最新幼儿园中班健康体育活动教案(精选12篇)

高三教案的编写需要教师具备丰富的教学经验和深厚的学科知识。以下是小编为大家收集的五年级教案范文，希望能为大家提供一些参考。

幼儿园中班健康体育活动教案篇一

1.学习单脚站立，并掌握其动作要领。(难点)

2.能听到指令后，快速的躲闪跑，提高身体动作的灵活。(重点)

3.愿意参与游戏，感受同伴之间躲闪、追逐跑的快乐。

4.培养幼儿对体育运动的兴趣爱好

5.提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

1.幼儿课前了解狐狸与公鸡的特点，学习儿歌

2.场地四周围方代表小公鸡的家，狐狸头饰1个，积木若干、音乐、课件

一、创设情境“小公鸡晨练”，进行准备活动。

二、游戏：“选拔放响员”引导幼儿自主探究单脚站立的动作要领。

1.初次探究金鸡独立的`动作，掌握单脚站立的动作要领。

2.游戏：闯关。运用“倒计时”闯关练习，引导幼儿进行不

同时长的单脚站立练习。

三、游戏：狐狸来了。练习躲闪跑，掌握躲闪跑的动作要领。

1.引导幼儿进行躲闪跑的练习，探究躲闪跑的动作要领。

2.再次进行躲闪跑练习，加强对躲闪跑的练习。

四、游戏：“狐狸和小公鸡”。

掌握游戏玩法，体验游戏乐趣。游戏玩法：大公鸡和小公鸡一起边念几歌“我是一只小公鸡。每天早上喔喔啼，喔喔喔，哪哪喔”边巡逻，当听到“放哨”指令时，小公鸡做“金鸡独立”的动作，当听到“狐狸来了”的指令时快速跑回家(四个正方形)，被捉到的小公鸡要停止一次游戏。

1.第一次游戏：重点了解游戏规则和玩法。

2.第二次游戏：能根据指令快速做出相应的动作。

3.第三次游戏：进一步熟悉规则，体验同伴共同游戏的快乐。

4.第四次游戏：增加狐狸数量，加大游戏难度。

5.尝试新挑战：鼓励幼儿站到6cm高的“小石头”上进行平衡练习，体验挑战的乐趣。

五、游戏：“小公鸡洗洗澡”进行放松活动，在洗澡的过程中放松身体的各部分。

幼儿园中班健康体育活动教案篇二

教材分析：

中班幼儿正处于上下肢大肌肉群趋向发育时期，适宜的上下肢运动可以提高幼儿的手臂肌肉力量，满足幼儿身体发展的需要，本次活动结合风筝主题，带领幼儿开展具有一定挑战性的行进跑、跨跳等技能，让幼儿在活动中学习跨跳的动作，发展腿部力量，提高动作的协调性和灵敏性，激发幼儿对体育活动的兴趣。

活动目标

1.练习跨跳35厘米高的垂直障碍物，动作协调。

2.发展幼儿的腿部力量，提高动作的协调性和灵敏性。

3.提高运动速度，勇于尝试不怕困难，体验运动的快乐。

活动准备

1.带幼儿观看体育节目，了解篮球和跨栏等体育项目。

2.冠军奖牌若干、纸棒、鞋盒子

3.场地布置

活动过程

1.以“小运动员参加奥运会”为情境导入，进行热身活动，引发幼儿兴趣。

（1）提问：你们听说过奥运会会吗？你知道运动会上有哪些运动项目？

（2）以参加运动会争当运动健将的游戏情节引出，组织幼儿做教师自编热身操，引导幼儿扮演小运动员：打排球、打乒乓、跳高、跳远等的模仿动作，进行热身运动。重点活动双臂、双膝、脚腕等部位。

2.请幼儿自由练习跨跳障碍物及触物跳的动作，在练习中探索动作要领。

（1）幼儿模仿运动员练习跨跳35厘米高的垂直障碍物，引导幼儿探索怎样跨跳才不会受伤，动作也不会受到限制。

每个小运动员选择一根纸棍或塑料棍，再选择两个相同的鞋盒，尝试跳过有一定高度的障碍物，活动的方式幼儿自由选择。

（2）提升幼儿经验，示范讲解跨跳障碍物和触物跳的动作要领：跨跳障碍物时要先助跑，前面的腿抬高跨过障碍物，另一条腿紧跟着跨过：触物跳时先助跑，到篮板前，并腿屈膝用力跳。

