

# 小学竞选学生会演讲稿(精选6篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？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。

## 中班体育活动中班游戏篇一

在学前教育中，“跳绳”这项运动不仅是一项有趣的活动，还可以锻炼幼儿的身体素质。近年来，幼儿园不断推广跳绳运动，并将其作为体育活动中的重要组成部分，让幼儿对于体育运动的兴趣和爱好得以提高。作为一名幼儿教师，我义不容辞地将这项运动活动带给我的班级，并帮助幼儿如何更好地跳绳。

第二段：跳绳不仅是一项运动，也是一种技能

跳绳不仅仅需要身体的协调性，也需要技巧的运用。在幼儿眼中，跳跃过程中成功让绳子一直旋转下去便是最好的体验。跳绳过程中，幼儿们需要专注绳速、手眼协同，学会如何在空中跳跃，以此增强自信心、集中精力的能力。在教学中，我将跳绳分成多个阶段，一步步带领幼儿完成从初级到中级的跳绳技巧的训练。从最基础的自由跳跃、单向交叉、双向交叉、跳过绳到无绳手中打转再到手中抛绳轮跳，发现孩子们能从开始难以跳过一次绳子到逐渐变得游刃有余的经历，有时会让我感到惊奇的同时也有成就感。

第三段：跳绳运动的益处

跳绳是一项适合幼儿体育活动的信心建立式运动。跳绳不仅可以帮助幼儿们增强体质、锻炼协调性和灵活性、提高耐力，也可以让幼儿们在其中感受到乐趣和成功。通过跳绳的

工夫，不仅可以让幼儿的身体得到锻炼，还能让幼儿培养健康自信的心理素质，更加自信地面对不同的活动。

#### 第四段：如何在家进行跳绳训练

总有一些幼儿没能跟上跳绳的节拍或是在家想要继续练习跳绳。在家里，家长们可以帮助孩子们进行跳绳练习，通过反复练习，最终让孩子掌握技能。为此，家长可以准备一条适合居家使用的跳绳，这里推荐一条软质绳，绳子轻松的旋转力如丝般柔软，不易碰伤孩子。幼儿和家长不要跳得太快，不过慢练时要同时注重双手、小腿的协调力，手力量的掌握程度、正确的呼吸方法、完整的腰腹部运动，这样才能保证有更好的训练效果。

#### 第五段：跳绳活动启示

总体而言，在中班幼儿园，跳绳活动带给了幼儿们非常好的体验和成长。跳绳不仅具有健身的作用，受益早已超过运动本身：提高身体素质、增强集中力、培养自信心，还让幼儿们喜欢运动和爱上跳绳。跳绳这项运动不仅仅可以带给孩子们快乐，同时也可以让幼儿们不断成长和进步，这是值得幼儿园和家长共同培育和推广的。

## 中班体育活动教案中班游戏篇二

活动目标：

- 1、培养幼儿按意愿独立地确定游戏主题的能力，主题鲜明而稳定。
- 2、让幼儿学会协商分配角色，与同伴积极交往，友好合作。
- 3、培养幼儿的自信心，正确对待输赢，有良好的心理素质。

4、培养幼儿健康活泼的性格。

活动准备：

1、超市、银行、幼儿园等主题游戏玩具。

2、让幼儿了解超市、银行的工作性质、内容

活动过程观察及调整：

1、教师出示超市、银行、幼儿园等的主题游戏玩具，直接引入游戏。师说“今天我们来玩角色游戏，这些玩具可以玩什么主题的游戏？”

2、师幼一起回忆上次游戏情况，指出游戏中的不足，提醒幼儿在这次游戏中改进。

3、幼儿自选主题，合作布置游戏场景。

4、引导幼儿分配和协商角色，可用“自报公议”、“猜拳”的方法解决。

刚开始幼儿还在争吵着当同一个角色，在老师的建议下，学习着用谦让、猜拳的方法来解决问题。

5、幼儿游戏，教师指导：启发幼儿各游戏主题串起来玩。

6、结束游戏：

(1)、组织幼儿独立地、有条理地归类摆放玩具和整理游戏场地。

(2)、让幼儿自评各自玩的游戏情况。

## 中班体育活动教案中班游戏篇三

在中班教学中，体育活动是一个非常重要且不可或缺的环节。学生们在进行体育活动的时候，不仅可以锻炼身体、提高体质，还可以增强社交能力、培养团队意识。而跳绳作为一项适合中班学生的体育项目，除了可以锻炼孩子的身体协调能力外，还可以增强孩子们的注意力、判断力与决策力。因此，中班体育活动跳绳始终是我们教育的重要一环。

