

# 2023年端午节体育活动方案(精选8篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

## 端午节体育活动方案篇一

1. 幼儿能顺利爬上梯架，并在横梯上直立行走。
2. 增强幼儿的身体平衡能力，提高协调性。
3. 增强幼儿的勇气和自信心。

梯架两组(四个)，横梯两个，海绵垫四块。

1. 跟随音乐，组织幼儿进行热身运动，锻炼腿脚的灵活性。
2. 教师交代活动玩法和规则，请幼儿示范。

(1)交代玩法：将幼儿分成两队，排队进行游戏，爬上一端的梯架，在横梯上直立行走至另一个梯架，然后跳在海绵垫上。

(2)幼儿自由进行游戏。

3. 教师总结动作要领，再次尝试。

一轮结束后，教师讲解动作要领及注意事项，比如，跳的时候一定要膝盖前屈，伸开双臂等。

4. 随音乐进行放松运动。

## 端午节体育活动方案篇二

- 1、探索椅子的各种玩法，充分练习跳、平衡、跨等动作。
- 2、喜欢与同伴合作，体验合作游戏带来的挑战与快乐。
- 3、提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。
- 4、锻炼幼儿的团结协作能力。

人手一把椅子、音乐、安全教育。

今天我们要和你的小椅子来玩游戏，你们想玩吗？

1、初步探索一个人的玩法那么你们想跟你的椅子朋友怎么玩呢？现在就请你们来试试看吧！

幼儿探索、交流玩椅子的方法。

2、听口令玩椅子原来椅子有这么多玩法，现在老师要请你们听口令来完成动作，看看哪个小朋友的反应最快。

好，你们准备好了吗？开始——举手、举脚、拍手、拍脚、手脚同拍……

1、刚才我们都是一个人跟小椅子玩，那我们能不能几个人一起玩呢？现在就请你们找到自己的好朋友，几个人商量看看可以怎么玩椅子游戏。来大家试试看吧！

2、幼儿探索、讨论、游戏。

教师巡回观察指导并参与游戏活动，同时提醒幼儿注意安全。

3、集中展示，如何玩椅子。

4、集中练习。

1、下面游戏开始了，请全体小朋友一起来玩椅子游戏。

2、教师示范动作，幼儿分组练习。

3、两组进行比赛。

幼儿跨过跨栏、走过独木桥、越过小山，夺取红旗。

新课程的理念是让每个幼儿都能在原有的基础上得到发展。活动中，我紧紧把握这个理念，使幼儿在积极愉快的气氛中以游戏的形式，让幼儿轻松地认识、理解了学习内容。课上的气氛也是很活跃的，发言也很积极，较好地达到了预期设计的活动目标。

## 端午节体育活动方案篇三

1. 练习攀登、平衡、跳跃等基本动作。

2. 能积极参加游戏活动，乐于与同伴合作用轮胎练本领。

1. 汽车轮胎每人一个;2. 《开汽车》音乐、《扭扭操》音乐。

幼儿听音乐俩人或三人合作开汽车：汽车慢慢开——快快开——上坡——下坡——原地转弯——跳过小土丘等。

1. 教师：小小杂技员本领可大了，可以用轮胎玩许多游戏，你们愿意做小小杂技员吗?接下来就请大家去找一个或几个朋友商量玩轮胎可以怎么玩，一起先练一练。

2. 幼儿与同伴合作用轮胎做游戏，教师巡回观察指导。

3. 展示交流,对一些玩法组织幼儿集体练习。

(评析：由于轮胎这一器材是幼儿所喜爱的，孩子们在玩轮胎时兴趣非常浓厚，自由探索练习充分满足了不同个体的学习需要，让每个幼儿按照自己的兴趣特点去探索。集体练习让幼儿分享了别人的'经验，体验分享的快乐。)

### 1. 练习平衡：

(1) 教师与幼儿合作示范玩法，如幼儿中有该玩法可请幼儿示范玩法：将轮胎一个接一个摆好，两人手拉手分别在轮胎两侧走、跑。

(2) 幼儿多人合作练习平衡，教师巡回指导。

### 2. 练习攀登、平衡、跳跃：

(1) 师生合作用轮胎搭建小山，搭好后，请个别幼儿尝试攀上小山，再跳下。

(2) 探讨：怎样表演“爬小山”节目比较安全？

(3) 幼儿六人合作搭小山，进行攀登、跳跃的练习。

(评析：游戏的难度及挑战性不断增强：一方面运动技能要求提高，另一方面，合作的难度也增加了，适当的挑战增强了幼儿的活动兴趣，同时，也使运动能力得到了发展。)

