

2023年中班特色体育教案 幼儿园中班体育活动方案(汇总5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。那么教案应该怎么制定才合适呢？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

中班特色体育教案篇一

目的：

1. 学习绕障碍走或跑，发展肢体动作的灵活性和协调性。
2. 积极参与运动，体验运动的快乐。

准备：

1. 兔妈妈、狐狸头饰
2. 青菜、蘑菇等塑料玩具若干
3. 场地
4. 纸团若干

过程：

1. 调动身心

师生共同模仿小兔蹦蹦跳跳动作活动身体各部位并边念儿歌：今天天气真正好，小兔小兔起得早，揉揉眼睛理理毛，蹦蹦跳跳真热闹，小兔小兔快快跑，跑到山上去种菜，种了许多大

青菜，真是快乐的兔宝宝。

老师戴上头饰，引起幼儿参与活动的兴趣。

2. 体验动作

(1) 集体活动

老师介绍运动方法：“小兔”手持“青菜”穿过“树林”种“青菜”，往返数次，直至“种完”。

老师示范活动线路和动作。

(2) 自由活动

幼儿自由尝试动作，老师巡视并辅导个别幼儿。

注意幼儿的活动密度和活动量，提醒幼儿动静交替。

(3) 集体活动：游戏《勇敢的兔子》

老师介绍玩法：“狐狸”出现追赶“小兔”，“小兔”四散躲至“树林”后面，拾起“石块”投向“狐狸”，“狐狸”逃窜。游戏反复进行。

师生共同游戏，辅导个别幼儿掌握玩法并遵守规则。

3. 放松身体

师生模仿小动物的动作，在场地上自由走动。幼儿盥洗并自由饮水。

中班特色体育教案篇二

一、活动目标：

- 1、能积极尝试，创造性地想出多种让球动起来的方法。
- 2、能大胆地交流自己的想法，学习做观察记录方法。

二、活动准备：

刺猬球若干；辅助材料（盆子、报纸、书、垫板、夹子、勺子、泡沫、小棒等）。

三、活动过程：

- 1、引发兴趣。（出示一只刺猬球。）

这只刺猬球是什么样子的？像什么？

（圆圆的，像大西瓜，有点像点心店里做的大馒头像小鱼吐出来的泡泡，还像天上挂的月亮。）

- 2、猜测“让球动起来”的方法。

（1）幼儿猜测。

（2）幼儿交流自己的猜测、想法。

（我可以用嘴吹。

我可以用头顶我想用手拍桌子我想用脚踢。

- 3、验证想法。

幼儿人手一只刺猬球，进行验证。教师巡回观察、指导。

（1）观察每个幼儿的实验操作情况。

（2）询问个别幼儿的想法。

4、交流讨论。

请幼儿大胆地展示、交流自己的实验过程。

(用拇指碰一下，用头，用手当扇子等)

5、借助辅助材料探索“让球动起来”，学习做观察记录。

“刚才小朋友都是借助身体的，现在借助其他的物品，你会怎么让你的球动起来呢？”

6、展示观察记录，让幼儿交流实验结果，分享成功喜悦。

中班特色体育教案篇三

用木版和宽牛筋自制的“大鞋”若干双，可供两至三个幼儿一起玩，大鞋上分别写有数字1、2。

【活动过程】

1、热身运动，活动活动筋骨。

2、两人合作“走大鞋”。

第一次尝试

(1)幼儿自由组合，两人一组分别选择一双“大鞋”进行合作“走大鞋”的尝试。

(2)教师巡视观察，注意发现幼儿在尝试过程中出现的问题，如：两人迈步不协调，步速不一致等，并引导幼儿积极探索。

(3)请幼儿说说自己走得怎样?如何才能走得更好?可以用动作配合语言表达自己的想法、做法。

(4)师幼共同总结“走大鞋”的好方法，即动作要领：后一名小朋友扶着前一名小朋友的肩膀；走的时候先出有数字1的鞋，再出有数字2的鞋，同时两人一起喊“1、2，1、2，……”的号子。这样就不会摔倒，两人才能协调一致地向前走。

第二次玩“走大鞋”的游戏

(1)在《踏浪》乐声的伴奏下，幼儿再次玩“走大鞋”的游戏。

(2)教师进行个别指导与帮助。

(3)请合作走大鞋成功的幼儿展示，并鼓励幼儿进行创新。

3、三人合作走大鞋

品尝到成功滋味的、身体平衡能力较强的三名幼儿自由组合走大鞋，方法同两人走，只是难度有所增加，三人必须密切配合、步调一致才能走好。

4、放松运动

幼儿小手捶捶肩、捶捶背、捶捶腿，使身体放松。

【活动延伸】：

1、将幼儿按人数分为两组进行pk赛。

2、两名或三名幼儿跨越障碍走大鞋也可作为亲子游戏(母子、父子或三口之家)进行。

【活动反思】：

孩子们在活动中，走得很认真，玩的很开心。游戏提高了幼儿的平衡能力，使幼儿体会到了合作运动的愉悦，也增进了他们之间的感情。

中班特色体育教案篇四

一、活动目标

1. 练习手膝着地自然协调地向前爬，尝试倒退爬，提高动作的灵活性。
2. 喜欢参加体育活动，感受集体活动的快乐。

二、活动准备

- 1、小蚂蚁头饰，食物袋若干，背景音乐。
2. 幼儿已储备了有关蚂蚁生活习性的相关经验。

三、活动过程

1. 热身活动。

(教师扮蚂蚁妈妈，幼儿扮蚂蚁宝宝。)

师：今天天气真晴朗，宝宝们，让我们一起活动活动吧!(音乐起，幼儿随教师做热身运动：头、肩、腰、腿、膝、脚。)

2. 练习各种不同方式的爬。

(1)自由爬

师：宝宝们，让我们去散步吧!

