

# 中班体育活动教案反思(实用6篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。写教案的时候需要注意什么呢?有哪些格式需要注意呢?以下我给大家整理了一些优质的教案范文,希望对大家能够有所帮助。

## 中班体育活动教案反思篇一

• 据我的观察,本课中自由队形的“快乐蹦蹦跳”学生能够在小组内积极动脑,创新新的跳跃队形,最让我欣喜的是其中有一组女生创编了8种队形,最少的组也创编了5种;有80%的学生通过学练与思考能选择合理的传球线路传球或者有意向进行有目的的传球,提高了进攻的时效性,增强了团队合作意识,基本达到了我预设的教学目标;运动强度、运动密度也达到了我预期的标准。

2. 总结一下教学效果较好的主要因素:“三步球”是對抗性游戏,是一项很有趣味性的教材内容,兴趣是最好的老师,从第一节课就深受学生喜爱,所以我上起来就得心应手;四种辅助教学方法有效地提高了学生学习的效率,让学生在运动实践中自己思考解决学习重点,这四种方法分别是黑板画图讲解、围圈以少抢多、上三步迎面对传、分男女小区域比赛;我的精神状态很好,教学语言有一定的煽动力,而且我也有篮球基础,有效地带动了学生学习的积极性。

3. 今后教学中应特别提醒自己注意的主要问题:我在上课时的身体的小动作特别多,自己没感觉,这些都是在日常上课时形成的坏习惯,太随性了,要在日常教学中慢慢改之;学生在分小组自主比赛时有大量时间在判断犯规的问题,影响了学生运动的时间,我应在以后的球类比赛教学中第一节课时就增加对犯规的解读,这样就能“磨刀不误砍柴工”了;为了让学生能分清同队队员我采用的是头上扎红丝带的方法,

这个方法既不省时也不省力，后来想到大家穿的都是统一校服，当时我可以一队把校服外套脱下，另一队不脱就好了，又清楚又省时省力。使用怎样的“三步球”教学术语，使小学生能理解，值得研究。

## 中班体育教案反思篇二

为了全面贯彻落实《幼儿园教育指导纲要》（试行）和《3—6岁儿童学习与发展指南》精神，丰富我园幼儿户外游戏和体育活动内容，也为了教师们能更好的进一步探索幼儿户外体育活动的形式和方法，全面提高我园幼儿的身心健康成长，促进幼儿全面发展。我园在开学前，就对全园开展户外游戏和体育活动进行了全面部署，现将活动情况总结如下：

### 一、领导高度重视，有计划开展活动。

此次户外游戏和体育活动的开展得到了幼儿园领导的高度重视。园长李艳红亲自抓此次活动，她担任课题组长，积极认真地组织我园各项户外游戏和体育活动的稳步开展。一是抓得早，落得实。从九月初开始，园里就把活动纳入幼儿园的一日工作中，专门对课题研究成员进行了详细而具体的分工，制订出了此课题的实施方案，每班也有专门的教师配合负责此项活动的开展；二是各班组教师都能结合本班幼儿年龄特点制定各班户外活动计划，并能结合我园的实际组织开展各项户外游戏和体育活动。

### 二、以教研推动各项活动稳步开展。

为了全面提升我园师生的身体素质和整体做操水平，九月初，我园利用教研时间全体艺术教师对幼儿广播操、操前律动、器械操进行了精心的编排和学习。教师们经过认真排练，反复练习，九月底，全体教师进行了幼儿广播操、操前律动、

器械操表演交流活动。我们在表演交流时发现新教师和转岗教师幼儿广播操《世界多美好》没有经过培训，动作不够标准。我们就再次利用教研时间，对教师进行幼儿广播操《世界多美好》培训，培训过程中老师们认真练习，相互指导。现在我园老师们做操都能做到精神饱满、动作标准规范。特别是非专业教师的做操水平有了很大进步。老师的动作标准规范了，老师带动孩子，现在我园孩子们的整体做操水平也大有提高，我们准备下学期在各个班级组开展幼儿广播操表演，增强幼儿体质，使幼儿身心健康成长。

