

螃蟹走路幼儿游戏教案(汇总10篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。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！

螃蟹走路幼儿游戏教案篇一

健康的身体是全面发展的物质基础。幼儿时期是生长发育的重要阶段，如果幼儿经常参加体育活动，对于未成熟的器官是一种很好的促进。体育活动的方法多种多样，我们经常采用游戏的方式组织幼儿练习，把枯燥的动作和身体素质练习变成有趣的模仿活动或有情节的游戏活动，使幼儿轻松愉快地参与活动，达到增强体质、促进全面发展的目的。在全面认识体育的功能的基础上我们主要做了以下几方面的工作。

一、树立体育活动整体化的观念

《幼儿园工作规程》中指出幼儿园的任务是：“实行保育与教育相结合的原则，对幼儿实施体、智、德、美全面发展的教育，促进其身心和谐发展。”

体育游戏不仅能促进幼儿的生长发育，增强体质，而且对幼儿的心理发展也会产生一定的影响，因为它能促进人的认知、情感、意志和个性等方面的发展。我们在生活中，除了注意体育游戏对身体的锻炼价值以外，还有意识地把体育与其他相关教育有机地结合起来，促进幼儿的身心全面发展。

1、对幼儿进行安全教育，培养自我保护能力

发展幼儿在游戏活动中的灵敏、协调、平衡能力，就是培养幼儿自我保护能力。如：学会在跌倒时用双手撑地；在追逐游戏中学会躲闪等。自我保护能力除了教育培养外，还要让

幼儿明白其道理，是他们知道为什么要这样做，并在活动中反复练习使之成为习惯。

2、体育活动与卫生保健相结合

户外体育活动时，我们会给每个孩子准备一条小毛巾。体育活动前，我们让幼儿先脱掉外套，活动中幼儿不断出汗，再逐步减少衣服，并提醒幼儿出了汗自己拿小毛巾擦汗。活动后给幼儿一些时间休息，喝点开水，补充体内因活动而消耗的水分。对于出汗很多的幼儿，我们会给他换一件干爽的衣服。

3、体育活动中重视道德品质的培养

我们在体育活动中注重发挥游戏本身的教育作用，让幼儿在游戏中克服一个又一个的困难，去培养自己的坚强意志。例如：幼儿专心致志地走过独木桥后获得的成功感和愉悦感。在体育活动中，规则是具有一定的品德教育的内在因素，要求每个幼儿在游戏中遵守一定的规则，不“各行其事”，游戏才能顺利进行。规则对幼儿提出了两个要求：一是自己遵守规则，求得和同伴间的协调一致；二是注意观察别人是否有违反规则的行为。如：游戏“老鹰捉小鸡”中，小鸡要团结一致，不离开集体，跟在鸡妈妈的后面，当小鸡们蹲下时，老鹰就不能去捉小鸡，母鸡保护小鸡时只能用手去挡住老鹰，而不能用手去抱住老鹰。他们的一举一动，相互关系，可以促进幼儿道德品质以及意志性格的培养。

二、认真做好体育游戏的准备工作

1、选好器材，废物利用，一物多用

开展丰富多彩的游戏，游戏器材的选择是非常重要的。在选用游戏器材时，我们根据幼儿的年龄特点、幼儿园的实际情况，以节约为原则，注意选择易收集的废旧材料。并根据材

料的特征设计游戏，尽量做到一物多用，引导幼儿大胆尝试，在活动中发现材料的特性，通过尝试、比较、创新，认识一些新材料、新玩具，学会一物多玩。

2、根据器材，精心设计游戏活动

游戏是吸引幼儿参加体育活动的好形式，幼儿在一个个有情节的游戏活动中，轻松、愉快、积极主动地活动，做起动作形象逼真，使动作练习能取得好的效果。我们根据器材特性精心设计幼儿感兴趣的 game 内容。首先，尽量避免每次活动内容单一而造成幼儿身体局部负荷过大的问题。其次，注意游戏时让幼儿的上下、左右肢体均衡而协调地发展。再次，我们尽量做到在游戏中让幼儿有机会闪现出智慧的光点，游戏中有意给幼儿留下思考的空间，促使幼儿积极开动脑筋，以最佳方式完成游戏。

以往在游戏前，总是教师将活动环境设计布置好，现在，我们提供了有利于幼儿探索和参与的材料后，引导幼儿自己动脑筋。如，幼儿玩游戏“小小解放军”前，教师先提供自制的流星球、长条皮筋、大雪碧瓶、彩虹桥等材料，然后提问：“我们解放军去打敌人之前要翻过一座小山、经过一条小河、穿过一片小树林才能打敌人。想一想我们用什么当小山、小河、小树林和打敌人的武器呢？”孩子们纷纷动脑筋、想办法，有的想出将彩虹桥拼搭成一座小山，有的想出用大雪碧瓶当作小树林，有的用血碧瓶和长条皮筋拉成一条小河。。。。幼儿在参与环境创设的过程中，思维活跃，想象力和动手能力都得到了发展。

三、引导幼儿探索玩法

在集体游戏中，我们改变以往教师示范动作，幼儿依样画瓢地模仿动作的学习模式，鼓励幼儿边思考边探索玩法。例如，玩“小布袋”的游戏中，我们先不告诉幼儿布袋可以怎样来玩，而是请幼儿自己想想布袋有些什么样的玩法？孩子们有

