

# 大学体育游戏活动方案(优质5篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的方案吗？以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大学体育游戏活动方案篇一

活动目标：

1. 练钻爬和推拉的基本技能，发展幼儿上肢动作和力量。
2. 享受玩轮胎游戏的乐趣，发展动作的协调性和灵活性。

活动准备：

轮胎若干音乐

活动重点：

练钻爬和推拉的基本技能，发展上肢动作和力量。

活动难点：

上肢动作和力量的训练。

活动过程：

### 1、导入

师：小朋友，看老师今天给你们带来了什么好玩的？（轮胎），你们以前玩过轮胎吗？（玩过）下面请小朋友自由玩轮胎，可以拿起来玩，一定要注意安全。

## 2、准备活动

师：停，现在请小朋友们一人站在一个轮胎里，和老师一样，眼睛看着老师，站好，手掐腰，跟着老师一起做。

在音乐节奏下带领幼儿活动肩膀，头部，胳膊等部位。

## 3、平衡练习

### (1)用轮胎摆桥

师：小朋友，老师用轮胎给你们摆了一座小桥，现在我们来过小桥，过桥时小朋友一定要注意安全，不要推，不要扯别的小朋友衣服，完成后回到原来的地方。

(2)把一个轮胎立着放在其中一个轮胎上，让幼儿爬着过去。

幼儿过小桥时，老师在旁边辅助

## 4、滚动练习

师：过完了小桥，老师想请小朋友们用最简单，最省力的方法把轮胎运动老师身边来。

师：刚才小朋友是怎样拿轮胎的呢？（拖，滚，抱着，抬着）那什么方法是最省力的呢？（滚轮胎）对了，滚轮胎是最省力的方法，那我们来比赛，看谁的轮胎滚得快，比赛时一定要注意安全，不能砸到其他的小朋友。

## 5、翻滚练习

教师示范让轮胎翻跟头，幼儿一起让手中的轮胎翻跟头，从场地的一头翻到场地的另一头。

## 6、搬运练习及翻越练习

师：刚才轮胎宝宝告诉我，他累了，想让小朋友抱抱他，小朋友和老师一人抱一个轮胎，放到对面去，看谁最快，谁是大力士。

师：接下来我们来玩爬轮胎山的游戏，小朋友从这边爬上去，从另一边下来，不要推，不要挤。完成后回到老师身边。

## 7、活动结束

轮胎在幼儿园中很普遍，把轮胎作为发展孩子身体，锻炼孩子体魄等等，这样的手段。发展的目标和孩子的需要平衡的问题，在这个活动中小孩子的兴趣停留在玩上面，老师发展的核心目标是发展孩子的上肢，兼顾到孩子的兴趣爱好，从头到尾整个活动全部都是游戏贯穿下来的。

所以小朋友从头玩到尾的，乐在其中。李老师对孩子是很有吸引力的，很有亲和力，一直是在跟孩子玩的，没有上课的感觉。

只有心中装着孩子才能设计出这么出色的课，才能上得这么精彩！通过这次观摩交流活动相信对她们今后的专业化成长会起到重要的推动作用——这也许就是名师带给我们的力量吧！

## 大学体育游戏活动方案篇二

活动名称：滚铁环

活动目标：

- 1、练习将铁环连续滚动约4米的距离。
- 2、通过观察教师示范和讲解的动作要领逐渐地掌握滚铁环的技能。

3、在滚铁环的过程中能够与他人共享空间。

活动准备：

1、每个幼儿一副铁环，标志竿3个。

2、在场地画胡搜起点线和终点线。

3、幼儿玩过“听信号向指定方向跑”的游戏。

活动过程：

一、开始部分。

1、根据哨声向指定方向跑。

2、和我相反。

二、基本部分。

1、教师出示铁环，引起幼儿的兴趣。

2、幼儿尝试让铁环滚动起来。

3、教师请个别幼儿示范，并且讲解主要动作要领。

4、幼儿再次尝试在空地方练习。

5、幼儿分成三路纵队进行滚铁环接力。

三、结束活动。

1、游戏“占铁环”