### 3. 游戏：过小桥、爬小山。

幼儿分成四队，听到开始口令后，每组幼儿合作，先将小桥和小山构建好，然后回到起点，两两练习走小桥、爬小山、跳下小山，再从旁边跑回来。游戏以接力形式开展。

(评析：游戏“过小桥、爬小山”是一个9人小团体竞赛，由于人数的增加，幼儿之间的合作技能要求更高，采用了竞赛的形式更易激发幼儿活动的积极性，提高练习的兴趣。)

1. 小结比赛情况、合作情况。
2. 幼儿听音乐跳“扭扭操”做放松动作，愉快结束。

## 端午节体育活动方案篇四

- 1、尝试用钻和跨的动作合作完成游戏，体验成功的快乐。
- 2、调节肢体动作的灵活性和协调性。

活动准备：1、泡沫板（两人一块）、

2、标记线、

3、示意图卡、（游戏玩法、规则、注意事项）

4、音乐（三段不同性质的音乐：热身——游戏——放松）

一、热身运动：

老师：孩子们！我们背上小书包去郊游了！出发！

（动作：跷跷板、划船、小火车、过河??）

提示：幼儿随着音乐节奏，在老师引领下利用泡沫板，尝试同伴合作进行热身运动 过渡：孩子们，我们先坐下来休息一会，（队形：半圆）

二、体育游戏《烤香肠》

（一）引发游戏兴趣

1、你们吃过香肠吗？你能用身体来表现香肠的吗？（幼儿表演）

2、，今天我们就来玩一个有趣的`游戏，名字就叫《烤香肠》怎么玩呢？

## （二）老师介绍游戏的玩法和规则（提示：规则卡）

1、老师一边讲述游戏的方法一边用图示卡进行提示并突出游戏的重点动作：跨、钻

2、请两位幼儿进行示范，再一次理解游戏的玩法

3、介绍游戏方法过程中穿插游戏规则

烤三次“香肠”才能算熟（“厨师”从做“香肠”的小朋友身上跨过去，“香肠”翻个身，“香肠”手脚着地，做拱门状，变胖了，“厨师”从“香肠”下面钻过去算作烤一次；循环持续跨过去、钻回来，反复三次，“香肠”就熟了。

烤好的“香肠”要做一个可爱有趣的动作，表示香肠烤熟了。

两个朋友可以互换角色，再次游戏。

4、交代游戏的注意事项：双手护胸自我保护

## （三）幼儿游戏

1、幼儿两两合作进行游戏的尝试，练习跨和钻的动作，完成游戏“烤香肠”

2、交流分享并示范

说说你们用什么好办法能让“香肠”烤得快一点？

如果一个矮个子和一个高个子合作的话，又能用什么好办法烤得快一点呢？

### 三、 幼儿再次练习

#### （四）游戏竞赛“烤香肠大赛“

肠”一次躺在垫子上。“厨师”要跨过每一根“香肠”，再从每一根“香肠”下钻回来，拍一下“小厨师”的手，下一位“厨师”才能出发。重复前面的动作，直至所有的厨师都拷过香肠。

#### 2、介绍游戏规则：

第二个“厨师”在与第一个“厨师”拍手前不能提前越线。

率先考完所有“香肠”的“厨师”组获胜。

3、交代游戏注意事项：“厨师”要注意安全，不要把“香肠”踩坏了。（提醒做“香肠”的小朋友双手抱在身体上保护好自己）

#### 4、幼儿开始游戏

### 四、结束活动：幼儿放松运动

## 端午节体育活动方案篇五

1、会两手两膝着地爬，四散爬，向指定方向爬

2、认识乌龟的外形特征，培养幼儿对乌龟的喜爱

3、能体验爬行活动的乐趣，并能大胆勇敢地参加活动游戏

1、乌龟一只

2、乌龟“贝壳”若干，大树，猴子、大象等头饰各一个，音乐磁带一盒

## 一、开始部分

放音乐，教师带领幼儿做准备活动（活动的时候注意膝盖，手的运动）

教师：“小朋友，今天天气真好，咱们到草地上去运动好不好？”