的钻进布袋子里像只毛毛虫一样一扭一扭地前进；有的两人一组，一人坐在布袋上，另一人两手拉着布袋往前拖；有的几人合作把布袋拼在一起当成小水沟练习跨跳……孩子们的玩法各式各样，不同的玩法丰富了游戏的内容，同时促进了幼儿的想象力、创造力的发展，也使幼儿不断获得成功的快乐，增强了自信心。幼儿思维活跃，真正成为游戏活动的主体。

螃蟹走路幼儿游戏教案篇二

体育活动：我是小伞兵 活动目标：

- 1、通过椅子操，培养幼儿正确的身体姿势。
- 2、利用椅子练习从高处跳的动作，发展幼儿跳跃和躲闪跑的能力。
- 3、培养幼儿勇敢、顽强的品质。

活动准备：

小椅子与幼儿人数相等，大椅子一把，椅子操音乐，抢板凳游戏音乐 活动过程：

一、开始部分 1、幼儿单手拿椅子四路纵队对集合，教师简要说明本课学习的内容和要求。

教师：今天，我们要用小椅子来上体育课，可有意思了！我们还要学习一项新本领——请你们做小伞兵，练习从高处跳下，你们有勇气吗？ 2、队列练习：四路纵队——齐步走——体操队形。

3、听音乐跟老师做椅子操：（包括头部、上肢、下肢、体侧、

体转、腹背、跳跃、平衡) 4、检查幼儿体能：要求幼儿 3 人一组测体能是否通过。

二、基本部分 1、原地练习从高处跳下的动作。动作要求：预备姿势：半蹲、双臂后摆、前摆，蹬腿、高高跳起、轻轻落地、2、站在椅子上练习从高处跳下的动作。

教师口令：登机（幼儿上椅子）——准备跳伞——跳（注意动作要领。）3、游戏：我是小伞兵 练习一：伞兵飞行练习，要求幼儿在跑到过程中听不能碰到椅子，同时能听口令做变速跑、曲线跑等。

练习二：跳伞练习，要求幼儿在飞行的过程中听口令练习从高处跳下。

练习三：增加椅子高度，鼓励幼儿尝试从高处跳下，注意保护幼儿安全。

三、结束部分 1、游戏：抢椅子。

提示：放松音乐，所以提示幼儿围着椅子走，音乐停，抢椅子。

2、听音乐放松整理。

3、幼儿单手拿椅子，成一路纵队回班，活动结束。

体育活动讲话稿

体育活动工作总结

体育活动总结

体育活动方案

体育活动记录

螃蟹走路幼儿游戏教案篇三

趣味体育运动是一项将传统体育运动的竞技比赛和能引起人兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动。它是介于体育运动及趣味游戏之间的一项趣味竞技相结合的社会运动，我们把趣味运动和企业对员工的需求进行融合错位策划，使它同时融合了体育、文化、趣味、智力等元素，并增强了观赏性。

二、活动意义

一方面它非常适合各店面联合开展活动，因为它比拓展训练更具趣味及凝聚力，能更好的把企业文化渗透到每个员工，增进员工之间的亲密感，从中学会团队协作。另一方面它具有强身健体的作用，对于埋头工作的员工来说更具吸引力。它的竞技性、趣味性及观赏性带给人们另一种新奇，容易使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，某些能力得到进一步的锻炼。

三、活动名称：我参与，我运动，我快乐

四、活动主题：公司大竞技，快乐你我他

五、活动简介：

(一)、活动时间：20__年4月20日上午8：20—12：40。

(二)、活动地点：

(三)、活动对象：

(四)、比赛项目：

1. 热身赛：拔河。
2. 团体赛：三人四足、袋鼠跳接力、大丰收、争分夺秒。
3. 个人赛：跳绳、自行车慢骑比赛。

(五)、奖励规则：

个人赛自愿参与，希望各店员工踊跃参加，成绩秀者将获得

六、比赛准备

(一) 人力资源部负责参赛人员名单整理与现场参赛人员组织管理；

(二) 策划部准备“_公司第届趣味运动会”条幅，并于比赛当日负责拍照；

(三) 策划部对获奖的人物做好宣传推广。

七、比赛项目及规则。

(一)、热身项目。

1、拔河。

报名方式：自由组合，每组选手15人，8男7女。

道具：1条20米大绳。比赛时间：8：30—9：00

(1)、拔河道为水泥地上画3条直线，间隔为2米，居中的线为中线，两边的线为河界。除参赛队选手以及裁判等工作人员以外，其他人员一律不得进入拔河道。

(2)、比赛方法：

比赛开始前，各队按照每15人的要求准备好，比赛开始后，运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢；比赛不限制时间，一直到能判断胜负为止；比赛分淘汰赛、决赛。每组两队，抽签决定比赛队伍，三局二胜定胜负，第一局双方队长猜拳决定场地，第二局场地交换，第三局在猜拳决定场地，每轮比赛胜队晋级。

决赛为循环赛，每轮三局二胜定胜负，成绩计算：胜1分，负0分。对手弃权得1分。三轮结束后，积分最多者名次列前；积分相同者，加赛决定胜负。

2、工作安排：

比赛主持：__ 赛裁判：_____

计时：__ 计分：_____

道具及会场准备：_____

(一) 团体项目

1、三人四足(3队同时进行)

道具：绳子，比赛时间：9：00-9：20

规则：1. 参赛队员以三人一组参赛，2男1女，女生居中。赛道长30米。

2. 三个人并排站在一起，把中间人的右脚和他右边人的左脚绑在一起，中间人的左脚和他左边人的右脚绑在一起。

2、袋鼠跳接力(3队同时进行)