3.玩游戏《我是小飞人》，引导幼儿掌握正确的动作要领。

（1）启发引导幼儿转入新的运动方式，教师示范并讲解，同时引发小运动员一起参与讨论跨跳要求：助跑要中速、短距、自然放松、跨跳时单起单落。

（2）全体小运动员再次尝试助跑跨跳的动作，，鼓励小运动员能积极尝试。重点帮助运动能力较弱的幼儿。

（3）增加双人跨栏的环节，增加游戏难度，增加幼儿游戏兴趣，增强幼儿合作意识。

游戏规则：小朋友分成两队，跨过前面摆放的障碍物，最快跨完的一队小朋友获胜。

4.放松运动，引导幼儿跟着音乐节奏学鸟飞做放松动作结束比赛，给每个幼儿颁发奥运奖牌。

幼儿园中班健康体育活动教案篇三

1、能自由结伴玩报纸，体验集体活动与创造的快乐。

2、在报纸上探索各种玩法，掌握跳、钻、爬等技能，发展动作的灵活性和协调性。

二、环境与材料创设

1、材料准备

（1）收集、利用废旧报纸制作的物品。

（2）旧报纸若干张，录音机、音乐磁带。

三、活动过程

（一）、热身运动

幼儿散点式队形在教师的带领下听音乐做健身操。

（二）、尝试活动

1、参观用废旧报纸制作的物品展。

2、讨论怎样玩报纸？需要注意什么问题？

3、自由探索玩法：幼儿可一人玩，也可几个人合作着玩，引导幼儿探索多种玩法。

4、鼓励幼儿相互示范并学习各种玩报纸的方法。如单脚或双脚在报纸上跳，跨过报纸练跳远，横躺在报纸上滚动等等。

（三）、结伴玩（两个人站在报纸上，纸不断缩小对折）

幼儿结伴展示不同的玩法，教师对幼儿创造的方法及时给予肯定和鼓励。

1、练习轻轻落地跳

请能力强的幼儿示范，用单脚或双脚在报纸上跳，不把报纸弄破，幼儿自主练习，教师重点指导能力差的幼儿轻轻落地跳。

2、练习跳远

将大报纸对半折后平铺在地，请练得好的幼儿示范，可随意调节距离，幼儿分散练习，教师鼓励能力强的幼儿尽量跳得远些。

1孩子们把纸摆成小河，跟着老师一起来学习跨过小河。

教师讲解动作要领：“两手半握空拳，屈肘于体的两侧，距小河5—8步，跑到小河前，一只脚用力蹬地，另一条腿跨跳过小河，单脚落地，保持平衡。”

2幼儿自由练习数次，帮助胆小的幼儿能跳过20厘米的距离，鼓励敢于尝试难度大的幼儿。

（3）练习钻“山洞”

指导部分幼儿把大报纸连起来高举过头，变成一座“山洞”，其余幼儿玩钻“山洞”的游戏。

（四）提供材料。自由练习。把报纸卷成纸棍

1、教师引导：“你们能想出玩纸棒的各种方法吗？比一比谁的办法最多，本领最大。”

2、幼儿分散自由玩纸棒。如：双脚立定跳过纸棒、用手顶纸

棒、击剑、助跑跨跳纸棒等。教师观察各种不同发展水平幼儿的活动状况。

3、游戏：打高尔夫球。

（五）搓球投掷

把纸搓成纸球，练习投掷，看谁投的远。

音乐中，大灰狼来了，我们用棒子和纸球打跑大灰狼。

（六）、总结，延伸

幼儿园中班健康体育活动教案篇四

1、通过游戏，提高幼儿跑和钻的能力。

2、培养幼儿协同一致的情感，发展灵活性。

猫头饰每人一只，老鼠头饰10--12只，录音机和磁带，设三处鼠洞。

1、部分幼儿戴上猫头饰。听《黑猫警长》的音乐从教室开“摩托车”到活动场地，四散站立。

2、听音乐做上肢运动(猫理胡子)；手腕和脚腕活动(磨爪子)；下蹲后跳起活动(捕鼠)。

3、做两个模仿动作：大象走和小兔跳。

4、教师讲解示范“猫捉老鼠”游戏的玩法：老鼠钻在洞里，猫在洞外的家里。听到游戏开始的信号后，老鼠要钻出洞到外面偷东西，不能一直躲在鼠洞口。被捉到的老鼠立即站在边上。