十月份，健康教研组组织全园各大、中、小班健康教师分别对本班个别幼儿进行了个案跟踪，老师们对观察到的现象做了详细的记录和现象分析，并采取了相应的实施措施，记录下了措施实施后的效果。此次活动的开展，使我们了解了孩子的想法和他们的需求。为了进一步提升全体教师的教育教学水平，促进教师的专业化成长。十月我园还开展了健康领域首席教师教学观摩研讨活动。我园的骨干教师常银环老师主动承担此次教学观摩活动。活动中常老师充分发挥孩子的主体性，整个活动都体现了让孩子交流、探索、合作。充分为我园教师做了健康领域的示范课的引领作用。观摩活动结束后，保教主管组织全体教师进行了以反思、评课、研讨为主题的'园本教研活动，每位教师都能看到常老师的闪光点，从自身教学实际出发，总结经验，还能发现问题，提出改进措施。

为全面提升户外体育游戏活动质量，促进幼儿身心健康发展，十一月，我园健康教研组组织全体教师开展了以“沐浴阳光，健康成长”为主题的户外体育游戏评比活动。为了给教师们搭建一个互相学习的平台，我们还组织了本次户外活动设计的交流与评比。在交流活动中，教师们将自己设计的户外游戏活动做成了图文并茂的ppt演示文稿。从游戏活动的设计意图、活动材料的准备、活动过程以及活动的反思等方面，与全体教师进行交流与分享。本次活动并评选出了优秀活动设计奖五名，李艳红园长为获奖的教师们颁发了奖品，并对此

次活动的开展及效果给予了充分的肯定。她还针对本次户外活动开展的情况给教师们还提出了一些改进的措施和意见，希望教师们充分利用本次活动机会，在各个班级之间开展户外游戏共享活动，将幼儿园户外游戏活动开展得更加多姿多彩！

十二月我们在不同年龄班家长中投放了家长调查问卷，调查孩子坚持三个多月参加户外游戏和体育活动后，孩子的身体素质、运动能力及性格、合作意识等各个方面发生的变化。我们从家长问卷中分析出，大部分孩子在参加了我园组织的户外游戏和体育活动后，孩子的身体素质、运动能力及性格、合作意识等各个方面都发生了很大的变化。大多数孩子的身体素质、各项运动能力等方面都得到了提高和发展。家长们也对我园开展的户外游戏和体育活动给予了一致好评，他们看到自己的孩子通过参加户外游戏和体育活动后，体质增强了，少生病了；孩子变得更大胆、自信了；敢与人交流了；小伙伴比以前多了……家长看到自己孩子发生的变化，感到非常高兴，并要求我们能经常开展此类活动，使孩子的身体素质、运动能力等各方面得到全面提升。

## 二、以幼儿为主体，注重孩子个性发展。

本次户外游戏和体育活动的开展，最突出的特点之一就是面向全体幼儿，真正以幼儿为主体。活动面向每一个孩子，目标是提高幼儿对身体锻炼的兴趣，促进幼儿身体的健康发展，让幼儿掌握各种基本动作的技能和技巧，让每一个孩子都能感受到参加集体活动所带来的快乐。游戏玩法是幼儿游戏的主要动力。以往都是老师教授，全体幼儿机械的按同一个玩法游戏。这次，我们把游戏的主动权交给了孩子，放手让幼儿去想如何玩？都可以怎样玩？在幼儿自主的活动中，其个性的发展才是充分的、最和谐的。幼儿不仅从中得到了快乐，探索和解决问题的能力也得到了很大的提高。

## 三、家长大力配合，参与活动的积极性高。

本次活动，我们也得到了全园家长们的大力支持和配合，全园家长们踊跃参与，有的买来跳绳、毽子、呼啦圈、魔术球等增添孩子活动器械，有的充分发挥了自己的想象力和创造力，把身边可利用的各种废旧物品制成孩子们活动的器械，如：收集易拉罐做成梅花桩、大纸箱做成锻炼钻爬的小山洞、制作小圈圈、彩色纸球、缝沙包、做小拖车……家长们的积极配合，使我们的户外游戏和体育活动开展的更加丰富多彩！