道具：麻袋3个，比赛时间：9：20—10：00

规则：男女混合项目，每队5人，3男2女，分别站在两端起点线后。每队一条麻袋，第一位队员将双脚套在麻袋内，用手提着。比赛开始，第一位女队员双手提着袋口向前跳，沿跑道前进15米至另一端端线，换下麻袋，交给第二位男队员套上，重复前过程，如此来回往复，直至5人全部完成，用时少的队名次列前。比赛中，如队员跌倒，可爬起继续；两名队员交换麻袋必须跳过端线后进行，否则算犯规，取消该队成绩。

3、大丰收(3队同时进行)

道具：背篓3个，空水瓶30个。比赛时间：10：00—10：30

参赛人员：每店至少一组，每组1男1女。3分钟。

规则：1、参赛队俩人一组，一人背对接球队员，负责投球，一人将背篓背在胸前负责接球，每人10个瓶。

2、接球时不能用手控制接触水瓶。

3、已累计接球总和的多少判定胜负。

4、争分夺秒(3队同时进行)

参赛对象：所有员工，每店3人，至少一名女生。

器械：水桶、水杯、水瓶、水，赛程30米。比赛时间：10：40—11：10

参赛队员一路纵队站在起跑线后，比赛开始后拿空水杯在水桶中盛满水后(不能用手捂着水杯)向前跑至折返点返回，返回途中将水杯中的水倒入空水瓶中，将水杯交给下一个人，依次进行。比赛时间3分钟，比赛结束以各队水瓶中水的多少判定名次，水多的队为胜。

(二)个人项目

1、跳绳比赛。(5人同时进行)道具：计数器跳绳6个。 . 比赛时间：11：10-11：40比赛进行，单人1分钟，规定时间内跳的个数多者获胜。最后由几组比赛的获胜者做一场表演，花样不限。。 2、自行车慢骑(3人同时进行)

比赛规则：比赛车道设为30米长、1米宽，时间使用最長者为胜。

2、选手自备自行车，每辆自行车不得附带旁轮，每个车轮直径必须不小于48cm□不得在车体上安装人附带物体。若使用变速自行车，必须变为三档。

3、比赛以自行车前轮进入车道开始计时，后车轮离开车道后结束计时。

4、比赛中，若有一次以下犯规，则将视为到达终点，所用时间为比赛时间。有下列情形之一者均为犯规：

1. 脚落地超过三次；

2. 脚每次落地时间超过五秒；

3. 车轮轧到车道线上；

4. 途中与裁判冲撞或拒不服从裁判判决。

八、活动安排

(2) 流程安排：

领导致词(8：20—8：30)，团体赛(9：00—11：10)，个人赛(11：10—12：30)颁奖(12：30)。

九、活动预算

团体冠军奖品： 单价数量预算：

亚军奖品

季军奖品

个人冠军奖品： 单价数量2预算

道具： 可计数跳绳5个， 单价总计；

比赛准备物品及道具： 20米的粗长绳1把， 长一米的绳子10根， 麻袋3个， 干净背篓3个， 空矿泉水水瓶30个， 水桶3个， 水杯3个， 自行车自备， 可计数跳绳5个。

螃蟹走路幼儿游戏教案篇四

体育活动一直是我们生活中不可或缺的一部分。无论你是孩子还是成年人，每天都有许多选择，例如跑步、打篮球或游泳。体育活动不仅能够提高身体素质，也能带来快乐和精神上的享受。今天我要分享我从体育活动中得到的心得体会。

第二段：身体素质的提高

我曾经是一个非常宅的人，从来不参加任何体育活动。但是，我发现这种生活方式并不利于身体健康。后来，我开始参加健身房和游泳池，身体素质得到了很大的提高。每天运动30分钟不仅加强了我的心肺功能，还让我变得更加灵活、更加有耐力。我现在感觉比以前更健康。

第三段：改变心态

我曾经因为学业和工作的繁忙而感到很压抑。然而，当我参加了健身课程和羽毛球比赛时，我发现这些活动带给我的精神上的放松和愉悦是无法比拟的。我的心态也因此得到了改

变。这些运动让我更加积极、充满活力，也让我在生活中更加自信，而不再抑郁沮丧。

第四段：交朋友

体育活动还带给了我许多宝贵的友谊。无论在游泳池还是在球场上，我都结识了一些非常好的人。我们互相支持、互相鼓励。体育活动让我和别人更加亲近，而我们通过对比赛的参与和交流，也建立了更加深厚的友谊。

第五段：总结

通过参加体育活动，我感受到了身体素质的提高，改变了心态以及认识到了真正的朋友。亲身体验也让我意识到，体育活动不仅仅是一种运动，更是一种生活方式，一种关注健康和快乐的生活方式。我希望更多的人能加入到体育活动中来，享受符合人体生理规律的运动所带来的愉悦和满足。

螃蟹走路幼儿游戏教案篇五

体育活动一直是人们常年进行的一项活动，无论是作为运动员还是观众，总有一些值得我们思考的心得与体会。在这篇文章中，我将分享我对参与体育活动的体验和感受。

第二段：体育活动的健康意义

体育活动有很多好处，在我看来，最重要的是它有益于身心健康。从个人的角度来看，进行体育活动可以帮助我们保持身体健康、塑造完美的体型、增加自信心。而从社会层面来看，体育活动可以促进社交，建立联系，改善社区氛围，增加社会凝聚力。

