

中班体育扔沙包教案反思 中班体育游戏教案好玩的沙包(优质7篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。怎样写教案才更能起到其作用呢?教案应该怎么制定呢?下面是小编带来的优秀教案范文,希望大家能够喜欢!

中班体育扔沙包教案反思篇一

1、队列队形练习:

幼儿带头饰成两路纵队听口令入场,齐步走,齐步跑,(喊口令:一~二~三~四,一二三三四。)左右分队走、切断分队走一六路纵队到预定位置成操节队列队形分布。

2、热身活动

小动物们做早操:《世界真美好》

二、玩沙包

师:听说今天家里要来许多小动物做客,兔妈妈准备了好玩的玩具,到底是什么玩具呢?你们想知道么?看!在那边。

1、抢沙包:聪明宝宝真厉害,不碰、不摔跤、不推不拉。拿到玩具跑回来。

2、比赛:

师:喜欢兔妈妈的玩具什么?喜欢吗?兔妈妈想看看小动物们谁最能干,你是最能干的么?那我们来比一比,怎么样?。比赛过程中,要注意什么呢?(注意安全、讲秩序,互相帮助)。

看谁能勇敢的完成全部比赛项目，能出色完成比赛任务的小动物，兔妈妈要奖励他一颗“智勇双全”小星星哦!努力!加油!

(1)、夹物跳：双脚夹住包从操节位置起跳，按顺序成两路纵跳队至“小沟”处

(2)、夹包比远：两脚夹住沙包站在线后，然后双脚跳起用收腹向前摆腿的力量用力将沙包掷过“小沟”去。然后跳过“小沟”

(3)顶沙包：把沙包拾起来放在头顶上，向前走动，使沙包不掉落下来，到小桥处，小心地走过“桥”。一直走到“草地”边。

(4)、背沙包：手、腿着地背上放沙包，背沙包爬过草地(小动物可以互相帮忙，把沙包放在背上)。

三、结束活动

1、给勇敢完成任务的幼儿颁发“智勇双全“小星星，讨论沙包的其他玩法，幼儿找朋友自由玩沙包比赛。

师：沙包好玩吗?那你还可以怎样玩沙包呢?我们一起来试试。

例如：投包入筐、螃蟹走(两人一组，背靠背夹住沙包，手臂挽住手臂，横着身体像螃蟹一样侧着走，先到者为胜者。)、看谁投得远、抛接沙包(单手持沙包，向上抛出后，自己拍手一二次，然后用原来的手接住。依次方法反复进行。熟练后可以增加拍手的次数。)等。

2、放松活动：孩子们，累了吗?来我们大家跟着音乐放松一下。揉揉腿，抖抖手，踢踢脚等。收拾沙包，回教室，入厕、洗手、喝水、休息。

中班体育扔沙包教案反思篇二

游戏活动设计领域：艺术、健康

活动目标

- 1、激发幼儿乐于参与体育游戏的兴趣，体验游戏的乐趣。
- 2、培养幼儿的创造力及平衡能力。
- 3、练习多种行走方法，锻炼幼儿腿部肌肉力量。

活动准备

高跷、大鞋子、呼拉圈、沙包、部分动物头饰

课件、音乐带、录音机

活动过程

- 1、与幼儿对音乐学“高人矮人”进入活动室，并作为准备活动。
- 2、提问幼儿刚才是怎样进入活动室的，并请幼儿想出更多的走路方式。
- 3、请幼儿将想出的走路方式表演给大家看。
- 4、请幼儿看课件，欣赏老师带来的走路方式。
- 5、播放音乐，请幼儿模仿喜欢的走路方式。
- 6、请幼儿自由选择辅助材料进行练习，提醒幼儿要注意安全。
- 7、请幼儿分组展示。

8、带领幼儿做放松练习。

9、播放音乐，请幼儿模仿歌曲中小动物的走路方式，走出活动室，结束活动。

[作者：王艳芳作者单位：山东省利津县第一实验幼儿园]

中班体育扔沙包教案反思篇三

1、锻炼幼儿的体能；

2、锻炼幼儿的抛掷能力和接物的准确性；

3、培养幼儿在游戏活动中的合作能力，体验合作游戏的乐趣。

培养幼儿在游戏活动中的合作能力。

：长方形彩色布块若干，沙包若干，平整的活动场地。

1、整队带入活动场地，做好活动前准备。

2、展示活动器械

(1)长方形彩色布块：引导幼儿数一数一共几块布，说一说每一块布的形状和颜色，数一数每块布有几个角等等。

(2)沙包：引导幼儿数一数一共几个沙包，并比较沙包的大小。

3、演示玩法

(1)讲解玩法：两名幼儿抓住布块的四个角，另外一名幼儿负责喊口令，并及时捡起掉在地上的沙包。

(2)注意事项：抓住布块的两名幼儿注意听到口令后再向上抛沙包，沙包抛出后要用布块去接，如果接不住，另外的一名

幼儿要及时捡起掉在地上的'沙包(整个过程都要注意安全)。

(3)演示：请两位老师帮忙演示一遍，然后请两名幼儿跟老师一起演示，最后请三名幼儿演示一遍。

4、游戏开始：幼儿三人一组，自由组合，发给每一组一个沙包和一块长方形彩色布块，活动的过程中幼儿可以进行角色转换。老师要给每一组的幼儿加油，并及时鼓励表扬表现好的幼儿。也可以比一比哪一组的沙包接的准，哪一组的幼儿合作的最好。

