

# 2023年中班体育课教案玩报纸(汇总8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。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 中班体育课教案玩报纸篇一

活动目标：

1. 能在游戏中控制自己的身体，在规定时间内努力做到一动也不动。
2. 能根据指令变换模仿动作，体验体育活动的快乐。活动准备：

1. 自制“摩棍”一根，口哨一只。
2. 地面上画好写有数1-10的方格。

活动过程：

- 1、玩民间游戏“我们都是木头人”。

幼儿集体念儿歌，扮演木头人，“山山山，山上有个木头人，木头人，不准说话不准动”。要求幼儿念完儿歌后做一个造型动作，在规定时间内不准动。

- 2、师幼共同玩游戏“魔法师”。

令，“木头人”按指令模仿各种动物的动作，听到“魔法师”吹口哨，“木头人”就要停止动作。

(2) “魔法师”组织“木头人”玩跳数字游戏。引导“木头人”按照1-10的顺序跳。如跳错，“魔法师”就把他“定”在原地不动。

(3) “木头人”跳舞。播放节奏明快的音乐，“木头人”随音乐起舞，“魔法师挥动魔棍”，音乐停止，木头人摆好造型不动。

(4) 随着音乐，魔法师送“木头人”回家。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 中班体育课教案玩报纸篇二

1. 初步掌握”蜈蚣爬”游戏中的合作行走方式，发展平衡协调的能力，锻炼腿部力量。
2. 能通过观察模仿、口令，学习协调一致地合作行走。
3. 能积极与同伴合作，体验多人同步行走的快乐。

教：对，他就是蜈蚣。

1、你们知道蜈蚣吗，他有很多双脚，他是怎么走路的呢！我们来模仿下。

教师：现在老师当蜈蚣妈妈，你们小蜈蚣。

2、刚才在你们练习的时候，老师发现有一对特殊的蜈蚣教师：我们来把他们邀请上来。(示范)五、探索2人合作1、2人合作多有意思，身体变长，脚变多，走起来多神气，我们来试试。

要求：找一对好朋友，两只蜈蚣蹲下来，试试看那对学的`最好。

2、累，老师有个小发现，有的走起来很轻松，有的却比较吃力，这是为什么呢！

教师：原来，2个人只要步伐不一致，所以走起来摔跤。怎样就一致呢！----加上口令(加上口令试一试1、2)小结：所以在出发前，左脚要准备好。我们要商量谁当小队长，加上响亮的口令，(口令一定要响亮，走起来才有劲)。

3、次练习教师：我们再来试下，站在起点(试下)。左脚准备  
小结：大家只要齐心协力，步伐一致，再大的困难也难不倒我们。。

1、小蜈蚣很表现这么棒，瞧，它给我们送来什么礼物了。——脚环教师：有了它，走起来就更加顺利。瞧，有几个脚环(3)。那需要几名小朋友呢！

2、教师示范教师：穿上脚环果然很舒适，但是脚多了，走起来就吃力。

教：现在找朋友，3认为一组，商量谁是队长，然后到老师这儿来领脚环。(先好先试)4、比一比，看谁的本领最强。

教师：大家记住，队长要带领好队员，喊口令响亮有力。如果队员没赶上要停下来等一等，接上再出发。

小蜈蚣们经过刚才的训练都长大了。怎样可以让蜈蚣看起来很长呢!(2组变一组):哇，好大2只蜈蚣呀!我们给他们起名字一红队、蓝队接下来我们增加难度，敢不敢挑战。

1、首先我们得先补充能量，寻找食物。

教师：但是因路途遥远，需度过小河，不会游泳怎么办!

别急，瞧，这是什么一船桨，有了它就不用担心过河。(小手拿起船桨，死劲摆动起来，不怕海浪。试一试，)2、接下来派头队长(队长要带领好队员，大家口令响亮整齐)教师：左脚准备，大家一起喊口令哦小结：只要大家团结一致，不怕肯南，就能克服战胜。为了我们的胜利鼓掌。