第三段：体育活动的挑战与困难

尽管体育活动可以使我们受益匪浅，但有时我们需要面对一些挑战和困难。例如，只有当我们克服困难时，才能成为一个优秀的运动员。体育活动还需要我们付出时间和精力，需要我们形成好的训练习惯。需要 we 建立起意志力和毅力来克服任何挑战和困难。

第四段：体育活动的贡献

体育活动对社会做出的贡献不仅仅是身体的健康，还包括精神上的影响。世界各地的人们在享受体育的乐趣时，也能理解并尊重其他文化的差异。通过参加体育活动，我们可以建立友谊与加深了解。运动还有可能带来经济贡献，尤其是在大型体育赛事中，这些赛事可以带动整个社区、城市和国家的经济发展。

第五段：结论

无论你是年轻还是老年，无论是健康还是不健康，无论你是否热爱体育运动，都应该去参与和支持体育活动。运动是一件伟大的事情，它可以让我们克服困难、提高信心、增加社交和感受快乐。我们应该珍惜这个机会，尽可能多地参与体育活动，享受生命的美好时光。

总之，参与体育活动不仅是犒赏自己的好方法，还是展示社区、城市和国家凝聚力的重要途径。体育活动可以使我们体验到成长、努力和战胜自己的过程，它也可以促进身体和心灵健康。愿阅读本文的你能够也能体验到参与体育活动的快乐。

螃蟹走路幼儿游戏教案篇六

一年一度的三八妇女节快来临了，作为企业的工会工作人员，少不了又要忙一阵了。今年是我第一次组织这类的活动，想想过去曾参加过的活动，似乎都与运动脱不了干系，有的项

目还相当辛苦相当累。这次最好能有一次相对放松一点的项目，让大家开开心心、轻轻松松的玩一下。下面就是这次的活动方案：

为丰富员工文化生活，为员工搭建一个舒缓生产生活压力、展示自我风采的平台，让广大员工欢乐、愉快地度过2013三八妇女节，市分公司工会拟在2013三八妇女节前举办由工会办及现业各部门工会负责组织实施的“2013三八妇女节系列员工趣味体育活动”。现将本次活动相关事项通知如下：

活动组委会主席：卢xx

副主席：杨xx

组委会成员：张xx□罗x□连x□瞿x□许xx□李xx□袁xx□瞿x

(一)活动内容

本次活动共设5个团体比赛项目，每个部门工会负责一个项目的实施工作。

以部门工会为单位参赛，一个部门工会可组多个队参加(每项比赛每人只能参赛1次)，每个员工可参加两项团体赛。

1、集体投篮比赛，由一部门工会负责(比赛规则：采取定点投篮的方式，每个队6人，男女各3，每个人投篮5次，统计个人入篮次数，累计每队所有队员投篮总数，以数量多少排名。)

2、兄弟姐妹齐心运汽球比赛，由二部门工会负责;(比赛规则：5人一组，有男有女，用身体夹送4个汽球到达目的地，汽球须完好，破、掉一汽球加时间2秒，以用时短长排名先后)

3、飞镖比赛，由三部门工会负责;(比赛规则：每队4人男女

各2，以4人累计中靶的环数高低作为团体排名，个人成绩为单项奖成绩)

4、你的地盘我做主比赛，由四部门工会负责;(比赛规则：每队4人，2男2女，共四队同时参赛，两队一排面向站立。要求每个人站在一张报纸上，每队由一名队员手抱一个足球或排球，任意的向身边别队队员抛球，球打到别队的'哪张报纸上，该地盘被掠夺，纸张被裁判收回。打中哪个队员的脚，也被淘汰，以规定时间内剩下的队员和报纸数决定胜负排名。)

5、自行车慢骑比赛，由五部门负责(比赛规则：4人自行车慢骑接力，每队男女各2。由第一人从始点骑到终点后，再由第二人从始点骑到终点，以此类推。比赛完后将4人的时间汇总后，为此队成绩，个人此项成绩为本人单项奖成绩)

(二)奖项设置

1、团体奖项：各项比赛设团体一等奖：1名;二等奖：1名;三等奖1名。

2、个人奖项：自行车慢骑、飞镖比赛分设个人奖(以团体赛中的成绩)第一名：1名;第二名：2名;第三名：3名。

3、凡参加比赛者均可获纪念奖。

(三)活动报名

趣味体育活动举办时间拟定于3月5日(如因天气原因导致不能举行将另行通知)，参加5项活动的报名表请于2013年2月25日下班前向市分公司工会报送。报送时请务必按报名表完整填写，报送地址：乐山工会办李xx站点;同时抄送：乐山工会办杨xx瞿x报名表附后。

一、指导思想

本着丰富师生的课余文化生活，营造“团结、友爱、和谐、发展”的校园气氛，在校有关领导的指导下，在教师节和中秋节即将来临之际，校工会、政教处本学期专题打造一场以“迎中秋，庆教师节”为主题的趣味体育运动。

二、活动宗旨

本次趣味体育运动将依托校级大型团体活动这个平台，力争使体育运动更加趣味化、娱乐化、多样化、创新化、生活化，从而让每一名师生都能参与进来，达到锻炼的目的。本次活动是使大家在节日到来之际提前感受到欢乐愉悦的气息，引导大家从日常的休闲体育中体味到运动的乐趣，启发同学们从欢声笑语中得到身体的锻炼，增进在校师生对体育的理解和热爱，增强在团体互动中体现集体主义精神和团队意识。

