

# 中班体育活动小兔运水教案(精选5篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 中班体育活动小兔运水教案篇一

- 1、通过多种玩法，引导幼儿发展爬、滚等垫上动作，巩固幼儿双手同时进行跳的技能。
- 2、让幼儿在体验游戏中欢乐的同时，培养幼儿要动脑筋的好习惯。

活动准备：垫子若干块铺成一片草地，录音机、磁带。

关键点：引导幼儿尝试创编操节动作。

教师扮演兔妈妈，幼儿扮小兔，师生一起听《小兔跳跳》音乐，模仿兔子跳和舞蹈，突出小兔活泼可爱。

1、引导幼儿尝试创编操节动作。

(1) 伸伸臂，除了向上伸还可以朝那个方向伸？（侧平举、后振、上举等）

(2) 弯弯腰，还可以向什么方向弯？（向后、向两侧）

(3) 踢踢腿，谁能和老师做的不一样？（后踢、侧踢）

(4) 蹦蹦跳，可以怎么做的和别人不一样？（单腿跳）

2、带领幼儿跳过小河，来到草地，复习巩固双脚进行跳的技能，鼓励小兔们想出许多办法在草地上玩儿，然后分散到草地上玩耍。

3、集合，让小兔分别说说刚才是怎样玩儿的，并个别演示，然后带领幼儿做如下动作：

（1）爬：双手两膝着地向前、先后、向两侧爬，注意动作连贯。

（2）滚：象皮球一样在草地上向两侧翻，要求动作轻巧连贯。

4、小兔分散到草地上自由进行爬、滚动作练习。

1、小兔躺在草地上，跟着兔妈妈做系列放松动作。

2、以小兔拔萝卜、回家吃萝卜结束游戏活动

## 中班体育活动小兔运水教案篇二

跳跃是中班孩子较喜欢做的动作，助跑跨跳过一定障碍物能使他们获得对自己身体发展的自信心。本次活动的制定符合他们年龄特点以及本班幼儿实际发展情况，通过尝试、模仿、练习，可以让他们的动作更轻松、自然、协调，从而提高他们的身体综合素质。

中班幼儿，在身体发育上已有了很大的发展，在动作技能上也有了较大的发展潜能，动作的协调性增强，体力明显增强，活泼好动，喜欢尝试一些新奇、富有挑战性的动作、玩法的活动。与同伴也开始出现一些合作关系，来获得对身体运动的经验，也有了一定的安全意识。

活动目标

- 1、学习助跑跨跳，并且动作协调地进行游戏。
- 2、尝试接受挑战，感受体育游戏的乐趣。

## 重点与难点

重难点：学习助跑跨跳，动作协调地进行游戏。

## 活动准备：

宽度为50、60厘米的硬纸板若干当做小河，高度为20、30厘米的跨栏若干（皮筋、板凳代替）。

## 教学过程

基本流程锻炼身体——练习跨跳——森林越野——结束活动

## 活动环节

时间教师组织行为幼儿预设行为

## 设计意图

### 一、锻炼身体。

老师扮演兔妈妈，小朋友扮演小兔，来到操场做运动。尤其要压压腿、跳一跳，锻炼腿部肌肉。小兔们跟着兔妈妈锻炼身体。通过对腿部的锻炼，让孩子们打开身体，更容易跨跳。

### 二、练习跨跳。

#### 1、学习本领。

引导语：“今天我们要运货到森林里去，哪只勇敢的小兔愿意跟我去？”“但是，我们要经过森林里的障碍，要先学会

跨跳的本领。”

