

# 最新小中班体育活动教案(汇总5篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 小中班体育活动教案篇一

- 1、能听信号进行前后、左右的运动，提高身体协调性。
- 2、积极参与教学，体验与同伴合作游戏的快乐。

广告横幅、蓝色浴巾各一条。

### 一、热身教学。

- 1、原地踏步走。
- 2、快慢交替原地踏步走。
- 3、手臂教学。
- 4、腿部教学。

### 二、游戏：飞龙乘云。

- 1、出示横幅，吸引幼儿兴趣。
- 2、讲解游戏要求：站在红布下面，根据红布的位置，调整自己的位置。
- 3、幼儿游戏，教师指导，提出注意事项。

4、拓展游戏：双手抓住布的两边，将布拉直。

5、放松教学。

三、游戏：同舟共济。

1、谈话导入：划龙舟。

2、自由探索：

(1)如何能和同伴一起坐到“船”上？

(2)遇见有浪打过来，身体会怎么样？

3、模仿划龙舟，听口令进行前后左右的运动。

4、根据信号进行前后左右的运动。

四、放松教学：齐心协力。

1、幼儿讲红布抓在胸前站成一排。

2、讲解要求：请幼儿做和教师相反的动作。

3、听口令进行放松教学。

4、结束。

## 小中班体育活动教案篇二

1. 练习在平地上走直线，尝试双手如同飞机一样张开来保持平衡

2. 具有初步的大胆进行身体活动的的能力。

从地面上的平衡走变化到一定高度和宽度上的平衡木走及进行各种动作的平衡练习，这对幼儿的身体活动是一个新的问题，有一部分幼儿会由此产生害怕的心理，故在活动器具的选择和活动方法的提供上，要让他们有一个逐渐过渡、慢慢适应的过程。

1. 观赏我国体操运动员进行体操比赛的录像。
2. 高度、宽度要求不一样的平衡木两条，与平衡活动相配套的各种活动器具，如伞、帽子、沙包、球、娃娃、积木等若干。

身体平衡运动，对中班幼儿来说，已不是很困难的事。且每个幼儿在这方面的发展进程是不一样的。有的幼儿可在既高且窄的平衡木上走，有的幼儿只能慢慢地走过低低的宽宽的平衡木。所以教师要根据每位幼儿的实际活动水平、设计和安排难度不一的活动，提供不同的指导和帮助。既可在平衡器材的高度、宽度和坡度上有不同的要求，又可在运动方法的指导上给幼儿不同的示范和选择。可从徒手走逐步过渡到持物走、加速走和在间隔物体上走。

在场地上出示高度（30厘米）宽度（20厘米）不一的平衡木，请幼儿扮体操运动员，自由选择动作走过平衡木。中间提醒幼儿可不断变化手臂动作，如叉腰，上举，侧平举、抱头、曲臂等，教师一旁观察，哪些幼儿已完全自如地进行活动了，哪些幼儿虽能独立活动但动作还很笨拙，哪些幼儿还不能独立地进行活动，在此基础上，给予幼儿不同的指导和帮助。

教师在每次活动时，除了灵活的随机指导外，还必须要有重点指导内容和计划。如第一次是重点指导那些没有勇气登高的幼儿；第二次是指导那些走平衡木脚步姿势错误的幼儿；第三次是指导那些不敢独立在平衡木上走的幼儿；第四次是指导那些在平衡木上不断变化创新动作的幼儿等，除了器具选择的重点指导外，还要有落实到那些幼儿身上的具体指导

方法的考虑。

随着活动的开展。视幼儿的能力发展，要逐渐增加活动的难度，从徒手走到拿小器具在平衡木上走，并鼓励幼儿根据器具等特点创造各种动作；头顶沙袋走、抱球走、撑伞走等，还可以编成游戏让幼儿玩。如“送娃娃过小河”（抱娃娃走过平衡木）、“运西瓜”（幼儿依序站在平衡木上传吹塑球）等。再过渡到在间隔物体上走，如走木梯，走树桩，在平衡木上放一块泡沫塑料积木跨过去等。

### 小中班体育活动教案篇三

1、学习推小车运输，发展身体的灵活性和平衡能力。

2、学习建筑工人不怕困难、勇敢的精神。

学习推小车运输，发展身体的灵活性和平衡能力。

1、大灰狼头饰一个；小推车2辆；积木若干。

2、场地布置。

活动身体幼儿跟着教师转转头，弯弯腰，伸伸手臂踢踢腿。

1、师出示小推车并指导幼儿学习。

提问：这是什么？

请幼儿尝试推车，指导幼儿推车时身体弯腰前倾，两手握紧手把，平稳向前推行。

2、进行推车练习。

分组练习推装有积木的小推车，请幼儿说说自己尝试后的感

受。

### 3、小结。

要使小推车不倒，就要保持平稳。

但是少了很多的砖块，需要我们帮助，有了小推车，我们可以把砖块运到小猪家了。

#### 1、解游戏要求。

游戏开始，幼儿迅速将一块砖（积木）放入小推车内，走过弯曲的山路，路上可能会出现大灰狼，看到大灰狼出现，原地不动，否则就被大灰狼吃掉，大灰狼离开则继续前进，过了山路到小猪家，把砖块放在小猪家后原路返回，接着第二位幼儿运砖。