三、活动时间

20xx年9月8日 初中部

20xx年9月9日 高中部、艺术部

四、活动地点

学校操场

五、活动参与者

全体同学和教师

六、活动组织机构

组 长：白英红

副组长：丁丽芳 张 戈 朱 波 马彦忠 班 春

组员：全体政教干事和体育教师

七、活动流程

工会活动方案

活动参与者：各部教师

比赛内容：跳绳比赛

比赛规则：

1、8字循环跳：每一队15人参赛，按顺序列队依次跳过绳子，不能成功通过绳子或跳失败不计数，15人全部跳过后再从开头开始循环，以3分钟通过绳子的累计人数为最后成绩。每队选手只有一次比赛机会，跳绳过程中，一次跳过绳子的人数不受限制，若两人同时跳过绳子成绩则计为两人。

2、6人集体跳：6个人(3男3女)同时在绳上跳，2分钟内取成功次数计为最后成绩。(跳失败不计数)

初中部活动方案

1、参加年级：初中各年级

2、比赛内容：

初一年级：游戏-----托球跑接力

初二年级：集体跳长绳比赛

初三年级：拔河比赛

初四年级：拔河比赛

3、比赛细则：

(一)托球跑接力：

1、比赛为50米往返跑。按班级、按道次准备。比赛分两次进行男、女各一队分别进行，男女生成绩合一，所用的时间最少的为胜利者。

2、运动员站在起跑线上，听到发令声响后跑出，跑到50米终点后绕过障碍物返回到起点，把球拍传给下一人，接拍人按上一路线进行，依次进行至结束。

3、网球必须放在网球球拍的中间，不得用手固定，每个人每次只能托一个球，从起点到终点球，如果球在托送途中掉到地上，选手必须自己拾起放到球拍上继续跑进至到终点。

(二)初二年级集体跳长绳比赛

1、5分钟“8”字绕环跑(男女生各10人)：“8”绕环跑：男、女各10人(不包括摇绳2人)。跳绳队员依次跳过且必须一人一次跳过绳，方计次数一次(2人或以上人数同时跳过只计次数一次，不得一人连跳)。在规定的5分钟时间内，跳越长绳人(次)数多者名次列前。若成绩相等，则看失误次数。失误次数少者名次列前。

2、3分钟6人集体跳(男女生各3人)：6人同时在绳上跳，3分钟内取成功次数。跳失败不计数。

(三)初三、四年级拔河比赛

比赛方法：采取抽签，淘汰法，进入下一轮至决赛。

参加人数：每班男女各10人

高中部活动方案

(一)参加年级：高中各年级

(二)比赛形式

1、高一高二跳长绳比赛形式分为5分钟8字循环跳和3分钟6人集体跳两种花样。每轮比赛三个班同时进行。

2、高三拔河参加办法：

人数：文科班男生8人，女生12人

理科班男12人，女生各8人

(三)比赛细则

1、8字循环跳：每班20人(10男10女)参赛，按顺序列队依次跳过绳子，不能成功通过绳子或跳失败不计数，20人全部跳过后再从头开始循环，以5分钟通过绳子的累计人数为最后成绩。每名选手只有一次比赛机会，不得重复跳绳。

2、6人集体跳：6个人(3男3女)同时在绳上跳，3分钟内取成功次数计为最后成绩。(跳失败不计数)

3、采用抽签，淘汰法，进入下一轮至决赛。

(四)比赛要求

1、请学生参赛自觉遵守比赛规则，服从裁判组指挥。

2、参赛学生必须穿着轻便的服装，运动鞋。

3、各班两名摇绳的选手必须固定，比赛中不得换人。

4、8字循环跳比赛各班20名学生跳绳顺序要固定，依次跳过长绳，比赛过程中不得擅自更换顺序。

(五)奖励办法

- 1、每种集体跳取前五名。
- 2、获奖班级颁发奖状及奖品。
- 3、高三拔河文科班录取前二名，理科班录取前三名。

一、活动目的：

开展形式多样，轻松活泼的趣味体育活动，使学生活跃身心，丰富校园生活，共同感受校园生活的快乐，同时培养队员团结合作的精神，增强队员集体荣誉感。

二、活动时间：2***年3月15日下午14：30——16：20

三、活动地点：大操场

四、活动内容：背后投球、趣味pk棒传递、背靠背夹球

五、参加人员：全校师生。

六、活动安排：

(一)背后投球(1、2年级)

1. 活动规则：每队10名学生参加，每轮每队出一人，每人背对塑料篓2.5米投掷垒球3次(20秒内)，投进一个为本队计1分，3次都进计3分，一个都未进计0分，10轮的累计得分为本队得分。把塑料篓投倒，垒球滚出塑料篓无效，计0分；未滚出塑料篓有效，算投进有效。转过头或转过身投掷的垒球进了都算无效，计0分。

2、活动组织人员：主裁：刘盛勇 副裁：叶兴健 记分员：钟梅

自愿服务者4名高年级学生(捡球、监督)

裁判还要负责准备场地和器材(12个以上的垒球、4个塑料篓、秒表一只、小黑板一块、粉笔若干)

3、活动奖励形式：以年级为单位，评出一、二、三等奖。

(二)趣味pk棒传递(3、4年级)

1. 活动规则：每队30名学生参加(男、女生各15人)，学生均匀地站在一条30米的直线上成为一列。第一名学生利用自己下颚和胸部把pk棒夹在颈子处，发令后，从前往后依次利用颈子进行传递(禁止用手和手臂，违者算失败)，依据传递到最后一名学生的先后顺序确定获胜名次。(每个年级4队同时进行)

