

吸纸跑体育活动方案(实用7篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案有助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么问题来了，教案应该怎么写？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。

吸纸跑体育活动方案篇一

1、尝试迅速转身一周并手眼协调地接住圈，发展身体的平衡能力。

2、探索转身一周接圈的动作，发现、分享成功的方法。

3、体验竞赛游戏，初步形成集体荣誉感。

1、幼儿开小汽车入场（慢开、加速、上坡、下坡、转弯……）

2、圈操：头部、上肢、体侧、全身、跳跃

3、幼儿自由玩圈，鼓励幼儿创造新玩法，引出转身接圈的新玩法。

4、幼儿尝试探索转身接圈的动作。

（1）幼儿第一次尝试

（2）幼儿第二次尝试

（3）幼儿按要领练习转身接圈

5、幼儿玩竞赛游戏：

（1）师幼共同布置场地，教师介绍游戏规则：

幼儿3组比赛，每组1名幼儿跑至指定位置按场地提示标志完成转身接圈动作一次后，迅速将圈递交给对面的幼儿往返游戏，待小组全体幼儿全部轮回一次为胜。

(2) 幼儿比赛2次，教师指导幼儿迅速转身接住圈。

(3) 教师小结游戏

6、放松，结束。

(1) 玩音乐游戏《雁儿飞》，幼儿自由放松（拍手臂、拍腿、拉伸）

(2) 幼儿手持圈，开汽车离场

大班上学期的幼儿，在各种有趣的体育活动场景吸引下，在教师生动形象的语言刺激下，在丰富多样的体育游戏玩法下，对体育活动越发的积极参与。中班幼儿活动量正在逐渐的增多，在自由的户外活动中，孩子们特别喜欢模仿机器人转身变形的动作。在他们自由模仿中，我发现有一小部分的孩子转身之后出现站不稳、易摔倒的情况，更有一部分孩子刻意地让自己去模仿这个“摔倒”的姿势。因此本节活动就是针对孩子的兴趣点，正面引导幼儿在原有基础上练习原地快速转身一周动作，并加入圈这个辅助器材鼓励幼儿亲自尝试转身接圈的身体平衡练习。提出多种玩圈方法，并进行互相交流，目的在培养幼儿的创造性和自信心，使其学习潜能得到最大程度的发挥。

1、关注器材的选择和运用

《纲要》中倡导：要用幼儿生活中熟悉的运动器材开展活动是幼儿最感兴趣的。圈是幼儿十分喜爱的体育器械。在生活中，大大小小的、圆圆的圈到处都有，对幼儿来说也不陌生，如果我们都做一个有心人，拿这些圈给孩子锻炼身体，这是

很有意义的事。特别是中班的孩子开始喜欢探索和操作，所以课的开始安排了圈操，利用开汽车的游戏背景来加大动作幅度，达到热身效果。

2、关注幼儿的发现和探究、创造性探索、尝试练习

转身接圈是在个性玩圈基础上的延续，活动中教师请幼儿先示范转身接圈方法，然后引导幼儿和同伴一起去探究怎样才能把圈转起来之后转身接住它。接着分小组体验、竞争，通过比赛激发幼儿的兴趣，目的是让幼儿树立竞争意识，增强对游戏规则的认识。让幼儿在无意注意中提高身体平衡能力！

首先是给每位幼儿一个圈，让他们自娱自乐各显神通地玩。平时我们的课中常会出现这种现象：幼儿往往对手中的器材非常感兴趣，而对教师的讲解就不太感兴趣，甚至根本无暇顾及就迫不及待地玩开了。这正是幼儿好动的心理特点，他们好奇心强，对新鲜事物易产生兴趣，但却不愿意在活动中受到太多的约束，总是想马上能亲自体验一下，而课中的玩圈过程正好满足了幼儿的这一心理需求。在教学过程中我把握幼儿的这一年龄特点，珍惜他们的好奇、好动心，活动中给予幼儿充分创造性的遐想和创造性的空间，并让各类幼儿发挥自己的特长，大胆地参与体育活动的意识与能力在玩中求乐。