2、教师示范动作，并说出动作要领：“跑跑，快快跑！伸出一只脚，用力跨过去！”幼儿原地练习。

通过儿歌式的动作要领，学习助跑跨跳的本领。

三、森林越野。

1、教师介绍三条路线：

第一条难度较低（50厘米的两条“小河”）

第二条中等难度（60厘米的两条“小河”）

第三条难度较大（高20厘米的两条跨栏）

将幼儿带到这里，告诉他们运货过程有点困难。观察它们有什么不一样，选择自己喜欢的路线进行练习，同时鼓励幼儿多个路线进行尝试。

2、请动作准确的幼儿为大家示范。跨“小河”时注意脚尽量往前伸，跨栏时还要注意抬起一定高度，不要把“栏杆”碰倒。

3、小兔子运货。

（合并三条路线，最后一条路线设置为一条20厘米的跨栏、一条30厘米跨栏，增加挑战的难度）幼儿尝试三条路线的练习。

请动作准确的小兔示范。

幼儿通过森林障碍运货。

通过创设情境，选择适合自己的难度进行挑战，进一步巩固助跑跨跳的动作。

四、活动结束。

幼儿放松身体，结束活动。幼儿放松身体。通过拍拍打打，放松身体。

活动反思（评析）

文档为doc格式

## 中班体育活动小兔运水教案篇三

二

1、学习助跑跨跳过50厘米——60厘米的平行线。

2、能遵守游戏规则，有集体荣誉感。

1、小沙袋或其物品，数量与幼儿相等。

2、塑料筐两只。

能助跑跨过规定的平行线，方法正确。

谈话法、讨论法、练习法等。

幼儿随音乐做“小兔子模仿操”，活动身体各部位。幼儿听着音乐做模仿操。活动前的热身运动，能为下一个活动做准备。

1、介绍游戏玩法。

教师发出运货口令，各队第一个人先前助跑款条小河，在继

续向前跑，拿起一个小沙袋，从两侧跑回，跨过小河后把沙袋放在塑料框里，站到队尾。当一个幼儿跨过小河后，第二个幼儿才能向前跑去。直至全队幼儿都运完一次为止。以运货快一对为胜。游戏重新开始时，把小沙袋送回原处。

2、师生共同游戏。幼儿扮演小兔，在老师的指导下学习该游戏的玩法。教师帮助幼儿讲解游戏中的每个步骤，能为幼儿更好的掌握该游戏。

游戏结束，放松身体各部位。幼儿听着音乐做放松运动。在紧张的气氛中帮助幼儿放松身体的各肌肉。七、教学反思：

在教学过程中，激发幼儿的学习和运动兴趣，利用情景导入，让幼儿扮演“小兔子”，然后让幼儿用这一角色进行学习，同时教师也参与到活动中，这样做到师幼互动，让幼儿和教师的关系更密切，同时也提高学生的学习热情同时激励学生积极创新，开动脑筋，培养学生的创新精神。但也存在着一些不足，在跳兔子舞的时候，可以让幼儿分成四个小组，然后采用圆圈的队形进行活动。而在摆放呼啦圈的时候，时间用的较长，幼儿练习的次数比较少，运动强度较不够。在结束的时候让幼儿自我点评。

## 中班体育活动小兔运水教案篇四

1. 练习幼儿平衡、双脚跳、钻、爬、跨跃的动作技能。
2. 体验游戏活动的乐趣。 活动重点：锻炼幼儿的平衡能力。

### 一、热身活动。

教师带领幼儿做简单的热身操，激发幼儿对游戏活动的兴趣。

二、教师带幼儿练习双脚跳、钻、爬、平衡的基本动作，并讲解动作要领。

1. 请3—4个幼儿出列，根据教师的指导进行示范练习。走障碍物前，教师详细讲解动作要领，每走完一个障碍物，教师再次强调动作要领，并提醒幼儿注意安全，要有秩序的走，不能推搡，也不能拥挤。

