

最新中班体育活动保龄球教案(优质5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

中班体育活动保龄球教案篇一

活动目标：

- 1、通过活动发展幼儿手脚着地及负重着地爬的能力，锻炼四肢力量。
- 2、通过活动发展幼儿的灵敏性、协调性。
- 3、通过活动培养幼儿遵守纪律，在排队中互相谦让、等待的良好行为品质，以及乐于助人的精神。

活动准备：

- 1、“彩虹桥”每人一个。
- 2、长、短部隧道各两个。
- 3、球及放置纸球的筐两个。

活动流程：

准备操——小海龟爬——带壳爬——爱助人的小海龟——放松

活动过程：

- 1、师生一起做海洋世界操。
- 2、教师介绍活动内容：可爱的小海龟。（提出要求：手脚着地爬）。
- 3、在教师引导下幼儿动脑筋在场地中用各种方式爬行。（往前爬，往后爬，往左爬，往右爬，曲线爬，旋转爬）
- 4、听信号各种方式爬。
- 5、教师引导：想一想，小海龟还缺了什么？（龟壳）
- 6、幼儿背着龟壳（彩虹桥）听信号以各种方式爬行。
- 7、游戏：“爱助人的小海龟”。

内容：

(1)海龟妈妈把海龟蛋下在了外面,海水涨潮要把蛋淹没。小海龟们一起帮海龟妈妈把蛋拣回来。

(2)海水退潮后再把蛋送回去。

规则：

(1)从各自的龟壳下钻出,爬过地道拿蛋,每次拿得越多越好,再从旁边爬回,将蛋放在自己的龟壳下。

(2)从各自的龟壳下拿出蛋,爬过地道将蛋送回原处,再从旁边爬回。

8、放松活动：小海龟长大变老了。

活动延伸：

在孩子熟练掌握手脚着地爬的基础上，可以进行手脚爬和匍匐爬。

活动反思：

本次活动的设计十分符合中班幼儿的年龄特点及动作的发展需要。教师在活动中突破了两点创新，其一，教师充分利用玩具“彩虹桥”的造型特点，生动并创造性地设计成海龟的壳，创造性地设计了负重手脚着地爬的锻炼，使整个活动设计浑然天成，前后呼应，而且对提高幼儿的四肢，颈肌的力量以及发展爬的能力颇有帮助，在注重身体锻炼，发展能力，品德培养等方面，都符合总的教育目标；其二，教师创造性地编排了“海洋世界”操，操节生动有趣，幼儿十分喜爱，它既与教育内容相呼应，同时又与准备活动相连接，可谓一举两得。在活动内容的安排上，遵循了由易到难，由简到繁的原则，激发幼儿的锻炼兴趣，层次清楚，衔接自然，每一个内容的出现始终围绕活动目标，同时注重个体差异，为孩子提供长短不一的布袋，并对发展水平不同的孩子提出不同的要求，且教师在活动中能注意培养幼儿的自我保护意识和能力。

组织形式上，避免了幼儿不必要的排队时间，创设了自由宽松，愉快地氛围，体现了改革的意识，达到了预期的目的。

设计思路：

户外活动结束后，孩子们陆陆续续上楼回教室。几个顽皮的孩子却在上楼时，手脚着地学着小狗般爬着上楼梯，开心得意极了！由此，我联想到平日孩子们其实也是十分喜欢爬着玩的，为了满足孩子的兴趣和愿望，我设计了本次活动，并在利用户外玩具“彩虹桥”的造型特点创造性增加了负重着地爬的锻炼，对提高幼儿的四肢、颈肌的力量，以及发展爬的能力颇有帮助。

中班体育活动保龄球教案篇二

放飞梦想之“我与秋天有个约会”亲子户外活动。

基地1——铁血避风塘户外活动基地(镜湖新群贤路旁 央旁 茶湖)

基地2——铁血印山人家户外活动基地(兰亭风景区对面2公里)

基地3——铁血军训拓展基地(会稽山旅游度假区中共绍兴市委党校)

20xx年9月1日——20xx年9月30日(需提前2天以上预约, 活动时间为一天)

军事体验式生活, 全方位提高孩子素质!