3、关注幼儿运动量和均衡发展

平衡练习主要体现了技巧性，动作的运动量并不大。在幼儿游戏环节的设计中，配合上、下肢的动作练习，如：滚圈、跳圈等适当地调节运动量，幼儿机体达到适宜的唤醒状态。激发幼儿练习的动力，同时也在游戏中巩固多样玩圈的方法，上下肢得到均衡的发展。

吸纸跑体育活动教案篇二

发展双脚向前跳的能力，培养动作的协调性和反应的`灵敏性。
活动准备：

1、事先请幼儿学会儿歌：“小白兔，没有动，一二三、三二一，快快找个小山洞。”

2、大部分幼儿两人一组手拉手搭成山洞，少数幼儿蹲在“山洞”里扮“小兔”。“小兔”要比“山洞”多两个，多出的“小兔”站在场地中央。

游戏开始，所有“小兔”都边说儿歌边按照节奏在场地上分散双脚向前跳，说完儿歌最后一个字“洞”，“小兔”迅速跑去找山洞，钻到山洞里蹲下。没有找到山洞的“小兔”与做“山洞”的幼儿从头依次交换位置，游戏继续进行。

提醒“小兔”展“山洞”是注意安全，按照先后顺序不争不抢。

1、能灵活机智的投准和躲闪

2、体验与同伴合作游戏的快乐。活动准备：

沙包一个，在场地上画两条平行线，两条线之间间距五米左右。

a□b两名幼儿分别站在两条线外□c幼儿站在两线中间，面和背分别对

着a□b幼儿轮流用沙包击c幼儿的身体（不能击头部□□c幼儿灵活躲闪。若c幼儿被击中，则与a□b幼儿轮换，先后顺序，游戏可反复进行。

- 1、选择小米、小麦等填充沙包，以免击伤幼儿。
- 2、熟悉游戏后，可增加躲闪的人数至2~5人。
- 3、游戏可以分组进行，躲闪的幼儿组成一个团队，被击中的幼儿下场，其它幼儿可以尝试接住沙包，让下场的幼儿获得重新上场的机会。若躲闪的幼儿全部被击中，则换另一组幼儿躲闪，游戏反复进行。

吸纸跑体育活动教案篇三

1. 引导幼儿创编风趣、富有韵律的儿歌、动作及声势，体验创编的乐趣。
2. 引导幼儿自由分组并自选打击乐器为配乐儿歌伴奏。

材料准备：打击乐器若干、多媒体课件（故事投影片）、一张带有旋律及儿歌的图谱。

- 1、利用投影（课件）讲故事，引导幼儿创编节奏儿歌

有一个小朋友叫聪聪，他非常爱吃鸡蛋，所以他既聪明又漂亮。中午到了，聪聪的肚子饿了，他来到厨房打开冰箱。

拿鸡蛋拿鸡蛋拿拿拿

“鸡蛋皮上很脏，他走到水池边拧开水龙头做什么？”

洗鸡蛋洗鸡蛋洗洗洗

“鸡蛋洗干净该怎样了？”

打鸡蛋打鸡蛋打打打

“聪聪往锅里倒了点油。”

煎鸡蛋煎鸡蛋煎煎

“不一会儿鸡蛋就熟了，聪聪拿了一个小盘子。”

盛鸡蛋盛鸡蛋盛盛盛

“然后他美美地——”

吃鸡蛋吃鸡蛋吃吃吃

“很快聪聪就吃饱了，哈哈地笑了。”

分析：这个环节中所有的孩子都听得非常认真，看得非常仔细，还边听边笑，表现出了极高的兴趣，为接下来的创编做好了铺垫。

2. 引导幼儿理解故事

师：“这个故事有趣吗？哪些地方有趣？你要向聪聪学习什么？”

分析：孩子们认为这个故事和别的故事不太一样，非常有意思。有的孩子说：“故事里面有儿歌，特别好玩，特别逗乐。”有的说：“故事里面有鸡蛋，我最爱吃鸡蛋了。”有的说：“聪聪是个讲卫生的孩子。”还有的说：“聪聪真能干，还会煎鸡蛋，我也要学煎鸡蛋，吃鸡蛋有营养长高个。”

