

# 最新中班健康体育运球活动教案反思(优质5篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么教案应该怎么制定才合适呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

## 中班健康体育运球活动教案反思篇一

名称：

修桥

目标：

- 1、能在各种材料建构成的障碍物上行走，练习手眼协调和平衡能力。
- 2、努力尝试多种练习了平衡的方法，培养创新意识。

材料：变形平衡木、大块积木、弧形塑胶板、沙包、硬纸板、雪花片

过程：

一、导入：

- 1、以游戏《风和小树》做为活动腰部、颈部及手部肌肉的准备动作，同时激发幼儿的活动兴趣。
- 2、教师：“昨天晚上的一场大雨把小河上的桥冲走了，小动物们不能到河对面去找食物了，请你们帮它们想个办法，可

以顺利到达河的对面。”

## 二、基本部分：

1、让幼儿利用已有的材料（平衡木、积木、塑胶板）建构不同的桥，并分别上去走一走，提醒幼儿小心。

2、集中：讲讲每座桥的不同之处，请几名幼儿示范，说说自己是怎样又快又稳地过桥的。

3、幼儿自由练习，体验在不同障碍物上行走的难易度，手眼协调。

4、集中：教师：“小动物们得到你们的帮助，又能吃到食物了，为了表示感谢，送来了好多吃的，咱们一起去运回来，好吗？”

5、引导幼儿用各种方法把食物（沙包、硬纸板、雪花片）运回来，鼓励幼儿尝试用身体的各个部位运食物。提醒幼儿注意安全。

## 三、放松：

1、总结性评价，对幼儿愿意帮助别人、动脑筋想出的各种办法给予表扬和肯定。

2、一起做放松运动：甩手、扭腰、晃头、捶腿等。

3、鼓励幼儿和老师一起收拾材料后回班。

## 中班健康体育运球活动教案反思篇二

1. 了解蚂蚁的外形特征和主要生活习性。

2. 学习匍匐前进的动作。

3. 在活动中感受相互合作的快乐，体验成功的喜悦。

### 重点难点

重点：了解蚂蚁的外形特征和主要生活习性，在活动中合作运粮。

难点：掌握匍匐前进的动作。

### 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. 物质准备：

音乐《牛奶歌》、《加加油》、《蚂蚁搬豆》，音箱，蚂蚁头饰若干，垫子两组，拱桥2条，钻圈4个，沙包若干，呼啦圈两个。

### 活动过程

#### 一、活动导入

教师带领幼儿做热身运动。二、出示蚂蚁头饰，引导幼儿兴趣

1. 教师：今天老师给大家带来一位小客人，仔细看一看，它是谁？

2. 蚂蚁长什么样子？提问：

（1）头上有什么呀？

(2) 蚂蚁有几条腿？长在哪里？

(3) 蚂蚁是怎样走路？

### 3. 教师小结蚂蚁的外形特征

蚂蚁头上长着一对触角，一双眼睛和一个嘴巴，身上长着六条腿。三、学习匍匐前进

教师：今天我们来学习蚂蚁爬的新本领：1. 幼儿自主探索匍匐前进动作，请个别幼儿示范。

#### 2. 教师示范匍匐前进动作。

指导语：小朋友爬的时候，小手臂要贴在垫子上，交替往前爬行，肚子不能离开垫子。

教师：冬天快到了，小蚂蚁们要开始储存粮食过冬了，现在我来当蚂蚁妈妈，你们当蚂蚁宝宝，我们一起去运粮吧。

#### 1. 蚂蚁运小袋粮食。

游戏规则：从“家”出发找“粮食”途中，爬过草地（垫子），钻过山洞（钻圈），走过小桥（拱桥），发现小袋“粮食”，每只“蚂蚁”各拿一袋回家后，沿原路跑回家。

幼儿分组进行游戏，教师巡回指导。

#### 2. 蚂蚁合作运粮

第二次出发找“粮食”，发现“粮食”更重了，一只蚂蚁运不回来，引导幼儿互相商讨办法，找伙伴一起搬，要求协同配合。

### 五、结束部分

“粮食”堆好，教师简单讲评，“小蚂蚁”围着“粮仓”狂欢，师生同做放松运动。

## 活动总结

活动以幼儿为主体，让幼儿积极主动的参与到活动中来。在轻松愉快的气氛中掌握了匍匐前进的动作，并且通过两个互相配合共同“运粮”。不足之处：

- 1教师的言语过于啰嗦，应简单明了。
2. 在幼儿学习匍匐前进的分组过程中，教师应该准备多几个垫子，避免出现过多的消极等待。
3. 在蚂蚁合作运粮中，教师缺乏让幼儿自由探索，应先让一个蚂蚁宝宝出发找粮食，当它发现粮食变重了，一个蚂蚁宝宝运不回来时，引导幼儿想办法，回去呼唤其他伙伴一起搬。
4. 两组器械的摆放间隙要隔开一点，避免幼儿游戏排队受到阻碍。

