有关部门及各级各类幼儿园都能积极认真地组织活动。一是抓得早落得实。从年初开始，各幼儿园就把活动纳入幼儿园的一日工作中，选派专门的教师负责此项活动的开展；二是各县、区有关部门都能积极组织辖区内各幼儿园的'教师结合本地本园的实际组织开展活动，在层层选拔的基础上，从不同层面、不同角度推选出了有代表性的幼儿园参加市一级的比赛活动，突出了“健康”这一主题。

本次活动最突出的特点之一是真正以幼儿为主体，活动面向每一个孩子，让每一个孩子都能感受到参加集体活动所带来的快乐。市直各幼儿园都是全体在园幼儿参加活动，县、区各中心幼儿园及部分民办幼儿园也是全园参与，个别幼儿园是中班以上的幼儿参与活动。参与全市评比的总人数达到了3000余人。

市实验幼儿园以迎奥运为主题编排了系列体育活动，幼儿在表演过程中情绪不断地被调动起来，随着国旗的升起幼儿们唱起了。

## 幼儿园体育活动垫子篇九

- 1、发展幼儿的平衡能力
- 2、提高幼儿手脚的协调配合能力
- 3、培养幼儿参加体育活动的'兴趣

自制的小树若干、轮胎、独轮小车

- 1、车和轮胎在赛中不要碰到树，
- 2、树与树中的间隔是可以根据情况进行调解的
- 3、上一个小朋友与下一个小朋友传递时，要以击手为先

4、获胜队到终点后最快速度将手举起示意为胜了