

# 最新小班体育心得体会 幼儿园小班体育活动方案(大全9篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 小班体育心得体会篇一

- 1、了解红、绿灯、人行道的作用，体验游戏的快乐。
- 2、遵守交通规则，初步培养幼儿的自我保护能力和安全意识。

自制红、绿灯指示牌、方向盘9个、摩托车把7个、斑马线□t形街

一、出示交通标志，引出主题：

师：今天老师要和小朋友一起玩个游戏叫《信号灯》，在大马路上交警叔叔师干什么的？

二、说明玩法：

(1)介绍游戏场景和一些标志及游戏活动范围：

师：从教室门口出去有个斑马线，是人们走路的地方，在马路上的黄线是车辆行驶的地方，车辆可以在上面行驶，但不能超车和跨越界限，在t形街的中央有个站台，是交警指挥红绿灯的地方。

(2)游戏说明：

交警站在站台指挥红、绿灯，其余幼儿扮演司机、乘客和行人。

司机、乘客、行人要按照交警给出的信号走或停，司机要手持方向盘做开车状，没有遵守交通规则的小朋友将被罚停止游戏。

### 三、游戏规则：

(1) 车辆和行人要互相礼让、互补相撞，按红、绿灯指示行走(驶)

(2) 违反游戏规则者应停止游戏。

### 四、幼儿进行游戏，教师巡回指导：

#### (1) 教师示范：

师：现在你们看看老师是怎么玩的，举起红灯车辆不许动，人行道可以走人，绿灯车辆可以行驶，超车或跨越黄线的车辆将停止游戏。

#### (2) 幼儿练习，教师巡回指导：

师：老师请1位小朋友当交警，其他小朋友当行人和司机。

### 五、评价：

师：为什么有的司机和行人会被交警开罚单停止游戏？

以后走在路上一定要遵守交通规则，不然很容易出现交通意外。

本次活动是为了让幼儿初步认识交通规则的重要性，交通规则在我们日常生活中是不可缺少的，对我们的人身安全和交

通有必然的重要性。

在游戏中让幼儿体验交通中所会碰到的意外，由于天气原因使游戏无法进行，只能让幼儿了解交通警察、司机、人行道的的作用，了解公车与摩托车的不同。

在马路上车辆行驶的路线，红、绿灯的意义，幼儿在生活中也了解了其他的交通标志，丰富了幼儿的交通意识，从幼儿的兴趣出发，加强幼儿的交通意识。

## 小班体育心得体会篇二

1. 知道遇到困难不能哭，要学着自己想办法解决。

2. 学习自己动手解决问题，体验成功的快乐。

1. 幼儿准备：每人一个橘子、每人一份含有包装的糖果。

2. 教师准备：“生日歌”音乐、狗宝宝头饰一个、情景表演的小朋友。

### (一)情景表演，创设问题

1. 播放生日歌，引发幼儿的兴趣。

教师：你们听到了什么声音呀？今天是谁过生日呢？

2. 幼儿观看情景表演。

### (二)讨论分析，解决问题

1. 幼儿讨论。

教师：今天是谁的生日呀？小狗为什么哭呢？如果你是小狗你会怎么做？

2. 帮助小狗。

教师：谁愿意帮助小狗打开棒棒糖？

3. 请出小狗教师：我们把小狗请出来吧，小狗你不要哭了，我们帮你把棒棒糖打开了。

小狗：谢谢你们，我太难为情了，遇到这么小的事情还哭。以后我遇到困难的时候，一定要学着自己想办法去解决。

教师：小狗也知道了，当我们遇到困难的时候，不能哭，要学着自己动脑筋想办法去解决。

(三) 自己动手，初步体验。

1. 小狗请客。

小狗：小朋友今天是我的生日，我请大家吃橘子。

教师：我们该怎么说？(谢谢小狗，祝你生日快乐!)

2. 幼儿尝试幼儿学习自己独立剥橘子，教师给予独立剥橘子的'孩子奖励。

教师：你是自己剥的橘子吗？吃到了橘子心里觉得怎么样？

(四) 游戏比赛，体验升华。

教师：小狗还有礼物要送给我们呢，猜猜是什么？

教师：小狗说要让小朋友进行剥糖果比赛，看那一组的小朋友在规定的时间内，糖剥的最多。要等老师说开始以后才能剥，剥好的糖果放在中间盘子里。

教师小结：今天我们和小狗一起过生日，你们开心嘛？我们还

发现了，原来我们的小手也这么能干，会自己动手来解决问题。

(五)歌曲表演，体验乐趣。

师生共同参与，表演结束。

1、节省第一次打开包装前的讨论环节，让幼儿自由探索打开包装的方法，在品尝食物后交流自己的方法。

2、活动中引导幼儿边品尝边交流自己吃到的食物的味道，这样不利于幼儿咀嚼与消化，更容易噎到，这是很危险的，如果提醒幼儿“将口中的食物咽干净后再说话”就比较安全了，也有利于幼儿养成良好的进餐习惯。