5、部分幼儿(10人左右)戴上老鼠头饰，然后游戏开始，同时播放《黑猫警长》音乐。教师巡回观察、指导，随时提醒幼儿注意安全。

6、游戏一遍结束后，教师肯定成绩，进行鼓励，并请2--3名幼儿再次示范，提高跑和钻的动作的质量。同时，指出游戏中应改进的事项。

7、调换角色，由原扮猫的扮老鼠，进行第二遍游戏，教师巡回指导。

8、游戏进行3--4遍。每次游戏结束，教师都进行简单的小结，鼓励姿势正确、钻得迅速、跑得灵活的幼儿。

9、游戏结束，教师进行讲评：小猫的本领练得真好，天快亮了，我们捉了一个晚上的老鼠，现在要回家休息了。让我们把精神养得好好的，下次捉更多的老鼠。

幼儿园中班健康体育活动教案篇五

活动目标：

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。

活动准备：

蟋蟀头饰，指定一地方为"家"。

活动过程：

一、准备活动。

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。

二、基本活动。

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。

三、游戏：蟋蟀找家。

2、反复游戏数次。纠正幼儿不规范动作

四、放松活动。

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。

教学反思：

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。

幼儿园中班健康体育活动教案篇六

1.学习单脚跳，掌握单脚连续向前跳的动作要领并保持平衡。(重点)

2.能单脚连续向前跳并能左右脚交替持续进行。(难点)

3.在坚持完成任务中体验和同伴共同游戏的快乐。

4.培养幼儿的合作意识，学会团结、谦让。

5.培养机智、勇敢、灵活及遵守纪律的优良品德和活泼开朗的性格。

活动准备

1.经验准备：活动前，引导幼儿模仿小动物进行双脚跳的游戏。

2.物质准备：音乐、绳子、跳圈、松果、小筐等。

活动过程

一、游戏情境，激发幼儿的活动兴趣，进行热身活动。(音乐中)

1.提问：嗨，松鼠宝宝们，秋天到了，我们一起到森林里锻

炼身体吧!

2.组织幼儿跟着松鼠妈妈随音乐在场地周围做热身运动。

二、自主探索，学习单脚连续向前跳,掌握动作要领。(音乐中)

2.幼儿自由探索单脚向前跳的方法。

3.请个别幼儿示范单脚向前跳的方法。

4.教师小结：脚掌用力，起跳之前，膝盖弯曲，落下后膝盖也要弯

5.幼儿练习，教师引导幼儿在向前跳的过程中，身体前倾、屈膝，保持身体平稳，不跌到。

6.提问：跳累了怎么办?怎样才能单脚连续向前跳?

7.教师小结：一只脚跳累了赶紧换另一只脚，中间不能断。

8.师幼一起场地内自由练习单脚连续向前跳。(集体)

三、游戏练习，能单脚连续向前跳并能左右脚交替持续进行。(音乐中)

1.带领幼儿到事先准备好的场地观察场地。

提问：宝宝们都学会单脚连续向前跳的本领了，现在呢我们就去拾松果吧!

2.第一次游戏：熟悉游戏规则，巩固单脚连续向前跳的动作。

(1)教师讲解玩法及规则：首先我们从起点(家)出发，然后单脚连续跳过直线路再拾松果，一只脚跳累了赶紧换另一只脚

接着跳，中间不能断，然后把松果放回筐子里。

(2)幼儿游戏，教师巡回指导。重点指导幼儿单脚连续向前跳。

(3)教师从动作、规则、幼儿表现方面总结幼儿游戏情况。

3.第二次游戏：单脚连续跳过s路。

(1)幼儿跳过s路，拾松果。

(2)幼儿游戏，教师巡回指导。重点指导幼儿身体平稳向前跳。

(3)教师从动作、规则、幼儿表现方面总结幼儿游戏情况。

4.第三次游戏：单脚连续跳过s路和电网。

(1)幼儿跳过s路和电网，拾松果。

(2)幼儿游戏，教师巡回指导。重点指导幼儿左右脚交替持续进行单脚跳。

(3)教师从动作、规则、幼儿表现方面总结幼儿游戏情况。

四、放松活动，体验成功的乐趣。(音乐中)

1.组织幼儿创造性的模仿小动物的动作放松身体各个部位。重点放松腿部。

师：宝宝们拾到这么多的松果，开心吗?让我们一起来跳个舞庆祝一下吧!

