

最新小兔摘果子体育教案(精选5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。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

小兔摘果子体育教案篇一

近年来，随着党支部体育活动的逐渐开展，我更加意识到体育对于党员干部的重要性和意义。通过参与体育活动，我深刻体会到了锻炼身体、加强团队合作、增加凝聚力等方面的好处。同时，也发现了一些体育活动存在的问题。下面我将结合自身体验，对党支部体育活动进行心得体会。

首先，党支部体育活动能够有效提高党员干部的身体素质。长期以来，我国干部队伍中存在着一些身体素质不过关的情况，这对于提高工作能力产生了不良的影响。而通过参与体育活动，可以有效改善党员干部的身体健康状况，增强体质。在篮球、足球、羽毛球等团队项目中，不仅需要有一定的技巧和战术，更需要有一定的身体素质作为基础。通过长时间的锻炼，能够让党员干部的体能得到有效提升，增强抵御疲劳和疾病的能力，提高工作效率。

其次，党支部体育活动能够增强团队合作和协作精神。体育活动往往需要团队合作来实现最佳的效果，这个过程中需要参与者之间的默契配合，团队间的协调配合能力也体现了一个单位的整体凝聚力和活力水平。在我参与的体育活动中，每个人都要克服自己的缺点，与队友相互配合，相互帮助。只有团结一致，共同协作，才能取得好成绩。通过这样的活动，我深刻理解到合作精神的重要性，更能够懂得集体智慧和力量的优势，这对于团队的发展和成长具有重要的意义。

再次，党支部体育活动能够增加党员干部的凝聚力。体育活动是一个团队生活的过程，通过与队友互动，磨合关系，才能够更好地发挥个人的优势。在参与团体项目中，与同事之间建立了互信和友谊，共同面对挑战，共同享受胜利的喜悦。这样的经历让党员干部更加紧密地团结在一起，形成了一种强大的凝聚力。同时，在体育活动中也能够感受到集体的力量，激发了对组织的归属感和对党的忠诚度，提高了党员干部的责任感和使命感。

然而，党支部体育活动中也存在一些问题。首先，由于工作繁忙，很多人没有足够的时间来参与体育活动，这就限制了党支部体育活动的规模和质量。其次，对于体育活动的组织和管理还不够完善，缺乏专门的人力和物力投入，使得活动的效果有待提高。此外，由于参与者自身体能和技能的不均衡，很容易导致参与体验的不公平，甚至可能导致意外的伤害。因此，在开展党支部体育活动时，需要充分考虑这些问题，并加以解决，以确保体育活动能够更好地发挥其积极作用。

综上所述，党支部体育活动对党员干部的身体素质、团队合作和凝聚力有着重要的促进作用，但同时也面临一些问题。在今后的工作中，我们要更加注重党支部体育活动的组织和管理，提高参与者的参与度和活动的质量。只有我们党员干部在健康的身体和团结的心态下，才能更好地履行自己的职责，为党和人民做出更大的贡献。

小兔摘果子体育教案篇二

体育活动作为党员干部锻炼身体、增强团队凝聚力的一种重要方式，近年来受到了广大党员干部的积极响应和参与。我所在的党支部也积极组织了一系列体育活动，通过参与其中，我收获了很多，并对党员干部的体育锻炼有了更深切的体会。以下是我对党支部体育活动的心得体会。

首先，党支部体育活动是一种有效的身心放松方式。工作忙碌的我们常常处在高度紧张的状态下，这样的日常生活很容易导致身心的疲惫和压力的积累。而参加体育活动，如跑步、篮球等运动，能够有效地放松身心，减缓疲劳。我在参加篮球比赛后，疲劳感减轻了很多，同时我也感到心情愉悦，精力充沛。体育活动使我在繁忙的工作之余能够得到良好的休息和放松，提高了工作效率。

其次，党支部体育活动增强了团队凝聚力和合作意识。参与体育活动时，每个人都需要努力配合他人，共同完成任务。如在足球比赛中，我们需要互相传球、配合才能进球；在激烈的篮球对抗中，我们需要互相帮助、策应才能够取胜。通过这样的合作，我们感到团队之间的紧密关系，增强了相互之间的信任 and 了解，形成了团结的集体精神。体育活动增强了团队凝聚力和合作意识，这对于我们党支部的广大党员干部来说是很有意义的，能够更好地推动团队的发展和工作的完成。