4、在幼儿尝试打开包装前，可以请全体幼儿回忆并讨论以前吃过的东西是怎样打开的，在尝试探索的环节中就可以直接请幼儿操作了。

5、活动中发现有幼儿争抢、不与他人分享的情况，这是今后在活动中需要重点培养的目标。

## 小班体育心得体会篇三

熊熊爬

1、观察小熊猫的'生活习性。

2、知道关爱小熊猫，不随意伤害它们。

1、准备与幼儿人数相同的泡沫垫。

2、小熊猫服装，每人一套。

1、带领幼儿到户外指定的地方。

观察小熊爬来爬去，说说关于小熊猫的儿歌（小熊猫、小熊猫、胖胖身体圆圆腰、身体像熊脸像猫。）

2、教师指导小熊猫爬、双手弯腰着地、膝盖要直、向前爬行。

3、培养幼儿身体的灵活性，告诉幼儿不要关爱小熊猫，不伤害他们。

4、注意：膝盖不要着地。

## 小班体育心得体会篇四

（一）开火车，围成一个圆圈，激发孩子活动兴趣。

（二）师幼在圆圈上跟着音乐做动物模仿操（有节奏地活动头部、上肢、腰部、腹背、下肢等）。

### 二、动作教学和练习

教师创设“蜘蛛侠学本领”情景，带领幼儿进行4个阶段的练习。

（一）手膝着地爬。

手膝着地像小蚂蚁一个跟着一个在地上爬，要求手膝协调、爬行有序。

（二）手脚伸直在地上进行高肢爬。

要求幼儿在爬行时手脚尽量伸直，膝盖不着地，围着圆圈爬两圈。

（三）爬平衡木，双手用力爬，双脚并拢并保持平衡（先低

后高)。

身体贴紧平衡木，双脚并拢放在平衡木上保持平衡，抬头的同时双手伸直抓紧平衡木两侧，用力拉平衡木带动身体向前进。这个动作的难点在于幼儿的双脚要保持平衡，不要掉下。

(四) 匍匐爬行并从障碍物下面爬过，再回到队伍。

要求身体贴地，头抬起用手交替往前拨，双脚交替向前蹬行进爬。掌握后让幼儿以匍匐爬的动作通过障碍物下方的空隙，要求在前基础上臀部不要抬起，头侧面爬行通过。

三、放松活动：吹气球

师幼模仿气球，甩动身体上肢和下肢后，模仿吹气球变大，然后爆炸倒地。

教案设计频道小编推荐： 幼儿园小班教案 | 幼儿园小班教学计划

## 小班体育心得体会篇五

- 1、练习拍球，锻炼上肢力量，促进孩子动作的灵活性及协调性。
- 2、体会集体合作做游戏的乐趣。
- 3、初步培养幼儿体育活动的兴趣。
- 4、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。

教学重点：孩子在活动中的灵活性及协调性的培养。

教学难点：孩子参与的积极性和个别孩子动作协调性的培养。

气排球4个、小经花10朵、纪念品12份。

### 一、准备工作：

教师把孩子带到操场中，平均分成四列排好，做准备工作。

### 二、游戏过程：

#### 1、要求：

(1)每列第一名孩子在教师的发号令下用单手把球拍一个回合后交球到下一位孩子的手中，以此类推，直到最后一名孩子，哪一列先完成任务就是本次冠军，但是要进行两次比赛方才获胜。