3. 师幼一起说儿歌，引导幼儿配上自编动作

拿鸡蛋拿鸡蛋拿拿拿

洗鸡蛋洗鸡蛋洗洗洗

打鸡蛋打鸡蛋打打打

煎鸡蛋煎鸡蛋煎煎煎

盛鸡蛋盛鸡蛋盛盛盛

吃鸡蛋吃鸡蛋哈哈

分析：孩子们在这个环节做得特别高兴，边说儿歌边做动作还边放声地笑。练习了3遍之后，有一大部分孩子就掌握了儿歌的顺序，为下面的分组练习做好了准备。

4. 带领幼儿练习儿歌

“故事里的这首儿歌一共有几句？”教师引导幼儿按句子分成5组，每组依次说一句，最后一句大家齐说。

“吃鸡蛋吃鸡蛋哈哈”，幼儿边说边做相应动作，最后的

“哈哈”处拍手两次并上举双手，教师指挥幼儿练习两遍。

5. 教师弹琴，幼儿随旋律唱儿歌，并加上相应动作

分析：有的孩子一开始就一边随琴唱歌词，一边做动作；有的孩子只唱歌词，不做动作，等唱了两、三遍熟悉了旋律之后，多数孩子都加入了相应的动作。

6. 请幼儿创编声势，随音乐为儿歌伴奏

请幼儿创编声势，并让他们选择几种声势依次为儿歌伴奏，教师指挥全体幼儿练习几遍。

分析：孩子们非常喜欢创编声势，踊跃地举手表现自己，教师适时的‘鼓励更增强了孩子们创编的欲望。

教师引导幼儿分成5组，每组创编出与其他组不同的声势为儿歌伴奏。

7. 创编节奏儿歌及相应动作

“请小朋友想一想还可以创编哪些有节奏、有趣味，又能动起来的歌词和动作？”教师和幼儿共同选择几个主题，为儿歌创作奠定基础。

幼儿自编节奏词和动作，教师引导幼儿把同类的节奏词串联成一首6句儿歌，并加以修正。如以“户外运动”为主题的创作：

钻山洞钻山洞钻钻钻

滑滑梯滑滑梯滑滑滑

转风车转风车转转转

投沙包投沙包投投投

踩高跷踩高跷踩踩踩

跳皮筋跳皮筋跳跳跳

又如以“早晨起床后”为主题的创作：

起床了起床了起起起

穿衣服穿衣服穿穿穿

梳头发梳头发梳梳梳

刷牙齿刷牙齿刷刷刷

吃早点吃早点吃吃吃

再如以“球类”为主题的创作：

拍皮球拍皮球拍拍拍

投篮球投篮球投投投

踢足球踢足球踢踢踢

传皮球传皮球传传传

滚皮球滚皮球滚滚滚

顶皮球顶皮球顶顶顶

师幼共同分享每个人的创作成果，幼儿说、唱新儿歌，并配上自创的声势。

分析：这个环节先由新儿歌的创作者带领大家一起说和做，从而培养幼儿的自信心和表现力。

教师把幼儿的创作成果作详细记录，然后进行快乐大比拼活动，创编的节奏儿歌多者为胜。

8. 用打击乐器为儿歌伴奏

(1)出示配乐儿歌图谱，请幼儿选择自己喜欢的打击乐器，并视谱为儿歌伴奏。

分析：这个环节中教师要先引导幼儿看懂图谱，再进行演奏。

(2)请幼儿自己协商分成5组，各组成员互相交流用哪种乐器为儿歌伴奏最合适，前5句各组为本组伴奏，最后一句齐奏，教师指挥。

分析：孩子们在这个环节表现得大方、自信，有的小组还选出了组长。

(3) 幼儿互相交换打击乐器或小组进行练习，幼儿指挥。

9. 活动延伸

为幼儿提供一个新节奏型或新主题，请幼儿自己创编节奏儿歌，为下次的快乐大比拼做准备。

吸纸跑体育活动教案篇四

练习快速爬的动作，体会多种感官联动，感受集体游戏的快乐。

彩虹伞铃鼓录音机学会儿歌《彩虹伞》

摇摇头，跳一跳；耸耸肩，跳一跳；

弯弯腰，跳一跳；蹲一蹲，跳一跳；