这不是一趟常规的旅游, 更不是一次机械的集中式学习。本次特训营通过科学的安排, 用时尚的内容, 把军事化生活和体验式学习有机结合, 为孩子营造一个积极、快乐的暑期生活平台。通过一系列的活动, 孩子将有效改变不良习惯, 学会沟通与合作, 变得更自信、自立, 从而成为一名优秀的“社会小主人”。

现场实景式教育, 快乐中学会珍惜, 懂得感恩!

这里很好玩, 这里更有趣。这里是东方好莱坞, 这里有各类电影电视中的场景, 这里有各种体验式拓展项目, 这里还有写作名师给你指导, 助你开启快乐写作的大门。你可以用自己的眼, 用自己的笔, 用自己的相机, 记录身边的点滴。在这里, 你将感受爱, 学会感恩。你还有机会将这份快乐分享给更多的人。

采访剧组明星，参与dv拍摄，做回镜头前的小演员！

在这里，我们为您的孩子准备了dv团队拍摄的环节。您的孩子可以成为小演员，过一把镜头前的“小明星”的瘾；也可以成为小导演，在团队合作中感受非凡乐趣！当然，您的孩子还有机会以小记者的身份采访影视明星和剧组工作人员哦！

以影像记录欢声笑语，用书籍为孩子保存美好回忆！

特训营活动结束后，您的孩子会收到由我们精心制作的书籍和影像。将孩子们的活动感受汇集成册，用影像记录他们的欢声笑语，为孩子留下一段美好的记忆，非常珍贵哦！

小学三年级以上中小學生。

拓展训练项目介绍：以某个陌生城市为培训主场地，通过破冰团建后以小组为单位发放每个人相应的现金并以团队pk的形式完成一天之中设定的各项目内容。

项目内容：在一天的活动中会确立n个相应的目的地，并穿插如：异性合影、反季销售、空方阵、购物、产品推销、寻宝等贴近工作、生活、贴近人际沟通、关系的一些项目，要求每个队齐心合力的完成。

拓展训练目标：通过这个活动培养队员在陌生环境下的生存能力；提高与队员、团队、陌生人的沟通和协作能力；增强队员对全局的了解强化换为思考建立全局意识；培养自身的压力管理和心态建设，提高时间与任务管理技巧以及分析解决问题的能力；让每个人在挥洒个性、释放潜在能量的同时，加强协同合作，使各部之和大于整体，激发领导潜质、激活团队整体战斗力！

一、绍兴铁血军事训练营组委会

李立：18367566138 铁血青少年军事训练营营长

杨站：18657531739 铁血青少年军事训练营首席教官

杨旭辉：15067573416 铁血青少年军事训练营总教官

李哲：15314077520 铁血青少年军事训练营基地主任

胡深君：15068502357 铁血青少年军事训练营首席辅导员

干家城：15705853056 铁血青少年军事训练营素质教育培训师

二、铁血青少年军事训练营，营地负责人李立，24小时值班电话；

中班体育活动保龄球教案篇三

为了使幼儿体、智、德、美全面发展的需求，以坚持“健康第一”为指导思想，我们认真贯彻“健康体育”为实施精神，营造丰富多采的户外课间活动，本学期根据我班幼儿健康发展需要和体育锻炼需求，推动幼儿园体育及其它工作的不断地深化。

让孩子们在游戏中得到相应的锻炼，培养孩子们的合作能力、创造能力。在户外活动器械制作方面，尽量选择环保的、不尖锐锋利的、没有危险性的材料。利用安全的无棱角的器来发展幼儿的上、下肢力量和身体协调等多种素质，激发幼儿的练习兴趣。更主要的是能很好的培养幼儿在活动中的合作能力，为以后的合作活动打下基础。

在体育活动中，我们让幼儿自由选择同伴，让幼儿教幼儿，使他们在活动中能相互学习、相互交流、相互评价，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，有了良好的情绪体验，幼儿