今天、蜈蚣们都长大了，学会好多本领，妈妈好开心。接下来放松，全身练习。拍拍肩、敲敲腿、捏捏胳膊。去寻找食物吧。

## 中班体育课教案玩报纸篇三

活动目标：

1. 练习连续侧身钻过60cm高的障碍物。
2. 在快速连续钻的过程中提高身体的协调性。
3. 愿意帮助他人，在“帮小动物送信”的过程中能保持愉悦

的情绪。

活动准备：

1.60cm高的拱门若干，信封若干，游戏音乐。

共摆放4组。

活动重难点：

1. 重点：练习连续侧身钻过60cm高的障碍物。
2. 难点：在快速连续钻的过程中提高身体的协调性。

活动过程：

1. 创设“胖胖猪锻炼”的情境. 引导幼儿随《三只小猪》做跑步、跳远、游泳、打球等动作。

2. 引导幼儿探索侧身钻的方法，掌握连续侧身钻的动作要领。

（1）创设森林里开通隧道的情境，引导幼儿探索弯腰低头钻“隧道”的方法。

（2）请个别幼儿演示正面钻、侧身钻的动作, 其他幼儿学习。

动作要领: 弯腰. 低头、膝盖弯曲，一只脚先迈过“隧道”，然后侧身移动肩膀和身体重心过“隧道”，最后另一只脚过“隧道”。

3. 组织幼儿玩“胖胖猪送信”游戏，巩固快速钻的动作技能，提高身体的协调性。

（1）给小兔送信: 沿途布置两个拱门, 巩固正面钻的技能, 激发幼儿参与活动的兴趣。

(2) 给小猴送信:将幼儿分成4组,练习连续侧身钻过4个拱门,将信送到小猴家后返回,根据幼儿表现可多次进行游戏,练习幼儿侧身钻的技能,锻炼身体的协调性。

(3) 帮助小鸡或其他小动物送“加急挂号信”:练习连续正面钻和侧身钻的技能,增加游戏难度。

4. 带领幼儿玩“胖胖猪洗澡”的游戏,引导幼儿随舒缓的音乐模仿小猪洗澡的动作,与同伴互相搓背、揉揉腿等,放松身体各部位。

## 中班体育课教案玩报纸篇四

教材分析:

中班时期是幼儿中枢神经和末梢神经机能发展的重要阶段。中班体育活动应以发展幼儿运动技能、培养动作协调性与灵活性为主要目标。本次活动指导幼儿练习根据同伴声音信号的提示辨别方向走,提高反应能力和平衡能力。活动中设计3个层次的游戏:一是“听小动物叫声走”,引导幼儿辨别方向走;二是“摸一摸”,加大难度,请幼儿听声音一起走并触摸“小动物”;三是“过障碍”,请幼儿听声音绕过障碍物走。3个层次的游戏活动,难度依次加大,增强游戏的挑战性、趣味性,促进幼儿身体协调性、灵活性的发展。

活动目标:

- 1、闭上眼睛能根据同伴声音信号的提示辨别方向走,有一定的反应能力和平衡能力。
- 2、感受与同伴互相支持、合作游戏的快乐。

活动准备:

1、雪碧瓶、易拉罐等障碍物，贴在展示板上的小动物（可任意更换）。

2、场地设置：在场地中央摆放障碍物。

3、欢快的音乐。

活动建议：

一、带领幼儿玩“小动物走一走”游戏，进行热身活动。

引导幼儿扮演小动物，随音乐做上肢、下肢、体侧等模仿动作，活动全身关节。

二、组织幼儿玩“听声音找朋友”游戏，引导幼儿闭上眼睛，听声音辨e方向走。

1、教师扮演小动物，发出不同的声音引导幼儿听声音辨e方向走，要求幼儿听到哪种动物的叫声就学哪种动物的动作走。

2、加大难度，要求幼儿练习用踮脚走、脚跟走等不同的方法走。

3、引导幼儿两人一组玩游戏，相隔一定距离站立，一个幼儿扮演“小猫”，说：“喵喵，我在这里。我是小猫。”另一个幼儿闭眼睛站在场地上，听到声音后，向发出声音的幼儿走去。提醒幼儿注意安全，遵守规则，不偷看。