扭一扭，跳一跳；转一转，跳一跳。

今天老师给你们带来了一个礼物，你们看，它是什么？(彩虹伞铺在活动室地上)它的名字叫彩虹伞，今天我们要和彩虹伞一起做游戏。

游戏一：找颜色

1、教师交代游戏名称，引导幼儿观察彩虹伞的颜色，为顺利游戏做准备。

2、讲解并示范游戏玩法：请幼儿自由坐在彩虹伞上，听到铃声后快速地爬，边爬边说儿歌，铃声一停，就找到相应的颜色坐下来。

3、教师强调游戏注意事项：小朋友在爬的时候不要碰撞。

游戏二：下大雨

1、教师交代游戏名称，并将幼儿分成男女两组，轮流进行游戏。

2、教师讲解并示范游戏玩法：老师和一组幼儿抓住彩虹伞的边缘，边转边说儿歌，儿歌说完后，教师说：“下大雨啦！大家赶快躲到伞下面。”师幼一起撑起伞，另一组幼儿快速爬到伞下面，立刻放下伞，听到教师说：“雨停了，大家赶快出来吧！”就撑起伞幼儿快速爬出来。

教师将彩虹伞撑成山洞状，幼儿从山洞爬过来，随音乐做放松运动，并自由交谈，分享游戏带来的快乐。

附儿歌：《彩虹伞》

彩虹伞，像转盘，彩虹伞，像朵花，

大家一起玩转盘，彩虹伞上爬呀爬，

你也转，我也转，铃声一停找颜色，

我们齐心转转转。找到红色坐下来。

吸纸跑体育活动教案篇五

1、发现动物为了生存而采取的`几种自我保护方法。

2、通过观察,引发幼儿探索动物奥秘的兴趣。

3、激发爱护小动物的情感。

1□ppt课件:动物保护色。

2、音乐:森林的早上。

3、小动物头饰。

一、图片导入课题

引导幼儿观察图片:石头上的袋鼠

教师:小朋友,你们看图片上有什么?

幼儿通过仔细观察发现石头上有一只袋鼠。

引导幼儿发现石头和袋鼠的颜色很相近。

小结:动物保护色可以让动物隐身,不被侵害。

二、动物的隐身绝招

1、了解小动物的隐身妙招。

小动物们在玩捉迷藏的游戏呢,我们一起把小动物找出来,好吗?

说一说你找到了什么动物,它躲在了哪里?

2、观看课件

(1)袋鼠躲在和自己相同颜色的石头上。

(2)狮子躲在黄黄的草丛中。

(3)刀郎藏在绿色的叶子上。

(4)青蛙藏在绿色的池塘里。

(5) 蝴蝶藏在花丛中。

(6) 斑点蛙藏在水草中。

(7) 紫色的蟹蛛藏在紫色的花瓣上。

3、这些动物都有什么样的保护自己的本领呢？

小结：隐身。在大自然中有些动物为了保护自己更好生存，它们身体的颜色与斑纹，

与它们生活的环境十分相近，用来隐蔽自己不被敌人发现。

4、启发幼儿讲述还知道哪些动物具有隐身的本领？

三、讨论动物的防身绝招。

1、你知道动物还有哪些保护自己的方法？

2、教师讲述

乌龟：盔甲

刺猬：硬刺

鹿：快跑

壁虎：自切

黄鼠狼：臭气

四、游戏：躲猫猫

1、播放音乐：森林的早上

2、幼儿戴上自己喜欢的动物头饰,在教室里寻找适合自己躲藏的地方。

吸纸跑体育活动教案篇六

1、通过采桔子游戏,发展幼儿钻爬、走、跳的能力。

2、喜欢参加游戏,体验和同伴共同游戏的快乐。

1、桔子若干(幼儿2倍)、小篮2只、小毛巾若干、地毯一块。

2、钻洞8个、字母板凳8张、绳子一条。

一、律动:小白兔

兔宝宝们(幼儿答:哎)今天,妈妈带你们一起到草地上去玩啦。(律动两遍)