### 第二段：体育活动跳绳的好处

体育活动跳绳的好处是多方面的。首先，跳绳是个全身性的运动，它可以锻炼孩子的四肢协调性、平衡能力、速度与耐力。其次，跳绳需要孩子具备相应的判断与决策能力，如何在规定的时间内跳绳次数最多，这是需要孩子综合考虑自己的身体能力、跳绳规则与计算能力。最后，跳绳还可以提高孩子的注意力与反应力。当孩子们在院子里跳着绳子时，他们在关注跳绳的速度与跳动的步伐，这可以间接地提高他们的注意力与反应能力。

### 第三段：跳绳的注意事项

打好跳绳的基础对于孩子的发展至关重要，因此，跳绳也需要一些注意事项。首先，小班的孩子可能会因为承受不了跳绳所带来的紧张感而容易紧张，甚至失落。在这种情况下，教师应该尽可能地鼓励孩子，让他们从容地面对挑战。其次，跳绳的时间并不是越长越好。教师可以规定一段合适时间范围内，让孩子根据自己的实际能力进行跳绳。最后，跳绳的上手难度较高，因此，教师还需要根据孩子的实际情况，对跳绳的要求进行梯度性调整。

### 第四段：跳绳带来的效果

通过长期跳绳锻炼，孩子们会发现跳绳不仅仅是一项运动，

更是一种身心健康的生活方式。因为跳绳需要注意跳的技巧和节奏，孩子们跳得多了就会发现身体变得更灵活，反应更快，而且不容易疲劳。学生们在跳绳过程中，也可以交流互动，增强合作精神。此外，跳绳还可以促进脑部血液循环，增强大脑功能，提升注意力、反应力和动态视力。

## 第五段：结语

总之，中班体育活动跳绳是一项非常有益的运动项目。在规范的规则和指导下，孩子们可以通过跳绳来提高运动能力，增强身体协调能力，提高注意力与反应力。而跳绳还可以增强孩子们团队意识，锻炼社交能力，为健康成长打下坚实的基础。教师们将大力推广跳绳运动，努力让更多的孩子们从中受益。

## 中班体育活动教案中班游戏篇四

作为中班幼儿园生活中不可或缺的课程之一，体育活动不仅有利于幼儿的身体健康发展，还能锻炼其意志品质和团队精神。近期中班园所组织的跳绳活动，让我感悟颇深。在玩跳绳的过程中，我体会到了什么是人与人之间的合作和团队协作。下面就让我来分享一下我的体会吧。

### 第二段：跳绳体验

这次跳绳活动让我们中班的孩子们兴奋不已，都很期待。在跳绳之前，老师给我们简单的示范了一下，我心里想，这么简单吗？可当我真正拿起跳绳时，发现想象中的容易并没有想象中的简单。我不停地绊倒，甚至一下都跳不起来。我不断地尝试，也不断地失败，有时还受了些轻伤。

### 第三段：团队合作

看着身边的小伙伴们都跳得相当游刃有余，我逐渐感到自己

的无助与懊恼。但好在我们这个班级是非常团结的，队里的孩子们热心的伸出援助之手，不厌其烦地让我跳着跳着，终于再次挺起了自己。我发现跳绳不仅仅是个人技巧的事情，还需要队里成员之间相互协作和配合，这才能够达到团队目标。

#### 第四段：意志品质

后来，我一次又一次地无法跳起来，怒气中的我拍了一下绳子，心里想刚才跟着我那些同学一起跳得时候怎么就不错了？幼小的心灵情绪波动一阵阵。然而，关键时刻老师安慰了我，鼓励我不要放弃，坚持一下一定能跳好。我想起了大人给我们说的：做事不能鲁莽，要有毅力。于是，我再次尝试着跳起来，慢慢地，我发现原来一个人的耐性也能成为团队合作的力量。