三、组织幼儿玩游戏“摸一摸”，引导幼儿闭眼睛、听声音、跨越障碍走，进一步发展平衡能力。

1、一个幼儿睁着眼睛，一个幼儿闭着眼睛，睁着眼睛的幼儿向后退着走，拉着闭着眼睛的幼儿的手，帮助他（她）向前走，走到展示板前触摸贴在上方的“小动物”。2、提高游戏

难度，发缰噶腕挠锥只能用语言提示同伴向前走，或者设置雪碧瓶、易拉罐等障碍物，由幼儿用语言提示同伴绕过障碍物走到目的地。

四、带领幼儿玩游戏“动物学样”，进行放松活动。

教师或幼儿扮演不同的小动物相互学样，随音乐放松身体各部位。

《夹物跳》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 中班体育课教案玩报纸篇五

活动目标：

- 1、会用多种方法玩雪球，提高躲闪，抛接能力，锻炼臂力。
- 2、体验冬季运动的快乐，不怕冷，能勇敢的参加冬季体育活动。



重点：体验冬季运动的快乐，能勇敢的参与体育运动

难点：用多种方法玩雪球

活动准备：

- 1、在日常生活中，幼儿用废纸。
- 2、活动前幼儿换上合适的衣服和鞋子。

活动过程：

### 一、小小解放军

天气好冷，天空中飘着大雪。我们英勇的解放军战士们不怕冷！今天接到上峰的命令，前方有敌情，要我们一起去歼灭敌军。

### 二、准备运动

- 1、一起来跟着音乐做做做准备运动，爬雪山，过草地，雪花飘、滑雪、打雪仗等动作。

### 2、滚雪球，

敌人就要来了，我们准备一些打仗的雪球吧！

教师和幼儿一起用废报纸制作雪球。

### 三、练一练，打响冲锋号

#### (一)、集体活动

敌人来了，我们一起攻打敌人吧！

1、打雪仗：把幼儿分成红、黄两队，相距5——6米，面对面站好，互相投雪球；

2、踢雪球：看谁能把雪球踢到敌人的脚部。

## (二)、自由活动

敌人被我们打退了，大家一起来庆祝一下吧！

幼儿选择自己喜欢的方式玩雪球，可以找伙伴抛接雪球也可以自己仍自己接球玩。

提醒幼儿注意安全，抛雪球的时候要抛在小朋友的腿部以下，以免发生意外。

四、放松运动，结束活动。

大家一起听着音乐放松一下吧！

## 中班体育课教案玩报纸篇六

设计意图：

《幼儿园教育指导纲要》在健康领域明确强调培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标。中班幼儿活泼好动，各种动作的发展日趋完善，跳跃能力增强了很多，跳跃的远度、高度和连续跳的持久性有了明显的提高，此时便也是发展幼儿跳跃能力的关键时期。本次活动创设“小青蛙跳荷叶”“小青蛙吃虫子”的情境，以扮演小青蛙的活动形式来激发幼儿的兴趣，吸引幼儿热情参与活动，以锻炼幼儿的跳跃能力。

怎样让中班幼儿有兴趣地练习跳，并使其能够在增加动作难度的基础上巩固跳的技能，是当前中班跳跃类体育活动所需

要解决的问题。对于幼儿来说，青蛙是他们所熟悉的、喜欢的，赋予幼儿“小青蛙”角色来练习跳的动作，不仅有利于训练其各种跳的动作，而且有助于激发其对体育活动的兴趣。本次活动对幼儿动作训练的内容主要是蹲跳、原地纵跳，能锻炼幼儿的肌肉力量、四肢配合的协调性和关节的灵活性，具有极大的价值。

活动目标：

- 1、通过探索模仿青蛙跳的'动作，学会蹲跳、原地纵跳，掌握正确的起跳和落地姿势。
- 2、乐于参加体育活动，体验参与体育活动的乐趣，增强自信心。

活动准备：

- 1、物质准备：绿色卡纸做成的荷叶若干。小青蛙头饰每人一个。一段较活泼的音乐。
- 2、环境布置：用绿色卡纸布置一个池塘，“小池塘”旁边一块小空地作为田地。场地要求平整。
- 3、知识经验准备：幼儿认识青蛙，对青蛙的外形特征和生活习惯有大概的了解。教师熟悉如何模仿青蛙蹲跳、跳起来吃蚊子的姿势。

活动过程：

（一）进场：

热身运动，教师引导幼儿模仿一些动物的动作：蜗牛慢慢地走，螃蟹横着走、小鸭子摇摆着走、小兔蹦蹦跳、小鸟左右飞。

## （二）引导幼儿自由探索：

1、教师通过提问，引导幼儿自由探索青蛙跳的动作。

师：“刚刚我们模仿了很多小动物走路的动作，今天我们来模仿一个新朋友——小青蛙。小青蛙是怎么行走的呀？”

师：“哦，小青蛙是用跳的呀，那青蛙是怎么跳的呀？”鼓励幼儿想出各种青蛙蹲跳的方法，2、请几个幼儿进行示范，试一试。

## （三）巩固动作经验：

1、教师示范蹲跳，引导幼儿注意动作要领：双腿要用力蹬，落地的时候要往下蹲。

2、引导幼儿练习蹲跳。

师：“那现在我们来当回小青蛙，把蹲跳的本领学好。”每个幼儿戴上头饰，开始自由练习，教师观看幼儿动作是否到位，提醒幼儿注意起跳和落地的姿势，及时纠正做错动作的幼儿，再次给予示范。

3、创设情景“小青蛙跳荷叶”，巩固蹲跳的动作。

师：“现在我们把本领学好了，我们到池塘上玩跳荷叶吧。记住了，要从一片荷叶跳到另一片荷叶上，不要掉进水里了。音乐响起的时候再开始跳哦，音乐停的时候停下来。”播放音乐，幼儿开始跳荷叶。