二、游戏一:过小桥、钻山洞

1、引起兴趣。

宝宝跳得真好,妈妈还想带你们去一个更好玩的地方,看,前面有什么?(小桥、山洞)

2、师生共同练习走、钻爬的动作。

对了,现在我们一起走走一走,钻一钻。幼儿在老师的引导下一起走过小桥,钻过山洞,先到达的幼儿为后面的宝宝喊“加油”。

三、游戏二:采桔子

1、哇!你们看,这里有什么?(许多桔子)

2、妈妈带你们一起采桔子啦。（提出简单规则：我们采一个桔子就放一个桔子，提醒宝宝将桔子放于篮子里）

3、提供草盖或字母板凳，让幼儿想办法采上面的桔子。

四、吃桔子

我们采了那么多的桔子，来一起把它抬到草地上去。

1、师生共同坐到地毯上，作好吃桔子前的准备。

那么多的桔子，我们一起尝一尝，好吗？好，先用小毛巾擦擦小手。

2、剥桔子、吃桔子。

（1）、剥的时候，引导幼儿将桔子皮放于垃圾桶里。

（2）、可用儿歌适当引导幼儿观察桔子的形状、颜色。

（3）、帮助能力弱的宝宝一起剥桔子。

（4）、品尝桔子。（引导幼儿说出：酸酸的、甜甜的）

吸纸跑体育活动策划案篇七

日常活动中废旧的报纸和彩色的布条随处可见，如何利用废旧物品，结合物品的特点让幼儿玩出自己的创意与特色是幼儿园户外游戏教学中的.一大课题。大班幼儿随着年龄的增长，对户外游戏活动的兴趣越来越浓，特别是对有一定难度和挑战性的游戏很感兴趣。在及时捕捉到了孩子们的兴趣点之后，设计本次户外游戏活动，充分锻炼孩子各方面的能力，满足孩子们挑战自我、展现自我的美好愿望。

- 1、练习快跑和躲闪的动作，提高幼儿灵敏、协调等身体素质
- 2、培养幼儿能在游戏中友爱互助的良好品德。

废旧报纸条 彩色布条 音乐游戏光盘

热身运动——自主探索——运动——分享交流

一、热身运动

1、队列练习

列队成四路纵队，听口令做动作：立正、稍息、向前看齐、齐步走、左右转弯等

2、听着音乐做热身运动

教师自编，上肢——下蹲——体转-腹背——踢腿——整理运动

二、游戏开始：

1、请幼儿想想两人怎样玩布条。

请幼儿自由找一朋友，分散练习，教师巡回指导。

2、请会玩揪尾巴的幼儿示范玩法，把布条塞进裤腰，让对方揪出布条。

教师讲解玩法规则：两人面对面站立，数一二三，同时开始左右挪动，瞅准机会揪对方的尾巴，但不得推拉，先揪下对方尾巴为胜，幼儿进行游戏。

三、自由玩布条

2. 互相交流分享各自发现的新玩法。

3. 探索用报纸条玩揪尾巴的游戏。

将幼儿探索的新玩法用报纸条玩揪尾巴的游戏，利用晨间、户外活动鼓励幼儿自由组合玩游戏，回家后请家长与幼儿一起继续探索报纸条的玩法，共同体验快乐，增进亲情，发展想象力和创造力。

这个游戏小幼儿十分喜欢，只是不知道正确的玩法。今天我们利用户外游戏活动时间玩这个游戏，这个活动主要是训练幼儿灵活性和快速躲闪的动作。通过几次的练习玩耍幼儿在游戏中还是比较灵活的。整个活动中放开地让孩子们玩，让孩子们自主探索。孩子们在玩中学习，智力得到了提升，身体得到了锻炼，情感得到了升华。从而培养了幼儿团结友爱的美好品质。