#### 四、活动形式多样，体现了园本特色。

此次我园开展的户外游戏和体育活动形式多样，老师们集思广益、千方百计开发户外活动器械，创新出多种多样的玩法。

##### 1、活动内容新颖，各具特色。

各班教师选取的活动内容适合幼儿年龄特点和发展需求，活动方案具体详细，活动目标明确，操作性强，富有特色。教师们还将平时幼儿爱玩的游戏活动、音乐活动及民间体育活动作为大的方向，让幼儿易懂，易学。例如：小班活动注重情景性、游戏性和趣味性，师生活动投入，兴趣盎然，主要锻炼幼儿的协调能力。如：《吹泡泡》《兔兔跳》《打保龄球》等。中班活动一物多玩效果显著，老师们主要为孩子们创设良好的探索空间，引导幼儿用一种材料可以玩出多种玩法，鼓励他们玩出花样，如：《好玩的圈圈》套圈，滚圈，钻圈、跳圈等等，《好玩的彩棒》孩子用彩棒搭出小河、小桥、山坡等等。孩子的想象力和创造力得到了丰富和发展。大班活动轮胎玩玩乐、跳跳球、跳大绳等活动富有挑战性，锻炼了多种运动技能，注重规则意识和合作协调能力培养。另外，传统的民间游戏《老鹰捉小鸡》《跳绳》《踢毽子》《跳房子》等，孩子们也百玩不厌，他们在游戏中奔跑，嬉戏，叫喊，尽情释放着他们的快乐。

##### 2、活动组织到位，形式灵活多样。

教师在活动组织上比以往更加科学合理，活动形式更加灵活多样，富有变化。如分散、自主和集体相结合，教师以引导者、游戏者的身份参与活动，根据幼儿兴趣和运动量，随时变化游戏形式，确保活动的趣味性和高效性。

### 3、活动器械丰富，注重一物多玩。

各班教师发挥想象力和创造力，精心购置和利用身边现有资源及废旧材料，为幼儿提供了种类繁多、数量充足的户外活动器械。如小班的多功能沙包、尾巴、彩色飞碟；中班的花毽子、旋转跳跳圈、过水洼、小高跷等；大班的足球、开心跳跳球、跳绳、蓝球等，丰富的活动器械，既调动了幼儿参与活动的兴趣，又为户外体育活动的开展提供了物质支持。其次活动中教师充分挖掘每种器械的价值，鼓励幼儿自主选择，探索器械的多种玩法，发挥了幼儿的想象力，调动了幼儿的主动性和积极性，又使活动器械得以充分利用，使得体育活动更富变化、更具有魅力。

### 4、注重活动的整体性和教育性，使幼儿体验快乐。

活动中以幼儿为主体，尽量鼓励幼儿自主选择活动，且注重活动的整体性和教育性，如集体活动既涉及跑、跳、钻、平衡等多种动作技能的锻炼，又注重团结协作和德育教育的培养，使每一个幼儿在感受参加集体活动带来的快乐的同时，促进了幼儿综合能力发展。在不知不觉中孩子们的体能得到训练，也自我形成了游戏规则意识。

总之，这次户外游戏和体育活动充分展示了幼儿园户外活动的重要性和独特的魅力，增强了教师和家长们对户外活动的认识，提高了我园户外活动的质量，推动了我园户外活动的纵深发展。孩子们在户外游戏和体育活动中所呈现出来的那种天真、活跃、快乐、健康成长的气息溢满了整个幼儿园。我们在整个活动中都是以幼儿为主体，处处体现了幼儿户外游戏和体育活动的多元化。此次活动，在园长的亲自带领下，