#### 第五段：总结

这次跳绳活动，让我更好的理解到团队合作的重要性和个人的不足之处。我们一个人虽然可以勇往直前，但是有时候也需要别人的帮助。我觉得幼儿园的这些体育活动不仅是提高身体素质的锻炼，也让孩子们掌握了心理素质，增强了他们的体育运动综合素质。总之，跳绳这项活动，也教给了我很多课本上学不到的东西，尽管过程曲折，但终归我们克服了困难，收获了成长。

## 中班体育活动教案中班游戏篇五

1. 练习双脚连续向前跳，提高腿部肌肉力量及平衡能力。
2. 体验集体游戏的乐趣。

### 二、活动准备：

呼啦圈、自制小兔图片若干张。

### 三、指导要点

1. 活动重难点：练习双脚连续向前跳。
2. 指导要点：通过游戏练习双脚连续向前跳，提醒幼儿跳时注意保持身体平衡。

### 四、活动过程

1. 热身活动教师与幼儿一起来听音乐做热身活动：今天老师给你们带来了一个好玩的游戏。在玩游戏之前，请小朋友们跟着老师一起来跟着音乐活动一下我们的小身体。

#### 2. 基本活动教师

导入：今天老师带来的这个游戏，叫做“找小兔”。小兔太贪玩了，跑到外面没回来，兔妈妈可着急了，希望小朋友们帮它把小兔找回来。但是找小兔之前必须要学会小兔走路，不然小兔是不会愿意跟着我们回来的。谁知道小兔是怎样走路的？（请一个小朋友上来演示。）

(1) 自由练习双脚连续向前跳  
a. 借助呼啦圈让幼儿练习跳，提醒幼儿每跳一个圈要注意保持身体平衡。师：原来呀，小兔走路是双脚并拢一起往前跳的。小朋友们真厉害。现在我们就一起到呼啦圈做的石头小路上来练习一下小兔跳吧。注意跳的时候，身体要保持平衡，别摔着了。

b. 教师小结：老师发现有很多小朋友都学会了小兔走路，可是呀，还有个别小朋友学得不对，小兔走路是双脚往前跳，那要是我们一只脚一只脚的跳，对不对呀？（不对）现在请小朋友们来认真看老师学小兔跳，看老师学得对不对。

## (2) 游戏：找小兔

师：小朋友们都懂得了小兔走路的方式，现在就让我们一起去出发去把小兔找回来吧。教师讲解规则：去找小兔的过程中，我们要用双脚跳的方式走过那条石头小路，到那边把小兔找回来，放到篮筐里，然后排好队。记住每人只能去找一次，而且一人一次只能找一只小兔。

第一次游戏：幼儿自由练习，提醒幼儿遵守游戏规则，每人每次只能找一只“小兔”。

小结：教师对幼儿进行评价，鼓励幼儿按照游戏规则来进行游戏第二次游戏：分组比赛师：现在我们来进行比较，看看哪一组的小朋友最棒。

教师先讲解并示范玩法：幼儿分为两组，各组第一个小朋友听到老师的口令后，双脚连续向前跳，跳到对面去找一只小兔，然后跑回来把小兔放到篮筐里后拍第二个小朋友的手，第二个小朋友才可以出发，其他幼儿以此类推，最先跳完的一组为胜利者。

第三次游戏：提升幼儿动作，适当增加游戏难度。教师变换呼啦圈的排列形式，适当增加游戏难度，让幼儿的动作得到提升。

### 3. 结束部分

教师小结：这次比赛四组的小朋友获得了胜利，但是老师觉得呀，每个小朋友今天都很棒，把贪玩的小兔都找回来了，都值得表扬。一起来表扬一下自己。我们玩了这么久得游戏了，每个人都累了，我们来放松放松一下自己，伸一下小腿，拍拍大腿、小腿。