5、讨论：引导幼儿讨论自己小组的活动，找出缺点。

鼓励幼儿回家后跟家长玩一玩这个游戏活动，注意改进活动中出现的缺点。

中班体育扔沙包教案反思篇四

活动目标：在游戏情境中，乐意模仿不同动物的走路动作，感受表演的快乐。

重难点：根据动物的'不同角色，根据歌曲内容进行表演。

活动准备□ppt

活动过程：

一、猜猜谁来了（环节意图：主要是通过猜谜等各种方式引出各种小动物，引起幼儿参与活动的兴趣）

1、猜动物

（1）谜语：长长耳朵红眼睛，爱吃萝卜和青菜，猜一猜，谁来了？

追问：你怎么知道这是小兔子的？

(2) 声音：小鸭子

(3) 局部图片：小乌龟

(4) 动作：小花猫

小结：从长耳朵猜出地小白兔，动物们长得都不一样。

(小乌龟、小猫的小结同上，从不同的角度出发。)

二、小动物比赛（环节意图：通过游戏中不同动物的走路，熟悉韵律与语言节奏）

1、小动物们聚在一起干什么呀？我们一起来听听看吧。

2、个别幼儿表演：它们是怎么走路的，先请谁走？

3、分组表演（根据幼儿的意愿决定学动物走的顺序。在走的过程中加入语言节奏，如：小兔子走路，跳跳跳跳跳。小鸭子走路，摇呀摇呀摇。）

小结：小动物们走路的方法真特别，小兔子走路，跳跳跳跳。小鸭子走路，摇呀摇呀摇。小乌龟走路，爬呀爬呀爬，小花猫走路静悄悄。

3、动物表演会（环节意图：通过音乐游戏，模仿各种不同动物走路的动作。）

过渡语：小动物也想请我们小朋友来学学他们比赛谁走路快，想来试试吗？

1、想一想，你最想学哪个小动物走路哦？（想好角色的幼儿排在指定动物的起跑点）

2、第一次走路比赛

3、第二次走路比赛：歌曲里哪个小动物谁先走路呀？接下来是哪个动物呢？

小结：我们要根据歌曲里唱的顺序表演走路哦。第一个是小兔子，接下来是小鸭子、小乌龟和小花猫。

4、集体表演：我们的小朋友都会学小动物走路，我们来表演一次给老师们看吧！

5、下一次，我们可以试试看交换一下小动物，学学其他小动物一边走路一边唱歌吧。

中班体育扔沙包教案反思篇五

好玩的沙包

3-6岁

沙包一个

将六块边长为10公分的正方形布片用针缝成一个正

方体，在一角留一小孔，内部填充小麦或玉米粒等谷物缝好，沙包制成。

1、体会民间游戏的无限乐趣，发展幼儿的创造力。

2、展幼儿投掷、平衡能力，提高幼儿的逻辑思维能力。

1、顶沙包：头顶沙包半蹲拍球，或沿平行木走，沙包不掉为胜。

2、绕沙包走或跑：将沙包等距离排在地面上，绕沙包向前走

或跑。

3、跳沙包：将沙包在地上排成间隔30公分的两列，幼儿站在一边跳上另一边，相互跳来跳去。

4、夹包跳：教师引导幼儿用小腿夹沙包往前跳、转圈跳。

5、互相抛接：两人一只沙包，你抛接，抛你接。等幼儿抛接动作熟练后，可以两人两只包，同时抛接。

6、背驮沙包：引导幼儿背上驮1-2只沙包，学小乌龟弯腰走到指定地点。

7、接包游戏：在场地中间画出两条间隔8米的线，请两名幼儿为击包人站在两条线上，其中一人持沙包，请数名幼儿为接包人，击包人站在线上击包，接包人在两条线中间躲闪击来的沙包，不让沙包击中身体的各部位，同时努力接住击来的沙包。

8、抛沙包：在地上放哟呼啦圈，教师引导幼儿两脚夹住沙包，跳起将沙包抛向放置在地上的呼啦圈内，谁抛中谁获胜。

9、蚂蚁运粮：让幼儿扮蚂蚁分成若干运粮队。每队蚂蚁子用嘴咬住粮食（沙包），学小蚂蚁爬行的样子将粮食依次运到对面的粮囤里，以先运完粮食的为胜。

10、沙包回家：在场地中间放一纸箱，离地1、0——1、5米，沙包四散放置在场地上，幼儿听教师发令后，幼儿迅速去捡一只沙包，并将其投入纸箱中，直到把沙包都投入纸箱。个人反思：