2.收拾整理玩具。

活动延伸

提醒幼儿户外活动时继续进行单脚连续向前跳的游戏，体验和同伴共同游戏的快乐。

幼儿园中班健康体育活动教案篇七

教材分析：

影子是生活中常见的自然现象，幼儿对其有强烈的好奇心，常常可以看到他们在操场上、草地上自由奔跑，跟影子捉迷藏，欢快的笑声表达出内心的愉悦。结合幼儿的兴趣点及提高幼儿在一定范围内追逐、躲闪跑技能的要求，特设计本次活动，通过“观察影子”、“影子变变变”、“双人踩影子”、“多人踩影子”、“追影子”等环节层层推进，不断提高练习的难度，发展幼儿追逐、躲闪跑动作的灵敏性。

活动目标：

1.练习在一定范围内追逐、躲闪跑。

2.能观察同伴的位置并及时调整自己的动作追逐或躲闪。

3.对影子感兴趣，愿意和同伴一起玩“踩影子”游戏。

4.锻炼平衡能力及快速反应能力。

5.培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

活动准备：

选择有阳光的天气开展活动。

活动建议：

一、引导幼儿观察影子，进行热身活动，为游戏做准备。

请幼儿看看、说说自己的影子，随音乐玩“与影子一起跳舞”和“影子变变变”游戏，充分活动身体各部位，为“踩影子”游戏做准备。

二、组织幼儿玩“踩影子”游戏，练习在一定范围内追逐、躲闪跑。

1.介绍游戏玩法:幼儿两人一组，一个人踩影子，另一个人躲，练习在一定范围内追逐、躲闪跑。

讨论:怎样才能不让别人踩到影子?