2、幼儿分组收拾自己组的器械，放在指定的地点。

在这个活动中，教师的手指向往这边，幼儿就往相反的方向跑，也可以是跳。

做这个游戏时，教师和幼儿一起边念儿歌边做游戏，让幼儿感受其中的快乐。

## 大学体育游戏活动方案篇三

练习从70厘米高的障碍物下钻过。

1. 小鸡头饰若干个(数目与幼儿人数相等)。

2. 长橡皮筋两条。场地布置如图。

1. 幼儿分成人数相等的两组，一组扮小黄鸡，另一组扮小花鸡，戴上头饰分别站在自己的家里。教师扮鸡妈妈站在场地中间的草地上。

2. 游戏开始，“鸡妈妈”说：“小黄鸡，小花鸡，快出来找食吃吧！”“小黄鸡”、“小花鸡”就从家里钻过鸡棚门(橡皮筋)，到草地上边叫边四散地找食物吃。待“鸡妈妈”说：“我们吃饱了，大家回家吧！”“小鸡”分别钻回家休息。过一会儿，“鸡妈妈”又说：“小黄(花)鸡去找小花(黄)鸡做游戏吧！”“小黄(花)鸡”就钻出家，边跑边叫钻进“小花(黄)鸡”家，找一只“小花(黄)鸡”一起钻出家去游戏，最后“鸡妈妈”说：“时候不早了，大家快回家吧！”“小鸡”分别钻进自己的家里休息。

## 大学体育游戏活动方案篇四

1. 发展多种爬的技能，增强上肢力量。

2. 提高身体的协调性和敏捷性。
3. 能积极参与活动，在活动中感受快乐。

## 活动准备

平衡木4条、音乐。

## 活动过程

### 一、热身活动

1. 开火车，围成一个圆圈，激发孩子活动兴趣。
2. 师幼在圆圈上跟着音乐做动物模仿操(有节奏地活动头部、上肢、腰部、腹背、下肢等)。

### 二、动作教学和练习

教师创设“侠学本领”情景，带领幼儿进行4个阶段的练习。

#### 1. 手膝着地爬。

手膝着地像小蚂蚁一个跟着一个在地上爬，要求手膝协调、爬行有序。

#### 2. 手脚伸直在地上进行高肢爬。

要求幼儿在爬行时手脚尽量伸直，膝盖不着地，围着圆圈爬两圈。

#### 3. 匍匐爬行并从平衡木下面爬过(先高后低)，再走平衡木回到队伍(先低后高)。

要求身体贴地，头抬起用手交替往前拨，双替向前蹬行进爬。

掌握后让幼儿以匍匐爬的动作通过平衡木下方的空隙，要求在前基础上臀部不要抬起，头侧面爬行通过。

4. 爬平衡木，双手用力爬，双脚并拢并保持平衡(先低后高)。

身体贴紧平衡木，双脚并拢放在平衡木上保持平衡，抬头的同时双手伸直抓紧平衡木两侧，用力拉平衡木带动身体向前进。这个动作的难点在于幼儿的双脚要保持平衡，不要掉下。

### 三、放松活动：吹气球

师幼模仿气球，甩动身体上肢和下肢后，模仿吹气球变大，然后爆炸倒地。

### 活动反思

#### 1. 关于目标的设计

爬是小班幼儿最喜欢的活动之一，让幼儿在爬的过程中锻炼身体并在已有的基础上得到提高，这就需要在活动设计上由易到难，且趣味性强。平衡木的摆放方式和次序能赋予爬行的多样性，让幼儿在变换爬行动作和距离的同时实现自身体上肢力量和协调性的提高。

#### 2. 关于材料的选择

平衡木在幼儿园是很常见的，平时孩子也很喜欢在上面走走，但平衡木同时还能起到锻炼上肢的目的。例如：幼儿在平衡木上面爬行，就必须保持身体平衡，体验手臂、手腕的拉力和爆发力；幼儿在平衡木下方匍匐爬行，就要关注自身身体和头部，避免撞到平衡木，发展注意力和身体的柔韧性、协调性。

#### 3. 关于环节的设计

热身环节：通过有趣的动物模仿操使幼儿的上肢得到充分的活动。

爬行环节：由易到难，平衡木的不同摆放和不同的爬行动作，逐步提高了幼儿挑战自我的欲望。

放松环节：气球人的设计，意在让幼儿在愉悦的情境中充分放松身体四肢。

## 大学体育游戏活动方案篇五

### 一、设计意图

幼儿期是幼儿各种能力和动作迅速发展的时期，随着孩子们一天天的长大，他们经历了从学会爬到学会走的这样一个必经的阶段。而对于小班的孩子来说他们的动作发展还处在初级阶段，动作还不十分的协调。要促进幼儿动作的发展，首先要激发他们喜欢体育活动的情感。在新《纲要》中也指出：用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性。而对与小班的幼儿来说游戏则是一种最好的教育手段。寓教于乐，寓教于游戏之中。因此，我设计了体育游戏：小刺猬背果子。让幼儿以小刺猬角色的身份参与活动，通过太阳伞的创设帮助幼儿在有趣的情境中巩固、复习手膝着地爬的技能。同时，通过创设游戏情境，让幼儿练习侧滚翻的技能，体验帮助他人的快乐。根据新《纲要》精神及幼儿的年龄特点我制定了如下目标：

