

# 幼儿体育保健活动教案设计 幼儿体育活 动教案(优秀7篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 幼儿体育保健活动教案设计篇一

- 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。

## 幼儿体育保健活动教案设计篇二

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》。

## 幼儿体育保健活动教案设计篇三

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。

## 幼儿体育保健活动教案设计篇四

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！

## 幼儿体育保健活动教案设计篇五

- 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。

## 幼儿体育保健活动教案设计篇六

中班幼儿在刚接触投掷活动时，往往投、挥、抛不分。本活动通过让幼儿自由探索，尝试三种不同的方法，再从中提取投掷的动作要领，进行理解与练习。同时，教师对投掷动作进行深入分析，得出投掷的两个要素：出手角度与力度。在这基础上，教师围绕两个要素设计了“打靶”和“投远”两个游戏。“打靶”游戏可以帮助幼儿找到投掷的方向及投掷的力度。“投远”游戏借助高度不同的两根红绳以及远近不同的横线，让幼儿在不断尝试的过程中体验投掷的角度和力度。

1、学习肩上挥臂投掷，初步尝试左右手交替将纸球向前上方投出。

2、在游戏中观察、讨论与反复练习，总结并尝试投得更远的方法。

3、分组活动中会找空地练习，并能够遵守规则。

1、纸球若干。

## 2、布置三块游戏场地

(1) 在墙上画上圆靶，在对应圆靶的地面画上远近不同的横线。

(2) 场地内的支架上挂上绳子，在绳子前画有远近不同的横线。

(3) 汽车轮胎4个。

1、热身活动师幼一起有序活动身体各个部位：头颈、肩膀、上肢、腰部、膝盖、脚腕、手腕等，重点活动上肢与手腕。

## 2、探索扔纸球的方法

(1) 出示纸球，引发幼儿的活动兴趣。

师：今天我们把纸球当成“手榴弹”，请大家把它投出去，右手投一投，左手投一投，两只手都试试。

(2) 幼儿自由探索，教师个别指导。

教师重点观察幼儿是怎么投“手榴弹”的，鼓励他们用不同的办法扔，并引导幼儿分别用左右手尝试。

(3) 总结投“手榴弹”的方法，在区别投、挥、抛三个不同动作的基础上练习投“手榴弹”。

师：请你说说刚才你是怎么扔“手榴弹”的，请到前面来做一做。

师：请听老师的口令做相应的动作。

师“我们一起来练习投“手榴弹”吧，将“手榴弹”放在肩上，向前上方投掷出去。

### 3、分组练习肩上挥臂投掷“手榴弹”

(1) 介绍游戏方法与场地师：今天我们要用投“手榴弹”的方法来玩投准和投远的游戏。

打靶师：在地面上选一条横线站好，把“手榴弹”使劲投向墙上圆靶，看谁投得准。

投远师：这儿有一条架高的红线，请你站在地上的横线后面把“手榴弹”使劲投出去，一定要注意让“手榴弹”从红线的上方飞过去，而不是从红线下面飞过去。

(2) 幼儿分组玩游戏，教师观察指导。

我们分成两组玩游戏，每个游戏都要玩，别忘了左右手都要试试。（重点指导投掷姿势：将纸球握在手中并置于肩上，向前上方投掷）

(3) 教师引导幼儿讨论并示范怎样才能把“手榴弹”投得更远，投得更准。

师：请你说说你是怎样把“手榴弹”投得更远，请你来试试。

(4) 幼儿再次分散游戏，教师观察并进行个别指导。

师：我们再来试试吧，看看这一次能不能投得更远一些，更准些。

### 4、炸碉堡游戏

(1) 介绍游戏玩法及规则师：我们再玩一个“炸碉堡”游戏。大家躲在屏障后面，听到“预备、开始”的口令后，立即站起来从旁边筐子里拿出“手榴弹”向对面的轮胎碉堡使劲投出去，直到把所有“手榴弹”都投完。看谁投得准。

(2) 幼儿游戏师：我们一起先来演习一次。

(3) 讨论与总结师：怎样才能把手榴弹投得远、投得准？

(4) 幼儿再次游戏教师根据幼儿游戏情况调整“战壕与碉堡”间的距离。

5、放松活动有针对性的放松上肢与手腕。

1. 教师、同伴的评价活动安排紧凑、活动量适合中班小朋友年龄特点；活动过程达到预定的教学目标；课堂气氛活跃，幼儿参与度高；教师教态自然，示范动作准确，语言表达清楚简洁。

2. 自我评价本节活动是针对中班级幼儿年龄特点而设计的，通过探索纸球的不同玩法，游戏的不同难度循序渐进达到本节课的目标。而且自然巧妙地将目标和要求通过材料、情景、规则进行隐性调控，让所有幼儿都能在原有基础上获得发展。

我认为本次活动中的优点是尽可能给了幼儿自主体验的机会，没有过多限制幼儿，活动设计结构比较合理，基本达到预定的教学目标。不足之处是缺乏教师更大的灵活性、对跳的示范动作不够细致以及分组玩游戏“打靶”及“投远”中，对个别幼儿因能力的差异，没有很好的照顾到，以及准备的教具“圆靶”应在做的大一些。

## 幼儿体育保健活动教案设计篇七

1. 尝试用钻、跨的动作完成游戏，体验成功的快乐。

2. 有初步的合作意识，培养团队精神。

1. 知识准备：幼儿已经初步学会看示意图。

2. 材料准备：大泡沫板（两人一块）、示意图、音乐磁带等。

1. 师：今天老师为小朋友准备了什么？

2. 师：请小朋友将两人抬着一块地垫，跟着老师一起去郊游吧！

3. 师与幼儿在音乐的伴奏下尝试泡沫垫的各种玩法：

（1）两人把泡沫垫抬起来当山洞，玩钻山洞游戏。

（2）把泡沫垫放在地板当作小船，玩摇小船游戏。

（3）两人抬着泡沫垫一蹲一站当作跷跷板。

（4）把泡沫垫放在地板当小河，玩过小河游戏。

（一）尝试探索钻和跨的'动作，完成游戏“烤香肠。”

1. 师出示游戏示意图引导幼儿观察：你看到了谁？游戏要几个角色？

2. 结合示意图，介绍游戏的玩法。

3. 交代游戏的注意事项：

（1）双手护胸进行自我保护。

（2）要注意安全，不单脚跳，别踢到别人的肚子。

（3）两人合作共同完成游戏。

4. 幼儿结伴两人一起游戏，师指导。

5. 交流分享，请能默契合作的幼儿来做示范。

6. 幼儿再次练习。

(二) 游戏竞赛“烤香肠大赛”。

1. 出示示意图，引导幼儿观察游戏的玩法并尝试。

2. 烤香肠大赛

(1) 介绍游戏规则：

a□第二个“厨师”在与第一个“厨师”拍手前不能提前越线。

b□能团结协作，率先烤好“香肠”的“厨师”组获胜。

3. 幼儿竞赛。

4. 结合对幼儿进行意志品质教育。

(1) 请配合较好的一组来示范。

(2) 讨论：为什么他们会烤得快？

5. 互换角色，再次比赛。

请幼儿扮演“香肠”，躺在泡沫垫上，教师拿一按摩球随音乐在幼儿的身体的某个部位滚动。