(2)未拍的孩子要为本组加油，不能打闹、起哄。

(3)点评：对表现好的孩子进行表扬，奖励小红花，给冠军组颁发纪念品。

#### 2、活动结束。

## 小班体育心得体会篇六

### 活动目标：

1、在学青蛙跳的过程中，让幼儿体验参与体育活动的乐趣。

2、练习轻松、自然地跳，发展幼儿腿部肌肉的力量，提高幼儿的自信心及勇敢、关心他人品质。

3、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

4、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。



5、增强合作精神，提高竞争意识。

活动准备：

1、知识准备：小蝌蚪、小青蛙的基本常识。

2、实物准备：磁带、录音机、实物青蛙、青蛙哥哥胸饰一个，飞虫一串、小青蛙胸饰装饰成池塘的轮胎若干（不同高度）、小蝌蚪、荷叶若干。

活动过程：

一、准备活动：

幼儿与老师一起头戴胸饰，随着音乐进入场地，观察小青蛙，做模仿动作。

二、基本活动：

幼儿练习轻松、自然地跳。

(1) 幼儿尝试从“池塘”边往下跳。

(2) 请能力强的幼儿示范，幼儿仔细观察。

(3) 引导幼儿尝试不同高度的“池塘边”上往下跳。

(4) “消灭害虫”，提高幼儿练习的兴趣。

(5) 游戏：跳荷叶

(6) 游戏：帮助小蝌蚪玩法：小青蛙们跳入“水快要干了”的小池塘，救出小蝌蚪，并把它们送到青蛙妈妈的身边。

三、放松活动：青蛙哥哥带领小青蛙到水时玩，做放松动作。

## 小班体育心得体会篇七

- 1、乐意参与游戏，并遵守游戏规则。
- 2、初步学习在奔跑时用眼睛观察前方，避免碰撞，注意安全。
- 3、能听信号练习走、跑交替。

- 1、活动前观察秋天起风时落叶飞舞、飘动的景象。
- 2、蝴蝶头饰若干。

### 一、准备部分

- 1、一起念儿歌《片片飞来象蝴蝶》，边做相应动作。
- 2、小朋友看到风来了，小树叶会怎样？

教师发出信号，幼儿根据信号做相应的动作：站立、跑、走、蹲下。

### 二、游戏过程：师幼一起玩游戏“蝴蝶翩翩飞”。

- 1、教师交代游戏玩法和注意事项：幼儿戴上蝴蝶头饰，听老师的指令做相应的动作。幼儿在玩游戏时，要眼睛看前方，避免碰撞；嘴巴不张开，以免咳嗽等。
- 2、师幼共同玩游戏3-4遍。教师可根据幼儿的运动能力调整走、跑的时间，同时提醒幼儿按教师发出的信号行动。
- 3、表扬与大家一起玩游戏时没有碰撞到别人的幼儿。

组织幼儿捡树叶后，让幼儿手持树叶玩此游戏，提高幼儿的游戏兴趣。

幼儿在活动过程中增强了规则意识，在奔跑时知道用眼睛观察前方，避免了碰撞。

## 小班体育心得体会篇八

一、情景导入：

情景表演：

胖胖兔：呜……

师：谁在哭呀？(请出胖胖兔)

我们赶快去问问它：“小兔，你为什么哭呀？”

胖胖兔：“你们看，我越来越胖了，人家都叫我胖胖兔，身体太胖了，太不方便了。呜……”

2、提问：

师：胖胖兔身体太胖了，她很伤心的。身体太胖了，会有什么不方便？(幼儿泛讲)

小结：身体太胖了，做什么事都感到笨手笨脚的，很不方便的，还会影响身体健康。

二、为胖胖兔想办法：

(1)师：那我们有没有好办法让胖胖兔长得又结实又健康？(分组讨论交流保持健康的方法，比赛哪一组的办法又多又好，教师纪录)

(2)小结：要想身体长得健康结实，除了要多吃蔬菜，还要多做运动，锻炼身体。

### 三、分享经验：

(1) 幼儿说说做做，教师加以概括。

(2) 胖胖兔：我受不了了。我不想运动了。

师：胖胖兔它不想运动了，行不行？我们来帮帮它，跟她说说锻炼身体有什么好处？（幼儿泛讲）

(3) 放音乐

师：锻炼身体有这么多好处呀。我们和胖胖兔一起锻炼身体吧。

### 四、延伸：

1、配合一定的情境，通过交流，了解锻炼身体的重要性

2、乐于帮助同伴，增加喜欢运动的情感。

活动准备：兔子头饰、兔子服装、记录纸、笔

## 小班体育心得体会篇九

学习团圆和压扁、手腕和手指间的协调活动

彩泥、塑料垫板

1. 与幼儿一起回忆玩气球的情景：说说气球的颜色、形状、大小等，激发幼儿学习的动机。

2. 教师演示团圆和压扁的方法。

3. 幼儿动手操作，教师巡视幼儿学习情况，适时予以介入。

4. 陈列幼儿作品，同伴之间相互交流。

提示：

1. 如果幼儿园没有塑料垫板，可用硬纸替代。

2. 幼儿活动结束后要用肥皂洗手。

3. 提供的彩泥颜色要丰富，量要充足，满足幼儿塑造多个气球的需要。

4. 教师可在美术区域中让幼儿操作泥塑《做个大气球》。

名称二：投气球

目标：

练习挥臂投准

材料：

气球、旧报纸、塑料筐、场地布置

过程：

1. 幼儿用旧报纸团成纸球，纸球团得越紧越好。

2. 教师演示投准的动作，幼儿模仿学习。

3. 幼儿站在白线的后面，对准塑料筐里的气球投纸球。

4. 随着活动的深入，幼儿投掷的距离增加，以提高难度。

提示：

1. 活动时，教师的场地设计要注意分散人群，避免拥挤影响活动和造成不安全。
2. 放气球的塑料筐要浅一些。