

最新中班体育教案及教学反思(实用9篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。优秀的教案都具备一些什么特点呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

中班体育教案及教学反思篇一

1立定时能平衡自己的重心

2加强幼儿间的情感交流，培养合作观念游戏

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。

报纸，录音机。音带

1在场地上铺若干报纸

4音乐停。小动物们赶快找一张“魔毯”站在上面，否则就被抓走

培养幼儿的细心。耐心和平衡能力游戏材料报纸。节奏较快的音乐游戏过程

1将一张报纸一分为二，幼儿两脚各站在半张报纸上，做溜冰预备姿势

2音乐声起，幼儿开始在规定的范围内向前滑行

3报纸一破就下场，场所没有破的为最佳溜冰手(用力均匀，速度稍慢一点，报纸不容易破)

1应该对幼儿们进行分组游戏。

2在游戏中应该邀请小朋友和老师一起游戏。

中班体育教案及教学反思篇二

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。

中班体育教案及教学反思篇三

今天我们上了一个体育活动，活动的名称叫“快乐拉一拉”，其中有两个关键的词语，一个是形容词“快乐”，一个是动词“拉”。如何的“快乐”如何的“拉”呢，听我慢慢道来。

拉是一个简单的动作，也是一个很常见的动作，在这次的游戏中，主要有这样几次“拉”，并且拉的相当快乐。

首先是幼儿每人一根短绳套在腰上、双手各握短绳的一头、一前一后拉动绳子，这里考验幼儿的定力与平衡，并且有时候还要耍耍“小计谋”，才可以声东击西的赢得比赛呢，多乐呀，显示自己的聪明能干呢。

然后是幼儿两两结伴，将绳子套在对方的腰上，想办法将对方朝自己方向拉。这里更乐了，这是很简单的一个动作，就是朝自己拉，幼儿一会会被拉过去，一会又把别人拉过来，使劲拉，一边笑一边拉，够尽情的发挥了。

再者是幼儿排成两列，相对而站。两队中间已划好一条线。相对的两人互相握住对方的一只手，用力朝自己这边拉，拉过中间线即获胜，这里比前面多了一个要求，那就是过线就算输，增加了些挑战性，幼儿的积极性就更高了。

第四次是幼儿两人一组背对背站在绳圈里，绳圈均套在腰间。绳圈外相反方向的左右各放一个积木，教师发令后，两人同时向外发力，伸手去拿自己面前的玩具。哪位幼儿先拿到外侧的玩具，谁就算胜利。这边游戏内容更加的丰富，更具有挑战性，这里是幼儿玩“拉”游戏的高潮部分了，那一声声大笑，一声声“我赢了”，旁观者的我都忍不住笑了。

最后是拉小车的游戏：幼儿分成人数相等的四队，两两组合，其中一幼儿下蹲当“小车”，并伸出双手做小车的“车把”，另一组幼儿背对“车”站立，双手拉住“车把”，用力向前拉，使“车”朝终点移动。第一组到达终点后，第二组出发。依次进行，哪一队最先全部完成就算胜利，游戏中两个人的手不能松开。在活动室里，地板与鞋子的摩擦正合适，小车子们都飞起来了，那种滑翔的感觉真的很爽哦。

活动结束了，玩了那么多种类的“拉一拉”游戏，孩子们却还是意犹未尽，还想继续享受这一番快乐。

中班体育教案及教学反思篇四

1立定时能平衡自己的重心

2加强幼儿间的情感交流，培养合作观念游戏

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。

报纸，录音机。音带

1在场地上铺若干报纸

4音乐停。小动物们赶快找一张“魔毯”站在上面，否则就被抓走

培养幼儿的细心。耐心和平衡能力游戏材料报纸。节奏较快的音乐游戏过程

1将一张报纸一分为二，幼儿两脚各站在半张报纸上，做溜冰

预备姿势

2音乐声起，幼儿开始在规定的范围内向前滑行

3报纸一破就下场，场所没有破的为最佳溜冰手(用力均匀，速度稍慢一点，报纸不容易破)

1应该对幼儿们进行分组游戏。

2在游戏中应该邀请小朋友和老师一起游戏。

中班体育教案及教学反思篇五

本周我们玩了体育游戏《老狼老狼几点了》，当我们在户外第一次玩这个游戏的时候，“小羊们”都能根据游戏规则很快跑到“家”里。当第二次我们再到户外玩这个游戏的时候，我当“老狼”，孩子当“小羊”。“小羊”们跟在“老狼”后面问几点了，当“老狼”喊天黑时，“老狼”便张开大口、伸开双臂去捉小羊。“小羊”们都往“家”的方向跑，有两只跑得慢的“小羊”被我抓住，我把他们搂在怀里，张开大嘴做吃状，他们不但不着急逃脱，反而在我怀里咯咯地笑，假装吃掉后又回到队伍里，游戏重新开始。第二次游戏，当我喊天黑时，大部分“小羊”往“家”跑，可有两三只“小羊”故意跑得很慢，让我捉住吃掉。当时也没有多想，就吃掉了他们，又让他们返回队伍，游戏继续进行。第三次游戏，让我没想到的是，“小羊”们不再往“家”跑，而是往我怀里钻，我有些招架不住，得使劲吃“小羊”，小羊们都笑得哈哈大笑，一点儿也不害怕大灰狼。游戏无法继续下去了。