若中途掉棒，只能由掉棒学生前面一人，利用脚夹住棒送到掉棒学生颈上夹住，否则算违规失败；未逐一依次传递的也算违规失败。

2、活动组织人员：主裁：黄跃 副裁：陈力强 记录：李仁信

自愿服务者4名高年级学生(监督)

裁判还要负责准备场地和器材(4根pk棒)

3、活动奖励形式：以年级为单位，评出一、二、三等奖。

(三)背靠背夹球(5、6年级)

1. 活动规则：每队20名学生参加(男女生各10人)，每轮每队出2人，背对着背夹住一个球(不准用手扶住球，否则违例计0分)，共同走完20米直道而球未掉，以到达终点的顺序，评出1、2、3、4名，分别计4、3、2、1分，10轮的累计得分为

本队得分。

在20米途中球掉到地上或用手扶了球，计0分；只靠一个人的手臂夹住球记0分。

2、活动组织人员：主裁：覃昌明 副裁：刘德荣 记分员：周小刚

自愿服务者4名中年级学生(捡球、监督)

裁判还要负责准备场地和器材(8个排球、小黑板一块、粉笔若干)

3、活动奖励形式：以年级为单位，评出一、二、三等奖。

迎新春教职工趣味活动方案为丰富教职工的业余生活，增强教职工体质，促进教职工之间的沟通交流，强化学校工会的凝聚力、向心力，倡导每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的健康理念，特组织开展趣味体育活动。为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

一、活动目的：

1、愉悦心情，缓解工作压力，增强教职工体质。

2、增加教职工之间的沟通和交流，增强工会的凝聚力、向心力。

二、活动要求：

每个工会小组组选出十人参加活动

三、活动地点：学校操场

四、活动内容：奔腾列车、二龙顶珠、千足侧行、接力滚轮

胎、身手敏捷

五、参加人员：学校全体教职工

六、活动时间：2月2日下午

七、活动形式：

1、全体教职工自行到学校操场集合。

2、以工会小组为单位参加趣味活动。

螃蟹走路幼儿游戏教案篇七

为丰富教职工的业余生活，增强教职工体质，促进教职工之间的沟通交流，强化学校工会的凝聚力、向心力，倡导每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的健康理念，特组织开展趣味体育活动。为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

一、活动目的：

1、愉悦心情，缓解工作压力，增强教职工体质。

2、增加教职工之间的沟通和交流，增强工会的凝聚力、向心力。

二、活动要求：每个年级选派教职工参加

三、活动地点：学校操场

四、活动内容：奔腾列车、二龙顶珠、托球绕标杆、螃蟹背西瓜接力、跳绳

五、参加人员：学校全体教职工

六、活动时间：2012年11月 日

七、活动形式：1、全体教职工自行到学校操场集合。2、以年级为单位参加趣味活动。

八、比赛方法和规则

一名队员的撞线时间为准。完成比赛用时最短者胜出。

2、二龙顶珠：每队20人，男女不限。比赛距离为30米，比赛开始前，每队两名队员面对面站立，并用额头相互顶托一球，两人各自将双手搭在对方肩上。听到出发信号后，横向移动至终点，并将球交给本队第二对队员，用同样的方式移动至起点，将球交给本队第三对队员，同样用额头顶托球移动至终点。用时最少的队为优胜对，并以此排列名次。如中途掉球，应在掉球处将球捡起顶托好后，再行前移。如不在原处将球顶托好就前移，则加罚5秒钟。在整个行进过程中，都不得用手扶球、顶球，否则每次加罚5秒钟。

3、托球绕标杆：场地器材包括羽毛球拍、垒球若干

比赛方法：发令后，运动员手持羽毛球拍上托垒球，以s形绕过跑道上的标志，经折返处返回继续绕过标志。跑回到起点，用时少者名次列前。

4、螃蟹背西瓜接力：比赛场地在成才大道，距离20米，每个年级选派16人(男女各8人)参赛，一男一女为一组。要求两人背对背，双手向后相互勾紧，中间夹一个篮球，听裁判号令，一齐向前跑，球若落地则需重新夹起从落地处(由裁判确认)重新出发，按所用时间排名，时间少者为胜。

5、跳绳：每个年级选5人(男女不限)1分钟跳短绳，总个数

多的为胜。

九、每项比赛第一名记5分，第二名记3分，第三名记2分，第四名记1分，最后以所有项目加起来的总分取由高到低取团体前三名。

一、指导思想：

教学是学校永恒的主体，教师是教学任务的重要承担者。健康的身体是教师的个人资本，也是学校的集体资本。为了使教师有一个健康的身体和一份美好的心情，学校将开展教职工文体活动。以锻炼教师身体，缓解工作压力，增进同事间的凝聚力为前提，旨在强健体魄、愉悦身心、丰富精神世界、提升生活品味，真正达到“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的目的。

二、活动宗旨：

通过教师的全员参与，切实提高教师身体素质，在各项活动中，增强教师团队协作精神。增强党支部、工会组织的凝聚力、向心力、战斗力，营造团结紧张、严肃活泼的工作氛围，进一步营造和谐校园氛围。

三、活动时间：20**年6月13日 下午6:00

四、活动地点：学校篮球场

五、参加对象：全校教职工(没有特殊情况的，请每位教职工都积极参与)