全体教师积极参与，全园家长大力配合，充分展示了我园自己独特的办园优势，展示了公办幼儿园的品牌形象和风采。

## 中班体育活动教案反思篇三

本次活动主要体现了以下三个特点。一是平等、和谐的气氛；二是层层递进的环节；三是师幼、幼幼有效地探索和互动。探索用多种方法解决问题是这个活动的重点之一，将每一次探索和难度的提升渗透到孩子们感兴趣的游戏中；而掌握洞的正确概念，并能够用各种肢体语言准确地表现出来是这个活动的另一个重点，我借助的则是让小小报纸球穿过的游戏。

环节一：我让孩子们玩手指变魔术的游戏时，有部分孩子没有领会要把小手拿出来，我马上“变”出了大拇指，走到每个孩子面前，互相用拇指点点头，于是孩子们的脸上有了开心的笑容。

环节二：我请孩子们在自己身体上寻找洞洞，孩子们找到了身体上的各种洞：眼睛、嘴巴、肚脐、鼻孔、手指变成的洞等，我马上进入到下一个环节，两手张开，请孩子们用准确的语言说出为什么这不是一个洞。

环节三：当我发现一个孩子将手臂放在耳边变出了洞，和别人变得不一样时，马上招呼其他幼儿来看看他是怎么变的，于是所有的孩子都将手臂放在耳边变出了洞。我在旁边不断地提醒：动动你的小脑筋。能想出和别人不一样的方法吗？有一个孩子用双手交叉变成了洞，我马上朝他点了点头，又用手指了指他的腿，说：“你能再试试吗？”孩子马上心领神会，用脚变出了洞洞。

环节四：孩子们变出了洞洞，都等着我用纸球来“检验”洞洞是否结实。我赶紧请孩子们分成两组，男孩子和女孩子面对面，当一组变洞洞的时候另一组就把手中的报纸球从洞洞

里扔过去，我做过示范后孩子们就非常投入地玩了起来。

活动后我进行了分析，总的来说，这个活动来源于幼儿生活，设计层层递进，活动中幼儿始终处于自主积极的状态，与老师配合默契。随着教师预设情景的不断深入，孩子们由游离于目标之外到对活动本身产生较高的兴趣，从不熟悉老师到愿意和老师一同想各种办法，贯彻了《幼儿园教育指导纲要》中一再强调的让幼儿在自由探索、相互学习中解决生活中的问题。对这个活动，我有以下几点体会。

体会一：互动是孩子学习的主要方式，包括孩子与教师、同伴、材料的互动。良好的师幼关系是师幼互动的前提，教师要注意营造轻松、温馨、激励的良好氛围，让孩子信任、亲近教师，愿意和教师交流，愿意展示自己的动作。

体会二：只有当学习者自己觉得学习活动是有意义、有兴趣的时候，他们的意识与行动才是统一的，才会表现出积极、自觉的行动，所以了解幼儿的年龄特点非常重要。

体会三：孩子们有着极强的接受能力，良好的思考、探索习惯。不是一个老师或者一个活动就能够解决的，这需要全社会包家庭、教育机构及教师的共同配合。

体会四：无论何时何地，教师都要针对孩子的特点采取适宜的教育方式。

这个活动最大特点是体现了一个层层递进的过程，具体表现在：动作发展的递进，手指—手臂—四肢躯干—多人的肢体配合，幼儿在洞由小变大的的过程中体验着探索和发现的趣味性；难度的不断递进，个体自己变—两人互动—多人变大洞—借助周围其他环境中材料变洞洞，不断提高变化的难度，使幼儿一步步去解决问题，达到目标，是一个跳—跳的发展过程；兴趣点的不断递进，幼儿从不理解游戏的意图—渐渐深入游戏—模仿教师活动—自由创造小洞—兴趣盎然地投入



不断的探索中，教师生动的趣味性语言加上恰当的肢体语言，引导、感染着每一位幼儿，师幼间形成了默契的配合。

活动中，我也采取了一些非常好的教学方法。尤其是在对幼儿注意力和专注力的培养方面：在一个变洞一个投纸球的两人互动活动中，投的幼儿注意力必须处在高度的集中状态才能准确地找到相应的洞投进去，而变洞的幼儿只有快速投入地思考才能在短时间内找到身体中可“围集”的地方。这个游戏在最大程度上让幼儿投入到了思考、应变的活动状态中，幼儿在应变中体验着变化所带来的乐趣。