(2)有序爬

师：宝宝们，如果前面有一个山洞，你们爬过去嘛?现在妈妈来做做小山洞看看那个宝宝的本领大，好不好。(鼓励幼儿一个接着一个有序地爬山洞。)如果前面有一条小山你们爬过

去嘛？（鼓励幼儿一个接着一个有序地爬小山。）

3. 游戏：巧避大熊。

(1) 尝试倒退爬

（“狮王进行曲”的音乐响起，声音忽大忽小。）

师：宝宝们快听，什么声音？前面发生了什么事？让我们一起去看看。（引导幼儿向前爬）哎呀是一只找食物吃的大熊，快向后退。

(1) 引导幼儿练习向后倒退爬，听声音没有了，让我们看看大熊走了没有？引导幼儿再次向前爬。如此反复2~3次。)

(2) 巩固倒退爬师：刚才你是怎么倒退爬的？让我们再试试吧。

4. 游戏：蚂蚁背豆。

(1) 找“粮食”师：宝宝们，冬天就要到了，让我们寻找粮食准备过冬吧！（引导幼儿寻找场地用沙包制成的小粮袋。）

(2) 运“粮食”请幼儿将小粮袋运回粮仓。（师幼共同检查游戏结果。）

(3) 搬“大豆”

a□蚂蚁妈妈：粮食不够怎么办？引导幼儿在场地的中央发现“大豆”。“大豆”由报纸和泡沫粘贴而成，体积较大。)

b□鼓励幼儿一起合作把“大豆”“嗨哟、嗨哟”抬回家。

5. 放松练习，结束活动。

师：宝宝们，今天太阳真是暖和，让我们一起晒晒太阳吧，

小蚂蚁跟着妈妈躺着，伸伸腿，晒晒太阳，抖抖毛，等等随音乐做放松活动。

中班特色体育教案篇五

1. 体验合作搬运物体的方法并积累经验，促进肢体力量与平衡能力的发展。
2. 感受与同伴合作游戏的乐趣，敢于挑战并乐于展示分享。
3. 培养良好的体育活动常规和习惯。

小竹梯20个、轮胎10个、空地一片。

1. 教师与幼儿持器械入场，共同布置游戏场地。
2. 在教师的引导下，幼儿在梯子上进行走、跑、跨跳等热身活动，练习时教师可根据幼儿活动情况适当增加难度。
3. 操节游戏：两人面对面站立，各握小梯子的一端跟随教师的口令玩“跷跷板”（上下举放）、荡秋千（左右摆动）等伸展游戏。

（本环节的游戏，帮助幼儿逐渐熟悉了活动器械，激发了幼儿对器械和游戏的兴趣，为开展下面的活动营造了积极、愉悦的氛围。）

（一）试一试

游戏过程：

1. 幼儿两人一组，思考、讨论并尝试两人合作抬小梯子的方法，在场地上根据教师指示的线路行进，体验不同的合作方法。教师巡回观察，启发幼儿尝试不同的动作并提醒注意安全。

在幼儿尝试过程中，教师要注意挖掘游戏方式较好的幼儿作为教学示范资源。

2. 适时集中幼儿，邀请个别组向全体幼儿展示不同的合作游戏方法，集体模仿练习。

(二) 玩一玩

游戏过程：

1. 幼儿两人一组，将轮胎放在小梯子上，在场地上往返搬运，要求：又平又稳。幼儿自由往返练习，教师巡回观察并指导个别组幼儿游戏，提醒幼儿注意安全。

2. 集中幼儿交流搬运的方法及轻拿轻放等问题，邀请个别组幼儿示范并组织集体练习。

(三) 比一比

游戏过程：

1. 组织幼儿分组进行竞速搬运轮胎，比一比哪一组搬得又快又稳。

2. 在场地上设置不同难度的障碍，比一比哪一组能平稳地搬运通过。

(本环节，设置“试一试”“玩一玩”“比一比”三个层次的游戏情境，使幼儿逐步感知并学习动作，在模仿练习、体验比较中，感受不同动作间的差异。通过设置搬运重物、开展竞赛游戏、增加障碍等手段，不断提高游戏的趣味性和挑战性，使幼儿参与游戏的兴趣和挑战的不断得到增强，既促进了动作的学习与发展，又培养了幼儿坚持、坚强的意志品质。)

三、放松游戏：开货车

游戏过程：

2. 简单点评活动中幼儿合作、参与等情况，师幼共同收拾场地器械，结束活动。