六、项目设置及活动规则：

1、集体跳绳：每参赛队上场7名队员，2名甩绳，其他5名参赛队员原地跳绳，时间为1分钟。在一分钟时间内，各队以5

名参赛队员集体成功跳过绳总数排列名次。

2、定点投篮：在规定距离，罚球线及罚球站位的区域指定位置上

分三点进行每点投篮三次，每参赛队上5名队员，以参赛队员总和进球多少决定名次。

3、端球接力：听到发令后，手持球拍端乒乓球跑到对面，如果乒乓球掉地，需捡起从起点重新跑，每队出6名参赛队员，用时最少的队胜出。

4、自行车慢骑：参赛选手骑自行车从起点出发，慢骑到终点，用时最长者获胜，每参赛队出3名队员。起点、终点均以前轮为准，比赛时双脚和身体任何部位不能触及地面和借助外力，车轮不得压左右边线，违者都将淘汰出局。因其他原因导致落地，经裁判核实后可以重新比赛。以各参赛队的总和成绩取名次，时间最多的名次列前。 说明：

1. 各项比赛具体事宜最后由学校工会决定通知，由体育组具体执行安排，希望全体教师在工作之余能积极参与，锻炼身体，增强体质，快乐一生。

2. 比赛未尽事宜将另行通知。

为了响应国家全民健身计划“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的号召，提高教职工的身体素质，丰富教职工业余生活，经工会委员会研究，决定在教职工中开展趣味体育活动，方案制定如下：

一、活动时间

20**年12月第16周。

二、活动地点

麻柳小学旧操场

三、活动人员

麻柳小学在岗教职工

四、人员分组

第一组：组长王路，组员邱超、范小梅、聂心梅、小刘涛、高国庆、杨东、李芬、何明杰、晏方莉、余燕、杨思渊、王淋、刘明春、曾秀川、杨文超、陈钢、邓江伟、杨雪梅。

第二组：组长刘昌明，组员张启全、田容、张毓星、田忠合、王晓菊、杨朝伦、杨朝兵、杨理、张功群、张文胜、肖忠梅、田凤、大刘涛、杨仁伦、殷天宇、徐贵菊、、殷雪林。

五、活动过程

16周星期三学生趣味体育比赛过后，教职工进行25米往返跑接力赛和拔河比赛。比赛裁判：张毓强、杨波。器材准备：张毓星。

六、活动奖励

此次比赛设一、二等奖。奖励学习用品。

七、活动要求

(一)此次活动是工会集体活动，每名教职工均要参加，如无故不参加者将不得奖品。

(二)天气寒冷，参加活动前请每位教职工做好准备活动，防止肌肉拉伤。

(三)其它未尽事宜请询问邱超同志。

八、活动组织机构

(一)领导小组

组长，王路，校长。

副组长，刘昌明，党支部书记，副校长。

邱超，副校长、工会主席。

九、工作机构

组长，邱超，全面负责活动组织工作。主要负责组织协调、制定工作方案、牵头完成奖品发放工作。

成员，高国庆，协助组长工作。

张功群，协助组长工作。。

杨仁伦，协助组长工作。

杨雪梅，协助组长工作。

20**年12月15日

螃蟹走路幼儿游戏教案篇八

体育活动已经成为现代人们生活中的一部分，逐渐被认为是一个健康和积极的生活方式。接下来将从个人的体验和体育活动的重要性等方面，探究体育活动对身体和心理的益处。

第二段：体育活动的积极影响

体育活动带来的好处是显而易见的。经过运动、健身和其他体育活动后,我们可以感觉到身体更加健康。健身促进了瘦身和肌肉发展等身体机能的发展,同时也增强了心肺功能。此外,体育活动也有助于缓解压力和消除紧张情绪等负面因素,使人们更开心和更积极的面对生活。体育活动的积极影响对身体健康和心理健康方面都有着积极的影响。

第三段: 如何开始参与体育活动

虽然许多人意识到体育活动是必要的,但开始参与体育活动往往是个困难的过程。首先,我们应该选择适合自己的体育活动,发展出自己的兴趣爱好。其次,我们应该考虑参与哪些体育活动是最易实践的、不会给身体带来危害的。最后,我们应该慢慢地扩大自己的各项运动能力,逐步提升自己的身体素质和心理素质,从而享受到体育活动带来的乐趣和友谊。

第四段: 坚持体育活动的重要性

参与体育活动有助于保持身体健康、消除精神上的疲劳、提高自信心,但除此之外,坚定不移的参与体育活动,则更有助于保持身体健康,防止疾病的发现和扩散。坚持体育活动,还有助于维持生理机能,并有助于缓解长期工作压力和疲劳带来的影响,这也有助于提高身体各个部分的运动能力。

第五段: 结论

体育活动作为一种群众性运动,在现代社会中获得了越来越广泛的认可。它对于身体的健康和心理素质的提升有着极大的帮助,适度参与甚至是坚定不移的参与,都是有益的。如果你是一个热爱体育运动和健康的人,那么体育活动就是一个简单而健康的生活方式!