2.提高游戏难度，引导幼儿多人玩“踩影子”游戏。

可先由教师当踩影子的人，引导幼儿练习四散躲闪跑，侍幼儿熟练掌握游戏后，请1?3个幼儿、踩影子的人继续游戏，被踩到影子的幼儿与踩影子的人互换角色，游戏重新开始。

三、组织幼儿玩“影子造型”游戏，带领幼儿随音乐进行放松活动。

引导幼儿自己或与同伴合作，创造性地用身体动作表现不同动物的形象，如小鸟、小狗、小兔等，也可用手影表现，自由放松身体各部位。

活动反思：

这个体育活动不但能锻炼幼儿身体，还能开发孩子智力。在玩“踩影子”过程中，使幼儿进一步了解光和影子的关系。并且通过创新玩法，培养孩子的创新意识和发散思维。

通过游戏，幼儿练习在一定范围内四散跑，增强幼儿跑的能力，初步培养幼儿在奔跑过程中的躲闪能力。

幼儿园中班健康体育活动教案篇八

1、理解歌词内容、感受动感的旋律，理解歌词的意思。

2、在音乐中培养孩子的创新精神和能力。

3、引导学生关注健康、热爱体育运动，知道有关健康的好习惯。

4、尝试仿编歌词，乐意说说歌曲意思。

5、培养幼儿的音乐节奏感，发展幼儿的表现力。

教学重点、难点

1、演唱教学中的前半拍休止符的节奏。

2、重点鼓励学生参与、激发创新意识。

活动准备

磁带、录音机、电子琴

活动过程

一、听音乐动起来。

1、播放《健康歌》的音乐，引导幼儿边听边大胆做动作。教师用夸张的肢体动作，引导幼儿表达对音乐的感受。

2 歌曲的节奏你觉得这首歌曲节奏是怎样的？”（欢快的还是缓慢的？）

二、播放《健康歌》

1、再次播放《健康歌》，引导幼儿注意歌词描绘的运动部位和动作要领。

师：刚才小朋友又听了一遍，你们听清楚歌词里唱了哪些动作啊，你能够把它做出来吗？

2、回忆歌词描述的运动部位，教师用简笔画简单记录，以帮助幼儿记忆歌词。如幼儿说歌中唱到“抖抖手啊”，教师就画一只手，并在旁边用波浪线表示抖动的样子。

3、将简笔画的记录图示当作歌谱，幼儿学唱2~3遍。提醒幼儿：休止符的地方应唱出空拍。

师：我们有个“0”的地方叫做休止符，我们看到这个标志，就要停顿了，就用拍手来表示！

三、跟着音乐动一动

1、听了这首歌，有的小朋友已经忍不住了，也想和歌曲中的小朋友一起做运动了，那大家一起来吧。

2、分句创编动作，鼓励幼儿根据歌词大胆创编，只要运动的部位与歌词相符就行。

师：请小朋友根据歌词自己编一下动作，并把你的动作展示给大家看，好吗？

3、播放磁带，幼儿跟着歌二二三四……”的歌词用数字写在黑板上，幼儿先按节奏念歌词，才根据节奏把歌词及动作连贯起来。

曲边唱边跳自己独创的“健康舞”

4、把歌曲中“一二三四，四、我们一起来运动

加入召唤同伴一起运动的情景。如将幼儿分成两组，一组幼儿向另一组的好朋友打招呼：“***，快来运动咯！”另一组喊：“唉，我来了！”然后迅速找到好朋友手拉手随着“健康歌”一起做运动。

教学反思

《健康歌》是一首活泼、欢快，富有动感的歌曲。歌曲节奏较简单，歌词较生活化，适合中班学习。所以，在制定目标时，结合班里情况，我定了两个目标：

1、感受歌曲活泼、欢快的情绪，能较清楚的演唱歌曲。

2、能根据歌词创编动作，进行表演，感受运动身体的快乐。

开始部分，我先请幼儿完整的欣赏了一遍歌曲。因为歌曲比较出名，很多幼儿都听过。所以，在第一遍欣赏时，大部分幼儿都能跟着录音一起演唱歌曲。正因如此，在我的提问“你觉得这首歌曲节奏是怎样的？”（欢快的还是缓慢的？）“你听到这首歌曲时，小朋友在干什么？”这些问题时，幼儿很快就能较准确的回答我。第二部分，请幼儿说说你在歌曲里都听到了什么？这里，我再次播放了歌曲，听完之后，幼儿都能清楚地回答歌曲内容。结合幼儿的回答，我将准确的歌词念给了幼儿听，并画出部位的图画。在休止符地方我特别提示，让幼儿知道有的地方要停顿，不能发出声音的。第三部分，学做动作。在第二部的基础下，幼儿基本上都能学会歌曲，这时，我请幼儿根据歌词内容，模仿动作。

整节课下来，课堂气氛是很活跃的。幼儿的积极性和参与度都很高。因为《健康歌》幼儿平日生活中也接触过，所以学习歌曲非常的快，一节课下来，都能记住歌词并能完整的演唱下来。目标也基本达成。在表演环节，幼儿能充分发挥自己的想象，编出各种可爱的且符合歌词内容的动作，并能通过身体把它表现出来。不足的地方就是歌曲表演时，时间不

是很长，很多幼儿很爱表演，让所有幼儿都能参加到活动中来。

幼儿园中班健康体育活动教案篇九

一、活动目标：

1.能积极参与自己选择的运动项目。

2.能较好地与同伴配合，共同完成比赛项目。

二、活动准备：

1.和幼儿一起设计运动会项目，并制作运动项目胸牌和奖牌。

2.幼儿自由报名，每人选择2到3个项目参加运动会。

3.在每天的晨间锻炼活动中，提供所需的运动器械，让幼儿反复练习为运动会做准备。

4.《运动会进行曲》音乐磁带。

三、活动过程：

1.运动员入场。——幼儿挂着自制的运动项目胸牌，在《运动员进行曲》的音乐声中，有精神地入场。——幼儿进行早操表演。

2.小小运动会开幕。——根据运动会项目表，逐项进行比赛。——运动器械的准备、更换、收拾等，由参加该项目比赛的幼儿协助教师共同完成。——鼓励幼儿积极参加比赛，争当文明观众。

3.举行颁奖仪式。——在雄壮有力的进行曲音乐声中，颁发

各个项目的金、银、铜牌。——“采访”个别“运动员”，请他们谈谈自己的感受。

四、活动建议：

1.在设计运动会项目时，教师可启发幼儿回忆看过的体育比赛或玩过的体育游戏进行设计，要求有一定的速度、力度。与此同时，还可给运动项目起个有意思的名字，如蚂蚁搬豆、小牛拉车、小老虎下山等，以增强幼儿的参与兴趣。