## 二、基本活动

（一）引起幼儿兴趣观察乌龟，了解外形特征及运动方式

1）教师“小朋友跳得真棒，有一位客人也想和大家玩，它是谁？”（出示乌龟，引导幼儿观察起外形和运动方式）

2）你发现小乌龟身上有那些秘密？

3）小乌龟在地上是怎样走路的？

（二）幼儿练习两手两膝着地爬

2、对那几个小朋友的爬行，并示范讲解爬的要领

对了，他们的膝盖在地上，小手也在地上，头要抬一点，眼睛向前看，准备好了开始爬（教师边见解边示范）小朋友也来试一试吧！

3、幼儿自由练习四散爬，教师巡回指导

教师：小乌龟们，咱们爬到那棵大树下去玩好不好？跟着妈妈一起爬过去吧！

妈妈爬不动了小朋友自己爬到草地上去玩吧，一会儿妈妈来叫你们。



小乌龟比一比看谁先爬到妈妈这里来

教师：

1) 妈妈给你们准备了一样礼物，有了它就会变成漂亮的乌龟，想知道是什么吗？咱们快行动起来变漂亮吧！（指导幼儿背上背察边）壳）

2) 漂亮的乌龟要爬过草地到猴子家去玩----（边练习边观察边）

三、结束部分，做放松运动

教师：今天我们不仅学会了爬的本领，还到小猴、大象家去玩了，你们高兴吗？让我们随音乐跳起来吧！

## 端午节体育活动方案篇六

椅子是天天陪伴幼儿生活和学习的好伙伴，将椅子作为幼儿的一种体育器械，它的功能是非常丰富的，可以排列、倒放、垒高……通过锻炼可促进幼儿走、跑、跳等基本动作的发展。因此，根据中班幼儿的年龄特点设计了本次体育活动《小椅子》，结合数字宝宝1——6尽可能的为幼儿提供思考、尝试、创新的机会，不断拓展他们的想象空间和创造空间，发展智力水平，让幼儿边玩边学，积极开动脑筋，更大限度发挥体育活动的寓体寓智的双重功能。游戏中充分调动幼儿的积极性，把他们对体育运动的渴望淋漓尽致的表现在身体的活动中，从而丰富他们的想象力、创造力，唤起他们的竞争意识。

1. 与同伴友好的合作，体验玩椅子游戏带来挑战的成功感。
2. 将数字与椅子相结合多样化地玩椅子游戏，提高幼儿的反应能力。

3. 能大胆、自主尝试在搭建的椅子上平稳地行走。

活动重点：将数字与椅子相结合多样化地玩椅子游戏。

活动难点：能大胆、自主尝试在搭建的椅子上平稳地行走。

材料准备：小椅子若干把(同幼儿人数)、口哨、数字卡片1——6；

经验准备：班级内幼儿喜欢玩椅子，对椅子都很熟悉。

空间准备：宽敞、柔软的户外场地。

1. 幼儿端椅子进入活动场地。

2. 幼儿和椅子玩热身游戏。

数字1——站起来；2——坐下；3——站在椅子的左边；4——站在椅子的右边；5——绕椅子转一圈；6——男孩女孩交换位置。

1. 一次游戏，一个小朋友坐一把椅子；

2. 二次游戏，两个小朋友坐一把椅子；

3. 游戏以此类推。

1. 小椅子组合的平衡练习；

2. 请小朋友齐心协力搭建大桥到达终点。

1. 师幼分享今天游戏中的故事。

2. 师小结：今天孩子们真勇敢，在这么多的小桥上走得那样平稳，而且有的小桥很不好过去，但孩子们都能尝试，都能保护好自己和同伴，让我们轻轻端起椅子朋友，下次再来和

它玩游戏。

### 3. 游戏结束。

提高幼儿的勇气，下次将和眼罩组合，开展椅子的游戏。

“椅子”是幼儿非常熟悉的生活用品，幼儿经常喜欢在椅子上骑马、喜欢推椅子、跳椅子等等活动，因此结合大班幼儿年龄特点，我设计并实施了《椅子的游戏》这一活动。培养了幼儿坚持性这一意志品质。现在我对这一活动做以下反思：

1. 本次活动目标制定符合中班幼儿生理和心理年龄，幼儿很愿意参与游戏。俗话说：“兴趣是最好的老师。”兴趣是一种特殊的意识倾向，是儿童学习的动力源，是入门的向导。事实证明，有了兴趣，活动就有了坚持性。

2. 蒙台梭利说的：“为儿童提供训练意志的材料，从环境中获取积极的经验，丰富儿童生活的印象，并能引发儿童朝着兴趣，有效益的方向发展，使他们从中获取营养意志。”