活动的时间就会自然延长，从而提高了幼儿活动的持久性。

在组织幼儿开展体育活动时，我们会根据幼儿不同的发展水平，制定分层次目标，设计和安排难度不一的活动，提供不同指导和帮助，使能力强的孩子得到进一步提高，使能力弱的孩子能在其原有基础上得到发展。在活动中，我们应做到在言语和行为上处处照顾每一个幼儿，多用肯定和鼓励的语言与幼儿交流。对于那些活动能力差的幼儿，我们应在言语上和情感上给予鼓励和支持。如在“摘果子”的游戏中，我们根据孩子们的身高、弹跳力的不同，设置了不同的高度，使每一个幼儿在游戏中都能获得成功的体验。

在户外活动中，幼儿应当有充分的自主选择玩具和玩法的权利。所以在每次准备活动材料时，我们都会请孩子们和我们一起准备、一起收集、共同制作，让他们体会其中的喜悦，增加他们对体育器材的兴趣，学会珍惜体育器材。

通过游戏使孩子的身心得到健康的发展。每一个孩子都有无限发展的可能性，我们应努力创设符合幼儿好奇、好动的特点的户外活动，让他们玩中乐、乐中学、玩中有得、玩中有创，更好的促进他们的全面发展。

中班体育活动保龄球教案篇四

晨间活动时，我鼓励幼儿用纸板来锻炼身体，如顶纸板走、跨跳纸板、双脚并拢跳纸板等。为了充分发挥材料的作用，我试图引导幼儿探索纸板的更多玩法，于是结合中班幼儿的特点设计了“运送蛋宝宝”这一活动。在该活动中，纸板经历小小的“变身”，变成了运蛋的小拖车。在“帮助鸡妈妈运蛋”这一游戏情境中，幼儿用纸板练习拖物走以及按一定路线拖物走，发展了身体控制能力和动作的协调性。

活动名称：

运送蛋宝宝

适合班级：

中班

活动时间：

活动人数：

活动目标：

1. 学习玩纸板，尝试用纸板拖物走，发展身体控制能力。
2. 体验与教师、同伴游戏的快乐。

活动准备：

1. 人手一块纸板，有红、黄、绿色；用报纸做的红、黄、绿色纸蛋若干；系有绳子的小夹子人手一个。
2. 录音机，音乐磁带。
3. 情境创设：红、黄、绿三条不同颜色的路。

活动过程：

一、师幼听音乐共同做纸板操

师：老师要和你们一起做游戏了。请每个人去拿一块喜欢的纸板，我们先来锻炼一下身体吧！

二、幼儿自由玩纸板

师：纸板不光好看还好玩呢！请你们玩一玩，看谁想出的玩法

多。

1. 自由探索玩纸板。

2. 交流、分享玩纸板的方法。

师：你们刚才是怎么玩的？（幼儿每说一种玩法，教师就引导其他幼儿一起做一做。）

幼：将纸板放在地上，双脚并拢从上面跳过去。

幼：轻轻把纸板向上抛，然后接住。

幼：将纸板顶在头上，慢慢往前走。

三、幼儿多人合作玩纸板

师：现在请你们按红、黄、绿色纸板分成三组，把纸板间隔放在地上做小沟，然后从许多小沟上跳过去。（跳2~3次。）

师：现在我们把纸板铺成一条小路，大家从纸板小路上快速走过，小心不要走到小路外面去。（幼儿分红、黄、绿三组练习。）

四、运送蛋宝宝

1. 纸板大变身。

师：现在我要变魔术了！我用大拇指和食指捏住小夹子用力一摁，它就张大嘴巴“啊呜”一口咬住纸板了。纸板变成小拖车了！拖过来，拖过去，好不好玩？（教师示范。）

师：你们想不想把纸板变成小拖车？也像老师这样来变个魔术吧！（幼儿“变魔术”，教师个别指导。）

师：你拿的是什么颜色的小拖车？拖着你的车走一走吧！

2. 创设情境，幼儿初次运蛋。

师：等会儿你们去找一找鸡妈妈的蛋在哪里。如果是红色的小拖车，就运一个红色的蛋；如果是绿色的小拖车，就运一个绿色的蛋；如果是黄色的小拖车要运什么颜色的蛋呢？你们一定要小心一点，可不要把鸡妈妈的蛋掉在地上摔坏了。