2、儿分组游戏一次（请一位幼儿当大灰狼），教师对游戏情况进行评价。

3、儿分组游戏进行比赛，看看哪一组运的砖又快又多。

今天小朋友的表现很不错，很勇敢，你们帮了小猪这么大的忙。

## 小中班体育活动教案篇四

2. 遵守游戏规则，练习时不怕累，能坚持。

材料：音乐；红黄蓝绿球各四个，红黄蓝绿贴画20个，彩旗

幼儿：对磁铁的特性有初步了解。

### 一、开始部分

听音乐和老师一起做热身操。

## 二、基本部分

1. 大磁铁和小磁铁教师当大磁铁，幼儿当小磁铁。当磁铁出现，小磁铁就跑过去吸上去。提醒幼儿在跑步过程中要闭口。  
(玩3-4次)

### 2. 智勇大闯关

(1) 幼儿分为四组，五人为一组进行“闯关”游戏。在彩旗门落下时能快速跑过终点的幼儿，自己贴上一个相应颜色的奖牌表示闯关成功。

(2) 第一轮游戏结束后，重点讲解快速跑的动作要领，幼儿练习。

(3) 幼儿再次练习2——3次，提醒出汗的幼儿休息。

### 3. 游戏：快乐碰碰吸

(1) 教师讲解游戏要求：球是有颜色的磁铁，听到哨声后，“小磁铁”要快速吸到与自己奖牌颜色相同的磁铁上去。

(2) 幼儿进行游戏。

(3) 换球摆放的位置再进行1——2次游戏。

## 三、放松活动

1. 随音乐调整呼吸，重点放松下肢。

2. 简单小结，给予鼓励。

3. 师生再见。

## 小中班体育活动教案篇五

球对于幼儿园的孩子来说一点都不陌生，孩子们从小班就开始玩球。到了中班，已经掌握了球的很多玩法，自由地滚球对于他们来说也比较熟悉。结合中班孩子的实际水平，我把本次活动的重点放在花样滚球上，难点则是朝指定方向滚球。具体目标是这样设置的。

- 1、对滚球感兴趣，充分体验在不同路线、不同质地的材料上花样滚球的乐趣。
- 2、能手眼协调控制球向指定方向滚动。
- 3、有带好球宝宝的责任感。

结合中班孩子的年龄特点，整个活动都围绕带球宝宝去旅行的游戏情节展开。根据活动目标和重点难点，我在提前和孩子们尝试球的各种玩法后：

### （一）首先做热身运动。

老师和孩子一起伴随铃儿响叮当的音乐做简单的球操，这是热身也是个准备活动（哼唱着简单徒手示范）。在舒展身体的时候，注意重点活动腰、手腕、膝盖、腿、脚腕等部位，因为这些部位的活动和滚球的动作紧密相关，同时通过球操，孩子们和球自然地成为好朋友。

### （二）基本部分：

- 1、在这个基础上，设置游戏情节并贯穿活动的始终。一开始，用游戏的口吻今天，咱们要带着球宝宝去旅行啦吸引孩子，孩子们的兴趣一下子就调动起来了。
- 2、然后，准备多种材料，比如拱形小桥、垫子、爬坡、大纸

箱子，并巧妙利用它们设计成难易不同的旅行路线，使孩子们在游戏中充分体验花样滚球的乐趣并且自然地掌握怎样控制球向指定方向滚动。

路线主要分为四条，路面材料、设置的障碍物都不相同（结合路线图讲述）：左边的第一条路线有一条小河，孩子们把球滚到这里要及时接住球经过小桥到达目的地，不能让球掉到水里，这样可以提醒孩子注意运球速度，同时锻炼孩子的控球能力；第二条路线中的垫子就是草地，孩子们可以体验在垫子上滚球的不同感受；第三条路线是爬坡、第四条中是纸箱组成的山洞）。

这样，孩子们可以自由选择，走完一条路线可以接着尝试另外一条路线，活动密度加大了，避免了很多孩子等待的现象，尊重了孩子的个体差异，更调动起了孩子们主动思考、积极探索的兴趣。当然，随着活动的深入，可以加长路程或者增多障碍物，也可以借助棍子、羽毛球拍等工具滚球提高难度，使活动具有挑战性，孩子才会对活动始终保持新鲜感和浓厚的兴趣。在这个过程中，老师的主要任务就是仔细观察、及时帮助，使每一个孩子在原来的'基础上都有进步。

3、在活动过程中，要及时关注孩子们的体力状态，适当调节孩子的活动量。当孩子比较累的时候可以用打雷了，要下雨了，快送球宝宝回家吧这样的情节，让孩子得到休息、恢复体力，同时也练习了向指定方向滚的技能，因为球宝宝的家在指定的方位。然后太阳出来了，球宝宝继续旅行，孩子们可以继续探索。