再次，党支部体育活动提高了个人的自我管理能力。作为党员干部，我们的素质和能力的提高对于团队和工作的发展都至关重要。而参与体育活动，是一种很好的锻炼个人意志和毅力的方式。例如在长跑比赛中，我常常要忍受体力透支和疲劳的痛苦，但通过坚持不懈的努力，我能不断提高自己的速度和耐力，提高个人的整体素质。体育活动需要每个人主动参与，自觉遵守规则，时刻保持自律。通过这样的锻炼，我们能够提高自己的自我管理能力，更好地应对各种挑战和困难。

最后，党支部体育活动培养了积极向上的精神风貌。体育活动给予了我充实的身心体验，使我充满了自信和勇气面对生活中的各种问题和挑战。在这个过程中，我看到了自己的进步和成长，激发了自己不断超越的欲望。我在体育活动中体验到了团结协作的力量、持之以恒的坚持和勇往直前的精神，这些都是我们在工作和生活中所需要的积极向上的精神风貌。

总结起来，党支部体育活动是一种既锻炼身体又丰富心灵的方式，对于广大党员干部来说具有很大的意义。通过参与其中，我们不仅能够放松身心、提高个人素质，还能够增强团队凝聚力和合作意识，培养积极向上的精神风貌。党支部体育活动的意义在于它为我们提供了一种身心健康的锻炼方式，能够帮助我们更好地投入到工作和生活中。希望未来能有更多的党支部组织体育活动，让更多的党员干部能够享受到这样的乐趣和收获。

小兔摘果子体育教案篇三

设计意图：

幼儿园体育活动的目标是提高幼儿对身体锻炼的兴趣，发展其基本动作，促进幼儿身体的健康发展。对于中班幼儿来说，已有了一定的平衡、投掷的基础，本次活动《偷炸弹、炸狼堡》，通过幼儿喜欢的电视剧创作的，以引导幼儿走平衡木、顶沙包，主要发展幼儿的平衡能力，并让孩子充分感受到体育带来的乐趣，促进身心和谐地发展。还采用幼儿感兴趣的方式“偷”来开展活动，促进幼儿积极参与体育活动。

活动目标：

- 1、通过偷炸弹游戏，逐步发展幼儿的平衡能力。
- 2、以《喜羊羊和灰太狼》的故事激发幼儿的学习兴趣，培养幼儿保护家园的意识，增强幼儿的集体责任感。
- 3：体验成功的快乐，愉悦身心。

活动准备：

- 1：平衡木四根、呼啦圈四个、小板凳16个、沙包（人数的2倍）；

2: 村长、灰太狼头饰、羊羊贴纸、狼堡图片;音乐。

活动过程:

1、准备活动。

村长(教师)带领羊羊们(幼儿)在青青草原上锻炼身体。
(播放音乐)

2、引出偷炸弹。

村长接到电话,知道灰太狼在做炸弹,要毁灭羊村。现在首要的任务就是偷取炸弹,消灭灰太狼,毁灭狼堡。

3、展示路线,村长解说作战方案。(场地布置如下图一)羊羊们先过独木桥,跳过沼泽地,在迷失森林原地(呼啦圈内)转三圈,最后到达炸弹存放处后原路返回。

4、以幼儿试探灰太狼是否在藏炸药的地方为由请幼儿示范路线,教师解说游戏规则。

5、第一次偷取炸弹。

将幼儿分成四队进行偷炸药,提醒幼儿在偷取炸药的时候要注意:如果灰太狼在做炸药,不能偷取,会被发现,马上回来;如果灰太狼睡着了,可以偷取。(请一教师扮演灰太狼)

6、第二次偷取炸弹。

村长:灰太狼发现炸弹少了很多,可是他已经工作几天几夜了,太累了,想回家睡觉,于是他想出了一个办法,就是在独木桥(平衡木)上设了咒语,灰太狼闭上眼睛,摇头晃脑的念到:要想偷炸药,只能顶头上,否则就炸掉。这下子灰太狼安心的回去睡觉了。可是灰太狼万万没想到正好被我听到了。

幼儿根据咒语的提示进行第二次偷取行动，教师重点提醒幼儿在回来过独木桥时将炸弹顶在头上。（比第一次偷取增加了难度）

7、炸狼堡。

羊羊们完成偷取任务后，出示狼堡模型，集体将狼堡炸飞了。

8、完成任务。

羊羊们看到狼堡炸掉后非常开心，跳起了羊羊舞，村长为了感谢羊羊们，给羊羊们开了个party,准备了很多好吃的。（幼儿随音乐进教室）

小兔摘果子体育教案篇四

第一段：引言（100字）

近年来，随着全民健身理念的普及和党支部活动的丰富多样化，党支部体育活动成为一种新的社交方式和凝聚力。我所在的党支部也积极组织了一系列体育活动，通过参与其中，我深刻体会到了体育活动给我带来的快乐与收获。