3. 简单交流，幼儿再次运蛋。

师：你们真能干，没有把鸡妈妈的蛋掉到地上去。你们是怎么运才没有让蛋掉到地上的？

师：鸡妈妈还有很多蛋，我们还要运两次。地上有红、黄、绿三条路，你们的车是什么颜色的就去运什么颜色的蛋，而且要走在同样颜色的路上，千万不能让车开到路外面去。

4. 师幼共同庆祝运蛋成功。

活动规则：

地上有红、黄、绿三条路，你们的车是什么颜色的就去运什么颜色的蛋，而且要走在同样颜色的路上，千万不能让车开到路外面去。最后沿着路线拖物走。

中班体育活动保龄球教案篇五

在这春意盎然、阳光明媚、草长莺飞的季节里，外出踏青是户外活动的首选。为了能让宝宝们更好的亲近大自然，陶冶情操，促进亲子关系，扩大宝宝的视野和交际范围，我园特举办本次亲子户外踏青活动，让宝宝走出室内与大自然亲密接触，以大自然中的一花一草、一事一物为活教材，通过找一找、看一看、闻一闻、玩一玩等游戏活动，与大自然零距离

离接触，尽情地寻找着春天的“足迹”，捕捉春天的特征，感受春天的美好，在大自然中开开心心地感悟，真真切切地体验，体验集体活动带来的无限欢乐。

活动时间：

20__年4月14日上午9：00到10：30(如遇雨天，活动顺延。)

活动地点：

__x公园

活动对象：

“金摇篮”亲子早教指导中心月亮班和星星班全体师生及家长

活动准备：

1、通知各位家长活动时间，发放活动方案，安排活动路线、场地。

2、风筝、垃圾袋、湿纸巾(请家长自备)等。

活动流程：

一、集合：

上午9□00__x公园门口集合，教师介绍今日活动流程。

二、集体活动

1、有氧运动(9：10—9：20)：早操活动。

2、开心一刻(9：20—9：40)

游戏一：吹泡泡

游戏目标：培养宝宝听口令进行游戏的能力。

游戏准备：彩虹伞。

游戏玩法：妈妈和宝宝们手拉手围着彩虹伞拉成一个大圆，边走边一齐说儿歌“吹泡泡，吹泡泡，吹成一个大泡泡，吹泡泡吹泡泡，吹成一个小泡泡”。

游戏二：小脚踩大脚(袋鼠跳)

游戏目标：培养宝宝与家长的协调合作的能力。

游戏准备：小红旗

游戏玩法：一位宝宝和家长两人一组，宝宝把小脚踩在妈妈或者爸爸的大脚上，双手抱住妈妈或者爸爸的腰部，合作走。

游戏三：吹气球

游戏目标：培养宝宝视觉追踪能力和手眼协调能力。

游戏准备：气球。

游戏玩法：妈妈或者爸爸和宝宝一同吹成一个气球后，让宝宝用嘴把气球吹远，然后跟着气球前进；用头去顶气球，让孩子跳跃着去触碰气球等。

三、自由活动：

寻找春的足迹(9：40—10：20)

春天，大自然正悄悄地发生着变化：小草发芽了、野花开了，大树也长出了新的嫩叶……家长们可以带着孩子一起去爬爬

山，寻找一下春天的足迹，和孩子一起看一看、说一说，用相机记录下这珍贵的瞬间。

四、快乐分享(10: 20—10: 30)

活动准备：自带食品，彩虹伞、一次性桌布、垃圾袋。

介绍：

(1)小朋友，今天你和你的爸爸妈妈带了哪些好吃的东西?这些好吃的东西你想和谁一起分享?大家都知道好东西要大家一起分享，快把好吃的拿出来和大家一起分享吧!

(2)请小朋友们将所带的食物进行分类，如水果，糕点，饮料等等，然后大家一起分享美食!(家庭分组，席地而坐)注意吃完的垃圾不能随处丢，要放进垃圾的“家”。

穿插：在分享美食的同时，邀请部分家庭进行亲子表演，增强孩子的表现力和自信心。

活动须知：

(1)事先踩点，保证场地的安全。

(2)提醒家长路上的'交通安全。

(3)自带食品需保证食品的安全卫生。

(4)请家长看护好自己的孩子，保证活动中的安全。

(5)活动前后清点人数。