## 中班健康体育运球活动教案反思篇三

游戏目标：

- 1、通过各种起跑的游戏，提高儿童快速起动的能力。
- 2、加强儿童听信号做出反应的能力。

游戏过程：

小朋友成一路纵队围成一圈，前后保持一定的距离，教师立于圈中进行指挥，小朋友们前进行绕圈走的练习。

第一步游戏：在行进中，教师喊自己的名字，听到要求后，所有小朋友们快速跑到老师的身边，抱成一团。

第二步游戏：在行进中，教师任意喊出班上二个小朋友的名字，听到名字后，此两名小朋友不动，其他小朋友快速分散跑到此两名小朋友的身边抱成一团。

规则：

- 1、被叫到的二名小朋友位于圈的两端。
- 2、教师注意安全的要求。

建议：

此类游戏可以借助器材来进行，例如：在小朋友围成的圈内或圈外相应位置，放两种至三种颜色的大呼啦圈若干，教师可以任意喊出某种颜色，小朋友们快速聚集到相应的圈内抱着团。

## 中班健康体育运球活动教案反思篇四

活动目标：

- 1、发展幼儿平衡能力。
- 2、感受丰收的喜悦。

活动准备：

- 1、稻谷若干
- 2、田野布置（四个收稻谷的筐）
- 3、小篮子四只，椅子16张，呼啦圈16个。

活动过程：

### 一、探路

1、秋天里，稻谷熟了，让我们去田野帮农民伯伯收稻谷吧！让我们先去探探路。

2、看田野里的路是什么样的啊？教师介绍：在去田野的路上，有小桥，还有坑坑洼洼的泥地，我们要小办法过去。

3、幼儿自由的在平衡木上行走，要求相互不碰撞，并练习连续的跳过每一个呼啦圈。

### 二、稻谷丰收

1、幼儿分成人数相等的四队，站在离“稻田”20米的场地一边，场地中间分别摆着四行障碍物。

2、活动开始：每队幼儿连贯的过小桥和洼地，到了田里，装一罐稻谷，快跑回来将稻谷放在自己队伍的篮子里。接着第二为幼儿出发。如此往返直至把稻谷全部收完。注意跑的过程中不能掉稻谷。

3、比一比哪队的稻谷最多，大家高兴的欢呼“稻谷丰收啦！”

### 三、放松运动：庆丰收

教师播放轻松欢快的音乐，大家一起跳舞，庆祝稻谷丰收。

教学反思：

本活动让有亲身体会到了劳动的艰辛，农民伯伯的辛苦，粮食的来之不易。虽然活动总的来说是一节体育活动，但是它的教育意义更多的在于通过幼儿体验，教育孩子要爱惜粮食。

作为体育课，在游戏环节设计上比较简单。

## 中班健康体育运球活动教案反思篇五

1、积极尝试各种跳法，能根据信号做动作。

2、用肢体动作表现吃跳跳糖的感受，体验体育游戏带来的乐趣。

准备：

1、在品尝区增添跳跳糖和小勺子。

2、在场地上画个大嘴巴图案。

3、红、黄、蓝、绿跳跳糖胸饰（可制作成不同形状，如三角形、方形的跳跳糖。）

过程：

1、品尝并交流感受

——今天品尝区多了一种特别的糖，你们去尝一尝。

——品尝跳跳糖，在宽松的气氛下，师幼、同伴相互交流跳跳糖在嘴里跳动的感觉。

2、讨论并用肢体动作表现。

——这种糖吃到嘴里会怎么样？

——鼓励幼儿用动作表现自己的感受，想出各种跳的方法，如双脚跳、单脚跳、交替跳等，引导同伴间相互模仿。

3、游戏：开心跳跳糖。

——我们都来当跳跳糖，在大嘴巴里跳一跳吧！

——引导幼儿自由跳。

——发给幼儿不同的胸饰，引导幼儿按颜色分类跳或根据情节变化跳，以增强幼儿兴趣，并适当控制活动量。如红色的糖跳跳跳、绿色和黄色糖一起跳、两颗糖跳在一起粘住了等等。

建议：

1. 跳跳糖跳动的感觉让幼儿觉得新奇有趣，并且乐意用身体动作去模仿。
2. 教师应尽量营造宽松的氛围，鼓励幼儿用自己感兴趣的方式来表现自己品尝后的感觉，及时肯定每个幼儿的表现和创意。
3. 若准备跳跳糖有困难，可换用爆米花。