4、音乐停止，师：“小青蛙们玩累了，我们先在荷叶上休息一下，放松放松吧。”（四）游戏“小青蛙吃害虫”

师：“休息一下，发现肚子也饿了，我们到田里去捉害虫吃吧。小青蛙是怎么捉虫吃的呀，谁来试一试？”请几个幼儿示范模仿青蛙纵向跳吃虫子。教师进行引导，让幼儿将动作

做得更到位一些。

师：“那小青蛙们我们一起跳到田里去捉虫吃吧。等等小青蛙们吃饱了之后就跳回荷叶上做做放松运动，然后睡一觉。”教师参与其中，和小朋友一起学青蛙原地纵跳吃虫子，及时提醒幼儿纠正错误动作，强调安全注意事项，防止碰撞。同时关注孩子们的体力状态，适当调节孩子的活动量。

（五）结束部分：

师：“吃饱了，小青蛙们都回到荷叶上放松放松，好好睡一觉。”教师带领幼儿做一些放松舒缓的动作，拍拍腿，甩甩手脚，最后静静地“睡觉”，使原来兴奋的神经逐渐恢复到相对安静的状态，在轻松愉快的气氛中结束活动。

## 中班体育课教案玩报纸篇七

生活中什么东西会旋转？各种车轮的轮子、方向盘、，教室里的时钟，游戏时玩耍的陀螺、呼拉圈、飞盘等等——在我们的身边各种各样的旋转现象随处可见。当孩子在水杯中不停转动筷子搅拌糖水的时候，当孩子玩着各种各样会旋转的玩具的时候，他们睁大双眼，他们的眼中充满热情。他们的发现告诉我们：这个世界有这么多我们成人所忽略的现象。因此，结合刚刚开展过的“有趣的旋转”这个主题，设计这个综合活动“旋转乐园”，引导孩子到各个领域中去感受那奇妙的旋转世界。

- 1、语言领域：熟念儿歌《转圈圈》，认识汉字一转圈圈、陀螺、风车。
- 2、科学领域：通过探索发现，知道旋转必须是在有外力的情况下才能产生。
- 3、艺术领域：

(1) 学习运用肢体语言表现旋转的动作，并能借助辅助材料创编一些旋转的动作。

(2) 利用各种材料制作会旋转的玩具。

4、谈话：我们生活中还有哪些旋转。

1、环境设置：旋转乐园——里面有字宝宝的家（含字卡，图片，图片上面有儿歌）、音乐河（圆舞曲的录音、圈圈，彩纸条）、旋转玩具之家（陀螺、溜溜球、呼拉圈、竹蜻蜓、风车等）、开心屋（供幼儿操作的纸杯，小棍子，剪刀，彩纸条等）

2、知识准备：幼儿已对旋转的现象有了初步的了解，并认识汉字“旋转乐园”。

1、师幼站在门口，然后老师出示字卡“旋转乐园”：今天，老师要带小朋友去一个很好玩的地方，你们看，是什么地方啊？（旋转乐园）师幼一起，来到旋转乐园。

2、到字宝宝的家做客，认识汉字：转圈圈、陀螺、风车

3、师幼一起来到音乐河，引导幼儿大胆进行创编旋转的动作。

在此基础上引导幼儿借助辅助材料创编一些旋转的动作。

4、师幼一起旋转玩具之家。谈话：我们生活中还有哪些旋转，这些旋转要在怎样的情况下才可能产生。（引导幼儿结合玩旋转玩具时的过程想一想）

5、大家一起来到开心屋：我们自己动手来做一些旋转玩具吧！

(1) 向幼儿介绍各种操作材料，引导他们想一想：我们可以利用这些材料做些什么？

(2) 幼儿动手操作。

6、小结：今天到旋转乐园玩，小朋友开心吗？（开心）你们都玩了些什么？（幼儿自由发表自己的见解）

7、结束：把我们做的旋转玩具送给我们的客人老师吧！

## 中班体育课教案玩报纸篇八

1、通过游戏活动，让幼儿练习跳跃的技能，发展幼儿跳跃的能力。

2、鼓励幼儿大胆参与，相互合作，共同完成游戏。

3、进一步激发幼儿关爱动物的情感。

### 活动准备

1、蛇皮袋子若干、小红旗三面、彩旗一条、金色的小圆点若干。

2、场地：在塑胶跑道上

3、《动物园》、《袋鼠》的歌曲磁带，录音机。

### 活动过程

1、幼儿一路纵队来到操场，切段分队成4路纵队。练习立正、稍息、原地踏步走、看信号（小红旗）变换方向走。

2、做动物模仿操。

跟随老师，听着《动物园》的歌曲做模仿动作。（小鸟飞dd小鸭走dd小兔跳dd小熊走）