螃蟹走路幼儿游戏教案篇九

近年来，体育活动在人们生活中的地位越来越重要。为了深入了解体育活动对人们的影响，我进行了一次体育活动调查。通过这次调查，我对体育活动的意义和作用有了更深入的了解，也从中获得了一些宝贵的心得体会。

首先，体育活动对身体健康有着积极的影响。在调查中，我了解到参与体育活动能够增强体质、提高免疫力，预防和改善许多疾病。同时，体育活动还能够促进骨骼和肌肉的发育，保持身体的灵活性和机能。通过长期坚持体育锻炼，我感受到了身体的变化，更加健康和有活力。

其次，体育活动有助于培养团队合作精神。在调查中，我发现许多体育活动都需要团队合作，如足球、篮球等。在这些活动中，每个人需要发扬团队精神，与队友密切配合，形成强大的合力。通过参与这些活动，我深刻体会到团队合作对于成功的重要性，也更好地理解了合作的力量。

此外，体育活动对于培养自律和坚持的品质有着重要的作用。在调查中，我发现许多体育项目需要付出艰辛的努力和持之以恒的坚持。打篮球需要长时间的训练，跑步需要每天坚持，游泳需要经常练习。通过这些体育活动，我懂得了只有克服困难，坚持训练，才能取得进步。这种自律和坚持的品质在其他方面也同样重要，对于学习和工作都有着积极的影响。

进一步调查中，我认识到体育活动对于培养积极向上的心态和意志力非常重要。参与体育活动需要面对许多挑战和困难，例如遭遇失败、受伤等。在这些困难面前，只有具备积极向上的心态和强大的意志力，才能够战胜困难，保持持久的动力。通过体育活动，我学到了积极面对失败，从失败中汲取经验教训，并在下一次努力中不断提高。

最后，体育活动还能够促进社交交流和增进友谊。在调查中，

我发现许多人通过体育活动结识了许多朋友，形成了紧密的群体。无论是在体育场上还是场外，这些朋友们一起努力、互相鼓励，形成了深厚的友谊。体育活动为人们提供了广阔的社交平台，让人们建立起良好的社交关系。

通过这次体育活动调查，我深深认识到体育活动对个人的身心健康、团队合作能力的培养、自律和坚持的品质、积极的心态和意志力，以及社交交流和友谊的培养都起着重要的作用。我深信，在未来的日子里，体育活动会更加广泛地参与到人们的生活中，为我们的身心健康和社会和谐做出更大贡献。

螃蟹走路幼儿游戏教案篇十

为了更好的落实《xx市中小学生“开展生阳光体育运动”方案》，加深“每一天活动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子！”健康理念，推动学校群体性体育活动的组织开展，切实提高学生的体质健康水平，进一步展示向阳小学全面落实实施素质教育和体育活动果，我们制定了《桦甸市向阳小学阳光体育活动实施方案》，根据阳光体育实施方案，我们扎实有效地开展了阳光体育活动，取得了明显的活动效果。

我们学校共有三位体育教师，他们工作踏实，努力上进，专业知识精湛，有很强的团结合作意识。他们利用每一天早6点——7：30和午时3点30分——5点，进行团体竞赛项目训练。周文忠教师姜波教师负责中长跑训练，陈慧艳教师训练女篮，后勤郭宝忠主任擅长篮球，就由他负责训练男篮。体育组利用间操时间进行学校大课间“韵律操，广播操和武术操”训练，大队部教师和全体正副班主任协助训练。

各学校评选出了阳光体育活动先进班级、优秀班主任、优秀体育教师、“体育锻炼小明星”（小学）、“体育锻炼阳光少年”（初中）、“体育锻炼健康青年”（高中），充分展示了现代青少年儿童的阳光气魄。

学校以年段位单位，开展年段特色的体育团体体育项目训练。全体教师认真对待此项工作，各负其责，团结协作，构成特色，确保了阳光体育活动扎实有效地进行。

20xx年5月7日，我们举行了桦甸市向阳小学阳光体育活动推进会活动。

活动主题：奥运牵系你和我，健康欢乐动起来。

活动程序如下：

1、大队辅导员宣布活动开始，全体学生放飞氢气球，欢呼。

五月的学校，鲜花盛开，彩旗飘飘，这是一个充满活力和浪漫的季节，在那里，师生们拥有阳光灿烂的每一天。今日，距离2008北京奥运会召开还有93天，恰逢我们向阳小学以“奥运牵系你和我，健康欢乐动起来”为主体的阳光体育活动推动会隆重召开，让我们共同唱响心中最美的旋律，预祝大会圆满成功。

我宣布：桦甸市向阳小学阳光体育推动会此刻开始。（欢呼）同学们，挥舞你们手中热情的小手，放飞你们心中完美的梦想，让我们永远阳光，永远健康。

2、赵校长致词。

3、体育组长周文忠教师讲话。

4、少先队员发言。5.2中队潘力源

5、三操展示。

6、各年段学生团体活动。

(1) 一、二年段以游戏为主，提议：丢手绢或是老鹰抓小鸡。

自我的所作所为也要有安全意识。青少年时期容易冲动，容易感情用事，所以，在同学间遇到矛盾时，必须要冷静，要理智，切忌用拳头代替说理，给自我和同学带来不良的后果。

(2) 三、四年段丢沙包或是跨下传球。

(3) 五、六年段篮球，跳大绳或是条小绳。

7、集队，总结。

同学们，“每一天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”是一种时尚健康的生活理念，让我们每一天都拥抱阳光，进取投身阳光体育活动，享受阳光体育活动的欢乐，做一个全面发展的好学生。今日的阳光体育活动推动会圆满落下帷幕，祝福同学们健康欢乐每一天。

有人曾形容“阳光体育运动”意味着学校体育的春天到来。教育部有关负责人指出，“阳光体育运动”号召学生到阳光下、到操场上、到大自然中去锻炼身体，陶冶情操。当前，全国各地都在进取探索，以创新的手段推进学校体育教育。在今后的教学工作中，我们向阳小学还将一如既往地开展好阳光体育运动，确保全体师生的身体健康，把阳光体育活动落实到实处，让学校处处充满阳光。