游戏是幼儿最为喜爱的活动，幼儿在游戏中能够获得快乐，发展各方面的能力。特别是体育游戏时，孩子们更是兴趣浓厚，情绪高涨。在《老狼、老狼几点了》这个传统游戏中，“老狼”和“小羊”这两个角色是孩子最为熟悉，最为喜欢的小动物。游戏主要发展孩子的反应和奔跑能力，符合

幼儿的年龄特点，因此孩子们喜欢反复玩这个游戏。本来我是想通过这个游戏发展孩子的反应和奔跑能力，可是游戏在玩到第三遍的时候，孩子不但不跑了，反而往“老狼”怀里钻，致使游戏无法进行下去，活动目标也无从实现。

1、加大惩罚的力度

游戏中的规则是被捉住的小羊假装被吃掉，游戏接着进行。而且是被捉住的小羊被搂在怀里，假装吃掉，反而能和老师去亲近，别的孩子看上去很是羡慕，于是就有了小羊不怕大灰狼那一幕。如果加大处罚的力度，被捉住的小羊放到老狼的家里，罚他们不能做下一遍的游戏，只能做一个旁观者，孩子们为了继续参与这个游戏，而会认真遵守游戏规则。

2、适时改变游戏规则

游戏的主要目的是发展孩子的反映和奔跑能力。而在游戏中孩子们不往家跑了，而是往老狼怀里钻，孩子跑得能力得不到发展，达不到游戏的目的。活动中我们可随时根据孩子的表现，适时改变游戏规则。比如：在此游戏时可改为：老狼跑，小羊追，同样也可锻炼孩子的奔跑能力。为了增加游戏的趣味性，“老狼”可假装害怕往家跑，“小羊”们就使劲追。“老狼”逃回了家，“小羊”们胜利了。他们体验到胜利的喜悦，同时引导幼儿明白了“人多力量大”的道理，只要团结起来，软弱的小羊就能战胜凶恶的大灰狼。同时也达到了游戏的目的，发展了孩子的快跑能力。

3、教师平时应多亲近孩子

在这个游戏中，孩子们不遵守游戏规则，故意往我怀里钻，有一个主要原因就是想得到老师的爱抚，和老师去亲近。因此，我要时时提醒自己，去亲近他们，哪怕是一个微笑、一个动作、一个眼神，就能使孩子的心理得到满足。

同时教师在组织活动时，不要太呆板，要根据活动的目的，以及孩子们的兴趣灵活处理，积极引导，这样才能更好的促进孩子的全面发展。

中班体育教案及教学反思篇六

- 1、理解故事内容，明晰故事发展的线索。
- 2、在教师引导下，学习小动物的心理语言：雪这么大，天气这么冷，我找到了东西和xx一起吃。
- 3、懂得朋友之间要相互关心，体验与别人分享带来的快乐。
- 4、通过观察图片，引导幼儿讲述图片内容。
- 5、培养幼儿大胆发言，说完整话的好习惯。

重点：明晰故事发展线索，学说小动物心理语言。

难点：体验分享的快乐，学会分享。

ppt 小动物头饰 小动物卡片 分享的礼物（萝卜 花生 青菜 红薯）图片

一、开始环节

教师用一个道具红萝卜激发幼儿兴趣，引入主题

二、基本环节

1、教师一边播放ppt一边完整的讲故事

提问：故事的名字、故事里都有谁？他们分别找到了什么？
（根据幼儿的回答出示相关图片）

2、教师再次讲故事（根据图示讲故事）

提问：小白兔在找食物的时候心理是怎么想的？小猴、小鹿、小熊？让幼儿学说：雪这么大，天气这么冷，我找到了东西和xx一起吃。

3、角色表演

请四个小朋友头戴头饰表演小动物的心理语言

4、集体表演

每个小朋友拿一张动物卡片并表演相应的动物角色

5、分享活动与小结：朋友之间要相互关心，要乐于与别人分享自己的东西

三、活动延伸

拿着自己的礼物去和小班的弟弟妹妹一起分享。

这是一节童话欣赏课，本次活动设计的三个目标中第三个情感目标完成的不是很好，对幼儿情感教育的不够深，在以后的教育教学和生活中应该作为一个主题继续进行，以便幼儿真正的体会到这种情感。

我在讲故事的时候感情应该再多一些，表情应该再丰富一些，把幼儿和老师真正的带进去，幼儿后面的角色表演会更好，更出彩。

小百科：萝卜十字花科萝卜属二年或一年生草本植物，高20-100厘米，直根肉质，长圆形、球形或圆锥形，外皮绿色、白色或红色，茎有分枝，无毛，稍具粉霜。

中班体育教案及教学反思篇七

不知不觉已经从事小学体育教学有十余载，应对新课程改革的浪潮，为我们带来了机遇，同时也掂量出我们的分量。我觉得课堂教学真的不简单，所要应对的事情太多了，但从中也学到一些东西和一些经验，借此机会和大家分享一下：