活动反思：

在本次活动中，幼儿的兴趣极为浓厚，课堂气氛也很活跃。从目标来讲，我觉得整个活动下来已经达到了我所预测的目标。在热身活动这一环节中，所有的热身动作我都是有针对性的根据本次目标中所要发展幼儿的基本动作来进行的。而在基本活动这一环节，我首先是让幼儿先自由练习小兔双脚跳，然后再在此基础上让幼儿进行游戏，再接着是让他们进行分组比赛，让他们加快双脚连续跳的速度。而在本次活动中不足的地方在于：游戏难度不够，需要加强难度，让幼儿的动作能得到提升。

## 中班体育活动教案中班游戏篇六

1、在游戏中促进幼儿手脚着地交替向前行进和双臂用力撑地前划的能力。

2、通过活动发展幼儿上、下肢的协调能力和平衡能力。

3、引导幼儿掌握滑板的多种玩法。

1、利用晨间活动，户外活动时间开展滑板游戏活动。

2、利用集体时间对幼儿进行具体的指导和练习。

3、请家长协助指导幼儿掌握玩滑板的动作要领。

4、加强个别幼儿的指导，教师每天具体指导几名幼儿。

5、保证每天一定的时间供幼儿练习。

1、运用游戏化的教学法，增强活动的趣味性，激发幼儿参与的积极性和主动性。

2、注意个体差异，使每个幼儿在原有的水平上均有不同程度

的提高。

3、在玩滑板活动中控制运动量，注重动静交替。

4、通过独立玩与合作玩相结合的方法，多角度的促进幼儿体质的增强。

具体安排如下：

目标：1、熟悉滑板，尝试坐在滑板上两臂在滑板两边划行。

2、提高手臂的协调性和身体的平衡能力。

目标：1、双膝盘屈坐在滑板上，练习双臂用力撑地在滑板一侧向前划。

2、增强双臂的协调性。

目标：1、坐在滑板上，手脚着地交替向前行进。

2、训练手脚交替向前行驶的技能。

目标：1、继续巩固手脚着地交替向前行进的技能，尝试绕障碍物行进。

2、尝试多人合作游戏。

目标：在游戏中练习独立原地撑地爬的技能，沿直线爬行。

目标：在掌握动作要领的基础上，尝试两两结伴撑地爬，沿曲线爬行。

目标：练习原地撑地爬、原地俯卧旋转、撑地爬综合技能。

目标：巩固多种技能，增强身体的平衡和动作的灵敏。

五月份：游戏《开飞机》

目标：1、腹部趴在滑板上，伸平两臂作开飞机状，从斜坡上往下冲。

2、提高控制滑板的能力。

六月份：游戏《滑板赛》

目标：在游戏中巩固所学的技能，比比谁的滑板最灵活。

## 中班体育活动教案中班游戏篇七

1. 通过互相配合练习多人齐步走，努力协作完成游戏。
2. 在活动中感受互相合作的快乐，体验成功的喜悦。
3. 商讨游戏规则，体验合作游戏的快乐。
4. 培养幼儿边玩边记录的学习技能，并能够用自己简短、流利的语言表达自己记录的意思。

### 活动准备

1. 经验准备：知道蚂蚁在秋天搬运粮食准备过冬的自然现象。
2. 蚂蚁搬运食物的自然场景，自制蚂蚁触角头饰若干。
3. 若干沙袋“大米”。
4. 小糖果若干。
5. 毛巾若干。

### 活动过程

## (一)探索

1. 教师：小朋友最喜欢的小动物是什么，谁能学学他们走路的样子？

教师和幼儿一起学动物走路的样子。

## (二)练习

1. 教师：“哇，我们的身体都热乎乎的了！现在，要学蚂蚁宝宝走路了，我们先来看看蚂蚁妈妈是怎么走的？”

幼儿观察蚂蚁妈妈走路的样子，教师提醒幼儿注意观察两人的步伐。蚂蚁妈妈渐渐走远。

2. 教师：“我们一起来试试吧！”