略有不足的是，在施教活动中有些急促，应再放慢一些速度，提问后给予幼儿思考的时间，语速再慢一些、柔一些，心再静一些，可能整个活动会更稳一些。

可以说，在整个过程是一切从孩子的兴趣出发，始终以平等的参与者的身份和他们一起游戏、运动的，整个环节是自然过渡的，没有丝毫的生拉硬拽，整个活动让孩子感受到了运动带来的快乐。

## 中班体育教案反思篇四

中班幼儿动作发展进入了一个快速发展的关键期，《纲要》中指出：综合性地开展各类体育活动，能促进幼儿肢体的均衡发展 and 基本运动能力的全面发展。根据中班幼儿的年龄特点和认知发展水平，我设计了本次体育活动——青蛙跳跳跳。

《纲要》中指出：活动目标是活动的出发点和归宿，因此我为本次活动设计了两个活动目标1、模仿青蛙的动作，学习青蛙跳。2、学习双脚并拢向不同方向跳，训练幼儿肌肉的耐力。为了达到以上两个活动目标，我为本次活动准备了小青蛙操及音乐、在场地上布置了一个大的池塘、并用皱纹纸制作了小虫子若干，考虑到我为孩子们选择的青蛙音乐操的动作和节奏比较快，所以在课前先教了孩子们动作，但练习的不太

熟练。

本次活动以运动为载体，通过创设简单的游戏情景、使幼儿主动参与活动，体验运动的快乐，掌握一些简单的运动技能。活动一开始，我以童话故事《小蝌蚪变青蛙》为切入口，通过情境导入，带领幼儿随着音乐模仿小蝌蚪变青蛙等动作，孩子们对老师准备的小青蛙音乐非常的感兴趣，调动了幼儿学习的积极性。

活动的基本部分，我设计了让幼儿探索小青蛙跳、学习青蛙跳、练习青蛙跳、帮助捉害虫四个主要环节，期间环环相扣，层层递进的活动设计力求更好的达到活动目标。在活动的结束部分，引导幼儿跟着老师进行简单的放松活动。整个活动力求在师幼间的积极互动中让孩子在轻松、愉悦的氛围中自然而然地学习青蛙跳，并学习双脚并拢地朝不同方向跳，训练肌肉的耐力。

整个活动下来，就教学目标的达成来分析，孩子们在活动中学会了青蛙跳，同时巩固了幼儿双脚并拢朝不同方向跳，训练了幼儿肌肉的耐力。就孩子们参与程度来分析，孩子们主动的参与活动，在活动中积极性很高，兴趣很浓。在活动中虽然老师重点讲解了青蛙跳的动作要领，但老师没有重点强调动作，没有强调让孩子跟着老师一起多练习几遍，幼儿在游戏中还是不注意动作的要领，随意跳的现象时有发生。如果在活动开始部分老师如果通过一首进行曲的音乐来引导孩子们踏步走成队列，孩子们的积极性会更高，注意力会更集中，老师也不用太累。