第二段：体育活动作为凝聚力的象征（250字）

体育活动不仅仅是一种娱乐方式，更是一种凝聚力的象征。在党支部组织的羽毛球比赛中，我见证了队员们的凝聚力和团队精神。在比赛中，每个队员都发挥自己最好的水平，大家相互配合、默契且互相鼓励。通过与其他队伍的较量，我们党支部成员之间的关系更加紧密，大家激发起了更多的潜能，并在比赛中取得了好成绩。这种团队合作的精神也在我们党支部的日常工作中得到了体现，使我们的团队更加强大。

第三段：体育活动对身体健康的影响（250字）

党支部体育活动不仅仅锻炼了我们的团队精神，更对我们的身体健康产生了积极的影响。在马拉松比赛中，大家全身心地参与其中，充分享受着奔跑的快乐。通过长时间的跑步，我们的肌肉得到了锻炼，身体的代谢得到了加快，体重得到了调控，同时还有助于释放压力，提高心理素质。通过坚持体育锻炼，我们的团队保持了良好的身体素质，也更加有活力地投入到工作中。

第四段：体育活动促进交流与沟通（300字）

党支部体育活动为党员提供了一个放松身心、增加互动的机会。在篮球友谊赛上，大家不仅仅享受了比赛的乐趣，还通过赛后的交流和讨论，增进了相互之间的了解。在场上解决问题的同时，大家也学会了倾听、理解、包容和尊重。这些积极的交流和沟通在团队建设中起到了重要的推动作用，提高了我们团队的执行力和凝聚力。

第五段：结尾（200字）

通过参与党支部体育活动，我体会到了团队的力量与凝聚力，同时也收获了身心健康与人际交往的喜悦。党支部体育活动不仅仅是对党员身体的关怀与关注，更是对团队精神的培养和团结友谊的促进。我坚信，在未来的工作和生活中，体育活动会继续发挥着重要的作用，为我们的党支部注入更多动力和活力。

小兔摘果子体育教案篇五

活动目标：

1. 喜欢玩平衡木游戏，感受集体运动游戏的乐趣。
2. 能在高低不同的平衡木上较灵活、快速地走。

3. 能不怕困难、大胆勇敢地参与活动。

活动准备：

1. 经验准备：观看过运动员平衡木表演，了解可以在平衡木上做运动。

2. 物质准备：录音机、音乐磁带、两种不同高度和宽度的平衡木、小巧的障碍物（软球、塑料隔档）。

3. 场地准备：如图。 活动重点：

引导幼儿在高15厘米、宽20厘米和高20厘米、宽15厘米的平衡木上较灵活、快速地走。

活动难点：

幼儿能够尝试在有障碍物的平衡木上较灵活协调地通过。

活动过程：

1. 较活泼、轻快的音乐声中，教师带领幼儿做准备活动：模仿小猴走、跑、跳。

2. 学习游戏：“机灵猴练本领”。

(1) 教师介绍角色关系和游戏情境，引发幼儿游戏兴趣。

(2) 教师请做得好的幼儿做示范，并讲解动作要领。

(3) 幼儿分组走过两种不同层次的小桥，由易到难。

(4) 教师添加障碍物，增加游戏难度和游戏情境。

3. 利用平衡木创新玩法。

4. 游戏：“机灵猴巧胜胖胖熊”，复习巩固走平衡木的基本动作要领。

5. 复习游戏：“运粮”，练习推车跑，加大运动量。

6. 放松游戏：教师与幼儿一起随音乐做放松律动“快乐的小猴”。

活动评价：

中班幼儿的平衡能力发展水平差异较大，有的能大胆灵活地走过，有的则胆小慢慢地走；有的能走窄和高一些的。而有的只能走低和宽一些的。但他们都很喜欢走平衡木，而且走平衡木也是体能测查的项目之一。本次活动教师根据幼儿的不同发展水平提供不同的指导和帮助，有效地促进了幼儿平衡能力的发展。增强了幼儿身体的灵活性，培养了他们勇敢的运动精神，较好地完成了预定目标。幼儿在生动、有趣的的游戏情境中扮演机灵猴的角色，既训练了平衡技能，又利用平衡木探索了不同的玩法，体验了成功与胜利的喜悦，并从中充分感受到了集体游戏的乐趣。

建议：

如果幼儿能很好地完成目标，可在下次的游戏中增加一些其他的平衡器材，如轮胎、自制梅花桩等，提高游戏的难度和趣味性。