幼儿2-3人一组自由组合，第一个幼儿站立，戴上蚂蚁触角头饰；第二、第三个幼儿分别弯腰，双手抱住前面一个幼儿的腰。幼儿尝试自由练习多人齐步走，教师观察并适时指导，提醒幼儿一起走路的过程中步伐整齐一致，“蚂蚁”各身体部位不分离。

3. 教师：“刚才我们在学走路的过程中，看到一些小朋友遇到了麻烦。他们走着走着“小头”和“身体”就分开了，而且怎么也走不快。你们想一想这是为什么呢？有没有什么好办法？”

幼儿自由讨论，并请走得又快又好的几组幼儿作示范。鼓励幼儿积极尝试，在探索中找出更好的办法。

4. 小结：“哇，原来啊，小蚂蚁走路的时候每个部分都要方向一致，后面的小朋友要看着前面的小朋友，前面的小朋友出左脚后面的小朋友也要出左脚，前面出右脚后面也要出右

脚，“小头”和“小身体”要一起走才能走得又快又好！”

幼儿再次练习多人齐步走，着重强调多人合作，步伐一致。

5. 教师：蚂蚁宝宝们真棒啊，都学会走路了。

### (三) 游戏：蚂蚁排队走

1. 现在老师把小蚂蚁的头上贴了标签，请一样颜色的蚂蚁在一组。

教师组织小组比赛。

### (四) 运粮食比赛

1. 教师：“刚才宝宝们表现得都不错，现在冬天快要到了，小蚂蚁们要储存粮食过冬了。我们要将这么多的粮食运到我们的仓库里去了，请小蚂蚁们注意安全好，我们现在就出发吧！千万别把粮食送错仓库喽！”

请幼儿将箱子里的“粮食”搬运至“仓库”内。

2. 游戏过程中教师注意幼儿出汗情况；并时刻提醒幼儿注意安全，鼓励幼儿不怕困难，勇往直前。

要求：一组的“蚂蚁”排好队行走，注意互相的配合，不摔跤，不碰撞，不踩到别人。

### (五) 放松

教师：“蚂蚁宝宝们，粮食都搬完了，一定很累了把，蚂蚁妈妈给我们送来了好吃的！”

教师将小糖果分发给幼儿品尝，体验成功的喜悦。幼儿边品尝糖果边交流游戏经验。

教学反思：

活动结束后，我认真反思了这节课，教育活动应以幼儿的需要、兴趣，尤其是幼儿的经验来进行教学决定，在活动中我对自己角色的定位是一个参与者，我希望和孩子共同发现、探讨、寻找，让孩子在观察时享受探索的快乐。一节课下来，我个人认为，我设计的这节课符合幼儿的年龄特点。

## 中班体育活动教案中班游戏篇八

在幼儿园中班的体育活动中，我参与了一次拍球活动。拍球是一项既能锻炼身体，又能培养团队合作精神的运动。刚开始我对拍球一无所知，但通过活动的参与和老师的指导，我渐渐体会到了拍球的乐趣和技术要点。

### 第二段：拍球的技术要领和团队合作

在拍球活动中，我们被分为几个小组，每个小组由三到四个人组成。首先，老师教我们正确握拍球拍的方法，要保持身体平衡，肩膀放松，眼睛注视球的运动轨迹。然后，老师示范了如何用力挥拍，击中球并使它飞得远一些。重要的是，我们要和队友紧密合作，互相传递球，以追求更高的得分和更好的比赛结果。

### 第三段：拍球的乐趣

虽然初次参与拍球活动，但我很快体会到了它的乐趣。每次挥动拍球拍，使得球飞向远处，我都感到自己的力量和技巧，这给我带来了自信和满足感。而且，与队友合作时，我们能够通过互相传递球来取得更好的成绩，这增强了我们之间的团队合作精神。每次成功击球后，我都会忍不住欢呼和笑声，这是一种快乐和成就感。

## 第四段：拍球的挑战与成长

拍球虽然有着乐趣，但也存在一些挑战。一开始，我发现自己有时挥拍的时机不准确，导致球打不好或者无法击中。但是，通过不断地练习和老师的指导，我渐渐掌握了正确的力量和时机，不仅能击中球，而且还能使球飞得更远。这个过程中，我不断地调整和改进自己的动作，并在团队的帮助下取得了进步。