### 二、说活动目标：

- 1、在复习手膝着地爬的基础上，学习侧滚翻，发展动作的协调性和灵活性。
- 2、喜欢集体游戏，体验共同游戏的乐趣。

教育目标是教育活动的起点和归宿，与教育活动起着导向作用。目标1我是从能力方面进行制定的。对于小班的孩子来说，他们已初步掌握了手膝着地爬的技能，但动作还不十分的协调灵活，存在着个体差异，而侧滚翻的动作，孩子们没有进行过正确的学习与指导。因此，我把这两个动作进行组合，通过创设游戏情景来进一步促进幼儿动作的发展，从而完成目标1，突破重难点。

在新《纲要》中指出：要培养幼儿对体育活动的兴趣，使之体验游戏的乐趣。因此，制定了目标2。通过玩太阳伞，创设背果子情景，让幼儿始终能体验到集体游戏的乐趣，让每个孩子都喜欢体育游戏。

小刺猬头饰 太阳伞一项 箩筐两个 果子若干 果园

### 三、说活动准备：

为了更好地完成教育目标我做了如下准备：

小刺猬头饰：小班的孩子活泼好动，他们的有意注意时间很短，通过头饰的佩带能激发他们的游戏愿望，体验角色扮演的快乐，从而增加有意注意的时间。

太阳伞一项：太阳伞的创设，是为了更好的让幼儿练习手膝着地爬的技能，使这一技能的学习不会变的枯燥乏味。

箩筐两个 果子若干 果园：这一情境的创设，激发了幼儿学习侧滚翻的愿望，让幼儿在游戏情境中轻松地学习。

### 四、活动过程：

#### （一）、幼儿扮演小刺猬进入活动室

“小刺猬们跟着妈妈一起到外面去玩玩吧！”（幼儿爬入活

动室)哇!多美的太阳伞啊!我们跟太阳伞做做朋友。(幼儿爬到太阳伞上)

## (二)、热身运动

宝宝们跟着妈妈一起来运动运动。

## (三)、复习手膝着地爬

1、太阳伞那么美,我们绕着太阳伞爬一爬,这一次,我们来比一比谁爬的快。(幼儿绕着太阳伞爬)

2、噢!累了,累了,我们休息一会儿。太阳伞还有一个本领,它可以撑起来呢?妈妈请几个宝宝来帮帮忙,一二三,太阳伞飞起来了。宝宝们赶紧爬到太阳伞下去。我的宝宝没有了,噢!原来在这呢!(幼儿爬出太阳伞)

3、宝宝们还想玩吗?这次我们爬出来时要爬的.快噢,不要让太阳伞碰到我们的身体(幼儿再次游戏)

4、太阳伞真有趣,我们再来玩一次。

## (四) 学习侧滚翻

1、太阳伞还要和别的宝宝们去玩,我们跟太阳伞再见。

2、隔壁的大象伯伯想请我们帮它背果子去,我们要学一个新的本领,学好了才能帮大象伯伯背果子去。先看妈妈来做一次噢!(请个别幼儿示范)

3、宝宝们我们赶紧练一练。(集体练习)

## (五) 游戏:小刺猬背果子

1、宝宝们瞧,那边就是大象伯伯的果园,真美呀!

2、交代游戏要求：

□

3、大象伯伯等着急了，我们赶紧去帮忙吧！（幼儿运果子两次）

（六） 送果子

大象伯伯来感谢我们了。（相互感谢）

（七）、放松运动

帮助了大象伯伯真开心呀！

五、活动特色

1、整个活动遵循了幼儿的年龄特点，以游戏的形式贯穿于始终，让幼儿在轻松的游戏促进动作的发展，贯彻了新《纲要》的理念。

2、改变了传统的教学方式——不断地重复练习现象，而是以新颖的教具创设，使幼儿在愉快的活动中，习得动作的发展。

3、注重了课程的整合性，把健康领域、科学领域、社会领域相结合，促进了孩子们多方面能力的发展。