(1) 过独木桥：两手侧平举，以保持平衡。

(2) 钻山洞：双手着地，两膝着地，爬过山洞。

(3) 过小河：爬过山洞后通过助跑（2米）跨过小河，上身正直，保持重心平衡。

(4) 走小路：快速走过小路，两手侧平举保持身体平衡。

2. 幼儿进行练习活动，教师进行指导。

三、教师扮演兔妈妈的角色，带领幼儿去采蘑菇。

1. 教师：孩子们，你们已经学到了很多本领，现在妈妈带你们去采蘑菇。

2. 教师带领幼儿先过独木桥，再钻过山洞，再跨过小河，练习三遍。 3. 让幼儿走过小路去采蘑菇。

四、教师带领幼儿回家。

1. 教师：孩子们，天黑了，咱们应该回家了。

2. 教师带幼儿原路返回。

本次活动旨在练习幼儿的双脚跳、钻、爬、跨跃的动作技能，主要是锻炼幼儿的平衡能力。由于幼儿的动作发展存在很大的个体差异，因此游戏进行中，有一部分幼儿会因动作慢而

对活动的进行造成影响。因此，在活动进行的过程中教师应恰当引导幼儿。

## 中班体育活动小兔运水教案篇五

作为一名优秀的教育工作者，就有可能用到教案，借助教案可以更好地组织教学活动。那么什么样的教案才是好的呢？以下是小编收集整理幼儿园中班体育活动《小兔子运货》教案，欢迎大家分享。

跳跃是中班孩子较喜欢做的动作，助跑跨跳过一定障碍物能使他们获得对自己身体发展的自信心。本次活动的制定符合他们年龄特点以及本班幼儿实际发展情况，通过尝试、模仿、练习，可以让他们的动作更轻松、自然、协调，从而提高他们的身体综合素质。

中班幼儿，在身体发育上已有了很大的发展，在动作技能上也有了较大的发展潜能，动作的协调性增强，体力明显增强，活泼好动，喜欢尝试一些新奇、富有挑战性的动作、玩法的活动。与同伴也开始出现一些合作关系，来获得对身体运动的经验，也有了一定的安全意识。

1、学习助跑跨跳，并且动作协调地进行游戏。

2、尝试接受挑战，感受体育游戏的乐趣。

重难点：学习助跑跨跳，动作协调地进行游戏。

宽度为50、60厘米的硬纸板若干当做小河，高度为20、30厘米的跨栏若干（皮筋、板凳代替）。

基本流程锻炼身体——练习跨跳——森林越野——结束活动

## 时间教师组织行为幼儿预设行为

### 一、锻炼身体。

老师扮演兔妈妈，小朋友扮演小兔，来到操场做运动。尤其要压压腿、跳一跳，锻炼腿部肌肉。小兔们跟着兔妈妈锻炼身体。通过对腿部的锻炼，让孩子们打开身体，更容易跨跳。

### 二、练习跨跳。

#### 1、学习本领。

引导语：“今天我们要运货到森林里去，哪只勇敢的小兔愿意跟我去？”“但是，我们要经过森林里的障碍，要先学会跨跳的本领。”

2、教师示范动作，并说出动作要领：“跑跑，快快跑！伸出一只脚，用力跨过去！”幼儿原地练习。

通过儿歌式的动作要领，学习助跑跨跳的本领。

### 三、森林越野。

#### 1、教师介绍三条路线：

第一条难度较低（50厘米的两条“小河”）

第二条中等难度（60厘米的两条“小河”）

第三条难度较大（高20厘米的两条跨栏）

将幼儿带到这里，告诉他们运货过程有点困难。观察它们有什么不一样，选择自己喜欢的路线进行练习，同时鼓励幼儿多个路线进行尝试。

2、请动作准确的幼儿为大家示范。跨“小河”时注意脚尽量往前伸，跨栏时还要注意抬起一定高度，不要把“栏杆”碰倒。

3、小兔子运货。

（合并三条路线，最后一条路线设置为一条20厘米的跨栏、一条30厘米跨栏，增加挑战的难度）幼儿尝试三条路线的练习。

请动作准确的小兔示范。

幼儿通过森林障碍运货。

通过创设情境，选择适合自己的难度进行挑战，进一步巩固助跑跨跳的动作。

四、活动结束。

幼儿放松身体，结束活动。幼儿放松身体。通过拍拍打打，放松身体。

活动反思（评析）