## 第五段：拍球给我带来的收获和心得体会

参与拍球活动给了我许多收获。首先，我学会了拍球的基本技术，提高了我的身体协调能力和反应能力。其次，通过与队友合作，我培养了团队意识和团队协作能力，学会了互相支持和信任。最重要的是，拍球活动给我带来了快乐和成就感，我从中体会到了通过努力和坚持，我能够取得进步和成功的喜悦。

总结：通过参与中班体育活动中的拍球，我在技术上得到了提高，也感受到了团队合作的重要性。尽管面对一些挑战和困难，但我通过不断努力和与队友的配合取得了进步。拍球活动给了我很多快乐和成就感，也让我懂得了付出和收获的意义，这将是未来学习和成长路上重要的财富。

## 中班体育活动教案中班游戏篇九

中班阶段是幼儿园生活中非常重要的一个阶段，幼儿们在这个阶段开始接触体育活动。最近，我参加了中班的体育活动——拍球。通过这次活动，我获得了许多有趣的经验和体会。

### 第二段：活动内容

在这次体育活动中，我们使用了一个小小的塑料拍板和一个

轻巧的球来进行拍球。当教师宣布开始后，我们迅速站在指定的位置，握紧拍板，等待球传过来。我们需要用拍板接住球，然后轻轻拍向空中，让球再次落地。这样，我们就完成了一次拍球动作。

### 第三段：技巧掌握

在这次拍球活动中，我发现掌握好一些基本的技巧非常重要。首先，站姿稳定。我们需要保持脚踏实地、双脚分开的站姿，这样才能更好地控制拍板。其次，手部动作要准确。我们要握紧拍板，以确保拍板与手之间没有松动的空隙。最后，眼睛要跟随球的运动轨迹。只有通过观察球，我们才能更好地判断和控制球的飞行方向。

### 第四段：团队合作

除了个人技巧的掌握，团队合作也是这次活动的重要一环。当开始拍球后，我们要和队友配合默契。如果队友在接球时没有完全掌握好，我们要主动向他们伸出援手。同时，我们也要及时传球给队友，确保球在每个人之间的传递顺畅。这样，我们才能达到团队合作的目标，并且活动更加有趣。

### 第五段：心得体会

通过这次拍球活动，我学到了很多。首先，我发现通过体育活动，我能够锻炼我的身体，提高我的心肺功能。其次，我明白了团队合作的重要性，只有和队友紧密合作，我们才能取得更好的成绩。最后，我从中体会到了运动的乐趣，它可以让我忘记一切烦恼，享受运动带来的快乐。

### 总结：

综上所述，通过这次中班体育活动拍球，我不仅学到了拍球的技巧，还体会到了团队合作和运动的乐趣。我希望今后能

够继续参加更多的体育活动，不断提升自己的体育能力和团队合作意识。

## 中班体育活动教案中班游戏篇十

在幼儿结束体育游戏“宝宝回家”后，我立即抽取了19名幼儿对他们的“脉搏跳动”“呼吸”“出汗”情况进行了测试并进行了分析。通过对19名幼儿的测试情况的分析，可以看出大部分幼儿的“脉搏跳动”和“呼吸”情况属于正常范围。但有14名幼儿的出汗量偏大了些。

针对以上测试情况，我将“宝宝回家”这个游戏的过程作了如下调整：

幼儿站成一路纵队

- 1、教师击鼓面，幼儿一个跟着一个沿着场地周围走。
- 2、边，幼儿在场内四散走。（教师提醒感觉到热的小朋友可以适当的脱掉或敞开衣服）

快慢变化幼儿行走的速度，（时间略短些2~3分钟）当教师重击两下鼓面时，幼儿快速躲进场地中的小房子里。（提醒幼儿注意安全，找人少的地方走）

- 3、作适当的放松活动，休息一下。

- 4、请体弱汗多的幼儿休息，其他幼儿重复进行游戏2~3次

师：“天黑了，小宝宝们回家了。”

幼儿做“睡觉”状，休息片刻后回教室。