在教学形式上：让幼儿尝试探索椅子的玩法(因为有了比赛的目标，幼儿就会耐心地、反复地练习。而且他们受大家都在练的环境影响，就有一种内部的驱动力，促使幼儿无数次地反复练一个动作，直到熟练，能参加比赛);结合数字宝宝1——6尽可能的为幼儿提供思考、尝试、创新的机会，不断拓展他们的想象空间和创造空间，发展智力水平，让幼儿边玩边学，积极开动脑筋，更大限度发挥体育活动的寓体寓智的双重功能用椅子进行游戏(让幼儿在进行搭建、尝试运动的活跃氛围中掌握活动的重、难点。让幼儿在自己搭建的椅子造型上练习跨、跳、平衡的技能，也体现了活动的趣味性)、合作(把椅子排成一排，从椅子上跨过去、走平衡等。再鼓励幼儿相互学习，进行多种尝试。设计椅子玩法的时候，我在尊重幼儿的前提下，适当地进行指导，以同伴的身份参与，以增强游戏的趣味性。活动中一系列游戏使幼儿从不会到会，

到熟练，把他们对体育运动的渴望淋漓尽致的表现在身体的活动中，从而丰富他们的想象力、创造力，唤起他们的竞争意识。

3. 整个教学活动环节由易到难，对孩子来说非常具有挑战性、趣味性。设计的竞赛形式也非常符合大班的发展特点。孩子们在层层闯关游戏中兴趣十足，感受到闯关成功后的喜悦。

## 端午节体育活动方案篇七

1. 利用鞋盒，一物多玩。练习侧行助跑跨跳等动作，发展幼儿身体协调性、灵敏性。

2. 锻炼幼儿手臂肌肉力量，学会动手动脑，解决问题。

3. 促进幼儿社会性情感的发展，培养幼儿合作精神、团队精神及竞争意识。

比幼儿人数略多的鞋盒（盒盖与盒身粘在一起）。

### 一、复习游戏：侧行1、2、3

活动规则：师幼对面站，幼儿散开，双手侧平举。老师说1，幼儿向左侧行；老师说2，幼儿向右侧行；老师说3，幼儿停在原地不动。

游戏规则：幼儿自由两两组合，拿一鞋盒夹在两人胸前，双手同时侧平举，两人的手可握在一起。听老师指令，侧行1、2、3。

游戏规则：幼儿分成四组。每小组幼儿合作，看哪一组可用最少的鞋盒，堆得最高。幼儿操作，师指导。

师可引导幼儿在堆到一定高度、手臂举不上去时，可同时举

起上面的.几个鞋盒，在中间加插鞋盒。

师小结，表扬爱动脑筋的幼儿。总结出大鞋盒放下面，小鞋盒放上面，堆的稳。在堆到一定高度、手臂举不上去时，可同时举起上面的几个鞋盒，在中间加插鞋盒。这样就可以堆得更高。

师：鞋盒除了堆着玩，还可以做跨栏。

小朋友知道刘翔叔叔吗？我们今天就来学习刘翔叔叔的本领。

幼儿将鞋盒两个堆在一起，然后一字排开，在操场上排成四个横排，每排中间间隔8—10米。

师示范，助跑跨跳。幼儿练习，先助跑、再抬腿跨。师指导。

分组竞赛。

竞赛规则：幼儿分成四组。同一组的小朋友在起点一字排开，比一比哪一组用最短的时间全部跨过四排跨栏，到达终点。

师小结，竞赛情况。

1. 师小结：今天我们用鞋盒玩了几个游戏。小朋友在游戏中能互相帮助，团结协作，我真为你们高兴。

2. 听音乐，幼儿做放松动作。收拾鞋盒回教室。

## 端午节体育活动方案篇八

能抱住从近距离传递来的球，学习与他人的配合。

能抱住从近距离传递来的球，学习与他人的配合。

1. 皮球若干

## 2. 地上画一条直线 球框

1、与宝宝边念儿歌边模仿小熊走路的样子。

2、用生动的语言讲解游戏的玩法：站在线的起点上，将手中的皮球传递给身边的宝宝，再由宝宝逐一往下传递，最后一名宝宝将球放入框中。

——引导接球的宝宝手心向上抱球。

——如在传递过程中皮球滚落，可鼓励宝宝将球捡回来继续游戏。

——提醒宝宝在传球时要看见同伴的手后再将球轻轻的传给同伴。

——对于能力弱的宝宝，可引导宝宝靠近同伴后再传球。

3、可重复游戏2~3遍后鼓励宝宝模仿吃西瓜的动作，体验游戏的快乐。