玩沙包的过程就是启发幼儿创造性地使用沙包尝试各种难易不同的沙包玩法的过程。整个活动过程中幼儿表现的非常活跃也都很投入，可见对这些玩法幼儿很喜欢。在整个活动过

程中，各个玩法都是在老师的引导下、让幼儿自主进行的，从中使幼儿感到活动的快乐。不过通过活动也发现一些需要改进的方面，有些玩法的活动量不够，主要原因是由于对幼儿体育活动不够重视，造成幼儿提议活动的随意性和盲目性。所以对于上述诸多问题，应该全面地分析并加以解决。从思想上要提高，在实践中丰富知识和经验，在实践中开拓。提高幼儿活动兴趣是调动幼儿积极主动地参与体育活动的有效手段。

中班体育扔沙包教案反思篇六

1. 学习10米往返跑，发展快速跑的能力。
2. 能手脚协调、平稳地推小车走跑，发展动作的平衡及协调能力。
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。

1. 苹果、梨、橘子等水果卡片若干，高低不等悬挂在绳子上。
2. 小推车4辆，塑料筐4个，大纸箱(仓库)1个。

1. 创设情境，热身准备

以“果实丰收了，去果园摘果子”为游戏情境，师带领幼儿模仿开汽车、上坡、下坡、钻山洞等热身活动。

2. 玩游戏“摘果子”，学习10米往返跑。

(1)师介绍游戏玩法：秋天到了，果园的果子都熟了，我们去摘果子吧。去摘果子的时候，要快速跑过去，摘到果子后，在快速跑回来。

(2)示范、讲解10米往返跑的动作要领：要看清果子的位置，直线快跑，摘到果子后迅速折身跑回。

(3)幼儿站成四路纵队，依次尝试、练习。教师发出信号后，幼儿迅速跑到果园摘一个果子跑回来，把果子放到小筐里。可请动作正确、速度快的幼儿进行示范。

(4)分组进行比赛，看哪队先摘完果子。

3.玩游戏“运水果”，发展幼儿动作的平衡及协调能力。

(1)幼儿自选小车，取两个放到小车里，推小车走到对面的“仓库”，把果子放进去，再推小车返回，教师重点观察幼儿推小车时手脚是否协调，给予指导。

(2)幼儿分组进行比赛，看哪组运水果运得快。

4.放松活动

教师、幼儿围坐在地垫上，揉揉、捶捶小腿和大腿，躺下来伸伸懒腰，放松身体，数数摘到的果子有多少，分类到小筐里。

从执教的情况来看，我觉得自己在课堂上的组织语言还有待加强，如何让孩子对你的提问或是小结能更好的明白、理解，是自己在以后的教学中需要关注的一个重要方面。

中班体育扔沙包教案反思篇七

1、学习双脚并拢朝一定方向跳，发展腿部的力量。

2、能遵守游戏规则，培养良好的规则意识。

3、发展身体协调性。

4、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。

蟋蟀头饰，指定一地方为“家”。

1、今天天气真不错，小蟋蟀们，让我们一起来玩一玩吧！带领幼儿进行队形队列练习，由大圆走成小圆等。

1、真舒服呀，以后妈妈要经常带你们去锻炼身体。咱们蟋蟀可是昆虫里的跳跃能手哦！小蟋蟀们，你们长大了，现在你们也来学一学、练一练跳跃吧。

2、幼儿自由练习。并请个别幼儿示范自己的跳跃方法。

3、强调双脚并拢跳的规范动作。咱们蟋蟀跳的时候是向前跳的。我们只有跳得远远的，连续跳得快快的，这样才能当最棒的蟋蟀哦！小蟋蟀们，现在就跟着妈妈一起来跳吧。

4、讲解动作要领：双脚并拢，脚稍弓，脚后跟抬起，脚掌用力蹬地，然后向前连续跳，注意脚落地时要轻。

5、幼儿跟着老师练习正确的连续跳。

2、反复游戏数次。纠正幼儿不规范动作四、放松活动。

1、蟋蟀们今天真能干，表现得都很棒，大家现在一定都累了吧，来，都到妈妈这儿，我们来抖抖大腿，拍拍臂，放松一下。

中班孩子的肢体发展，高于小班，又低于大班。比小班的孩子会玩但没有大班孩子那种肢体发展协调能力，所以对于中班的幼儿来说规则游戏是一种最好的教育手段。寓教于乐，寓教于游戏之中，通过情景游戏让幼儿既达到了锻炼的目的，又能快乐的游戏，所以我设计了本次活动。

本活动的重点是让幼儿掌握立定跳的动作，在进行这个环节的时候，幼儿的动作有些不到位，应该请幼儿多演示几次，教师还应着重讲解。给幼儿多次练习的机会，让幼儿熟练掌握。在朝不同方向跳和游戏“蟋蟀找家”的这两个环节中，教师同样应多提醒幼儿做好准备动作，以防幼儿肌肉拉伤。