怎样才算是一堂好的体育课？记得在一次教师培训中，教研员说，只要学生在有限的时光充分活动，全身心的投入就是一堂好课。认为上体育课没有必要排着整齐的队伍集合，慢跑。要思考学生的兴趣及想法，不能让学生觉得上操场好象上刑场一样。提出了此刻的体育教学有些教师还是以竞技项目为主，以增强体质为教学目标。

作为基层的体育教师的总有一种迷茫的感觉，总觉得体育课程改革纯理论的东西过多，具体实际指导的、可操作性的东西太少。我们是不是真要天天培养学生的体育兴趣，不进行体育训练与竞赛？理论与实践总是存在着必须的距离。象我们学校几乎每个班都有60多人，每个人的身体素质不一样，兴趣不相同，更何况体育项目种类繁多，有的喜欢打篮球，有的喜欢踢足球、赛跑、投掷等等。假如都依照学生的兴趣，让他们在玩乐中学习。在学生的心里可能会认为这是一堂活动课，在其他老师的眼里认为这是一堂“放羊课”。其实“放羊课”是个性难上的课。所谓“放羊”，要有足够的“草”让“羊”吃，要有安全的场地让“羊”吃饱。象这类课我不敢上：

一来让人看了似乎有些不务正业，让学生在操场疯玩，自我到处转悠，巡视。

二来学校的环境有些不允许，一堂体育课，操场上有三四班算少了，经常六七个班在场地上。这儿跑去撞到人，那儿投球砸到人了，更别说其它项目。高喊了几年的素质教育，快乐体育，还是在传统的教学方法上打转，四列横队集合、慢

跑、讲解示范等等。

公说公有理，婆说婆有理，我们只有全盘接纳，待到仔细回味真是酸甜苦辣尽有。不管怎样，贴合学校实际状况的教学才是最好的！

中班体育教案及教学反思篇八

1. 了解孩子对拼图的掌握情况。
2. 了解孩子对各种图形的认识水平。

今天朱俊楠、开心等小朋友在数学区玩拼图形娃娃的游戏。这是一个认识形状的复习活动，要小朋友先自己拼出一个娃娃来，然后数一数自己用了几个正方形、几个三角形、几个长方形、几个圆形。

朱俊楠先拿了一个圆形当娃娃的头，然后拿了一块大一点的长方形当身体，然后在长方形的下面放了两个小长方形当腿，接着他又拿了两个小的长方形放在头(圆形)的两边，我正纳闷这是什么东西的时候，我看到他又拿了两个小三角形放在这两个小长方形的旁边，我问他这是什么，他告诉我说是手。原来，他把手臂安在头的两边了。再看看其他几个小朋友，发现他们也是这样，把手臂安在头的两边。

这时我对他们提问说：“你们看看你们的手臂长在什么地方？”他们看来看去，然后说：“在身上。”“对，那你们应该把手臂安在什么地方呢？”朱俊楠犹豫了半天，拿着长方形一会儿在头上放放，一会儿在身上放放，最后试着在身上拼上，还不放心地看看我的眼睛。看我没有异议，才确定下来。

最后拼完的时候，我问他：“现在是不是像个娃娃啦？”他点了点头。

在拼图的时候，在画人的时候，小朋友会把手臂画在头上，这是小班小朋友绘画的特点，可能对他们来说，手臂长在肩膀上这个方位，小朋友还是不能正确的辨别出具体方位才会表现出这种绘画特点。

我们中班的孩子会有这种情况，是因为他们原来没有学过绘画，所以绘画的水平还是在最原始的状态中。

当孩子出现这种情况的时候，我们需要帮助孩子认识身体的结构，帮助他们提高绘画的水平，当他们不会画的时候，也可以用拼图或者黏贴的方式来表现人物。

因为是很多小朋友都不会画，所以我们可以进行一个这类的集体活动，帮助大多数孩子掌握这个技能。

中班体育教案及教学反思篇九

本活动用溜溜布创设情境，贯穿整个教学过程，让幼儿在玩中学。这次的活动是从幼儿中来的，所以孩子们活动时就表现出了极高的兴趣，并能全身心地投入。

本活动中，引导孩子运用接触到布条后的自然动作，从——“海底隧道”——“飞渡铁索桥”——“捕鱼”游戏设计循序渐进，使幼儿在轻松快乐中提高了抖□s跑、跨跳和各种各样爬的技能技巧，巧妙的锻炼了幼儿的上肢力量和身体的灵敏性，发展了创造能力，培养了幼儿机智果断、顽强拼搏的良好品质，实现了活动目标。

集体练习时幼儿都想积极地完成动作，教师没把活动要求讲解清楚就开始活动，造成幼儿混乱。

整个活动，幼儿身体得到了全面得锻炼，同时培养了幼儿一物多玩的能力，发展了创造力此活动不仅体现了快乐体育的特点，还将生存体育蕴含于游戏中。使幼儿掌握了在不利的

环境下自救的方法和技能，学会生存。