## 中班体育活动教案反思篇五

这节中班体育活动玩轮胎的活动目标是练习平衡、钻爬和推拉的基本技能，发展幼儿上肢动作和力量，并让幼儿享受到玩轮胎游戏的乐趣，发展幼儿动作的协调性和灵活性。轮胎

在各个幼儿园都是随处可见，但是利用率却普遍偏低，且在幼儿园的活动中，缺乏对幼儿上肢力量锻炼的活动。

我设计此次活动目的是不要忽视对幼儿上肢力量的锻炼，以后能提高轮胎在教学及日常活动的运用这节活动的重点是练习平衡、钻爬和推拉的基本技能，发展上肢的动作和力量，活动难点是上肢动作和力量的训练，为了解决本次活动的重难点，我设计了以下环节：平衡练习、滚动练习、翻滚练习、搬运练习以及翻越练习，每个环节都围绕着教学重难点来进行在滚动练习中我要求幼儿用最简单、省力的方法来把轮胎搬运到老师身边来，大部分幼儿都能用滚轮胎的方式来完成，我也及时的对滚轮胎是最简单省力的进行了总结，在接下来的游戏中，由于部分幼儿并未按照教师的要求分成两组来进行滚轮胎，让我有些措手不及，就出现了一句有歧义的话：老师还没有让你们滚，致使当时的课堂气氛比较尴尬，事后想想，我当时如果能运用教学机智补充一句：还没有让你们滚轮胎，就可使这种尴尬气氛消弭于无形在后面的. 翻滚、搬运以及翻越练习中，我都明确的提出了要求，整个活动过程比较紧凑，强度较大，对幼儿的体能提出了较大的挑战，在完成所有练习后，带领幼儿进行了放松活动并对这节课进行了总结：知道了滚轮胎是最简单省力的方法、锻炼了身体。

较好的完成了课前制定的活动目标，并与幼儿一起分享了轮胎游戏的乐趣。

## 中班体育活动教案反思篇六

跳跃是中班孩子较喜欢做的动作，助跑跨跳过一定障碍物能使他们获得对自己身体发展的自信心。本次活动的制定符合他们年龄特点以及本班幼儿实际发展情况，通过尝试、模仿、练习，可以让他们的动作更轻松、自然、协调，从而提高他们的身体综合素质。

中班幼儿，在身体发育上已有了很大的发展，在动作技能上也有了较大的发展潜能，动作的协调性增强，体力明显增强，活泼好动，喜欢尝试一些新奇、富有挑战性的动作、玩法的活动。与同伴也开始出现一些合作关系，来获得对身体运动的经验，也有了一定的安全意识。

1、学习助跑跨跳，并且动作协调地进行游戏。

2、尝试接受挑战，感受体育游戏的乐趣。

重难点：学习助跑跨跳，动作协调地进行游戏。

宽度为50、60厘米的硬纸板若干当做小河，高度为20、30厘米的跨栏若干（皮筋、板凳代替）。

基本流程锻炼身体——练习跨跳——森林越野——结束活动

时间教师组织行为幼儿预设行为

一、锻炼身体。

老师扮演兔妈妈，小朋友扮演小兔，来到操场做运动。尤其要压压腿、跳一跳，锻炼腿部肌肉。小兔们跟着兔妈妈锻炼身体。通过对腿部的锻炼，让孩子们打开身体，更容易跨跳。

二、练习跨跳。

1、学习本领。

引导语：“今天我们要运货到森林里去，哪只勇敢的小兔愿意跟我去？”“但是，我们要经过森林里的障碍，要先学会跨跳的本领。”

2、教师示范动作，并说出动作要领：“跑跑，快快跑！伸出一只脚，用力跨过去！”幼儿原地练习。

通过儿歌式的动作要领，学习助跑跨跳的本领。

### 三、森林越野。

#### 1、教师介绍三条路线：

第一条难度较低（50厘米的两条“小河”）

第二条中等难度（60厘米的两条“小河”）

第三条难度较大（高20厘米的两条跨栏）

将幼儿带到这里，告诉他们运货过程有点困难。观察它们有什么不一样，选择自己喜欢的路线进行练习，同时鼓励幼儿多个路线进行尝试。

2、请动作准确的幼儿为大家示范。跨“小河”时注意脚尽量往前伸，跨栏时还要注意抬起一定高度，不要把“栏杆”碰倒。

#### 3、小兔子运货。

（合并三条路线，最后一条路线设置为一条20厘米的跨栏、一条30厘米跨栏，增加挑战的难度）幼儿尝试三条路线的练习。

请动作准确的小兔示范。

幼儿通过森林障碍运货。

通过创设情境，选择适合自己的难度进行挑战，进一步巩固助跑跨跳的动作。

### 四、活动结束。

幼儿放松身体，结束活动。幼儿放松身体。通过拍拍打打，  
放松身体。

活动反思（评析）