2.如有接力赛，可引导幼儿规定每组人数，并事先选好队员，共同练习。

幼儿园中班健康体育活动教案篇十

活动目标：

1.学习单脚站立，并掌握其动作要领。(难点)

2.能听到指令后，快速的躲闪跑，提高身体动作的灵活。(重点)

3.愿意参与游戏，感受同伴之间躲闪、追逐跑的快乐。

4.培养幼儿对体育运动的兴趣爱好

5.提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

活动准备：

1.幼儿课前了解狐狸与公鸡的特点，学习儿歌

2.场地四周围方代表小公鸡的家，狐狸头饰1个，积木若干、音乐、课件

活动过程：

一、创设情境“小公鸡晨练”，进行准备活动。

二、游戏：“选拔放响员”引导幼儿自主探究单脚站立的动作要领。

1.初次探究金鸡独立的动作，掌握单脚站立的动作要领。

2.游戏：闯关。运用“倒计时”闯关练习，引导幼儿进行不同时长的单脚站立练习。

三、游戏：狐狸来了。练习躲闪跑，掌握躲闪跑的动作要领。

1.引导幼儿进行躲闪跑的练习，探究躲闪跑的动作要领。

2.再次进行躲闪跑练习，加强对躲闪跑的练习。

四、游戏：“狐狸和小公鸡”。

掌握游戏玩法，体验游戏乐趣。游戏玩法：大公鸡和小公鸡一起边念几歌“我是一只小公鸡。每天早上喔喔啼，喔喔喔，哪哪喔”边巡逻，当听到“放哨”指令时，小公鸡做“金鸡独立”的动作，当听到“狐狸来了”的指令时快速跑回家(四个正方形)，被捉到的小公鸡要停止一次游戏。

1.第一次游戏：重点了解游戏规则和玩法。

2.第二次游戏：能根据指令快速做出相应的动作。

3.第三次游戏：进一步熟悉规则，体验同伴共同游戏的快乐。

4.第四次游戏：增加狐狸数量，加大游戏难度。

5.尝试新挑战：鼓励幼儿站到6cm高的“小石头”上进行平

衡练习，体验挑战的乐趣。

五、游戏：“小公鸡洗洗澡”进行放松活动，在洗澡的过程中放松身体的各部分。

幼儿园中班健康体育活动教案篇十一

1、知道保护牙齿的重要性，以及如何保护牙齿；

2、学会正确地刷牙方法，养成早晚刷牙的好习惯；

3、乐于探究，并体验音乐游戏和表演的乐趣。

1、知识准备：事先了解蛀牙的危害。

2、物质准备：头饰（牙齿、杨梅、糖果、冰淇淋、饼干、水、香菇、西红柿、芭乐、芹菜等）、刷牙方法课件。

操作材料：小筐、小勺、张嘴娃娃、逼真食物、记录表格、笔；牙齿模型、牙刷、刷牙步骤图卡；刷牙周记卡表格、数字卡、笑脸贴纸；镜子、牙间刷、牙线、纸杯、矿泉水等；娃娃、小动物、针筒、拔牙工具、药瓶等。

一、音乐游戏（牙齿找好朋友）

教师总结：我们要多吃对牙齿有益的食物，少吃对牙齿不利的食物，太酸太甜的东西都会让细菌在我们的牙齿里长大。

二．自由探索、分组操作

1、引入，怎样才能让我们的牙齿变得更白更漂亮更健康呢？让我们一起来保护牙齿吧。交代注意事项。

2、分组操作：

一组：学习刷牙（牙齿模型、牙刷、图示等），引导幼儿按照图示或者根据自己的经验给牙齿模型刷牙；（重点组）

二组：给娃娃喂食（小筐、小勺、张嘴娃娃、逼真食物、记录表格、笔），请幼儿给娃娃喂牙齿的健康食品，并记录哪些是对牙齿有益的食品，哪些是对牙齿有害的食品；（难点）

三组：制作刷牙周记卡（周记卡表格、数字卡、笑脸贴纸），引导幼儿将数字按顺序贴在表格内，并记录自己的刷牙情况）（培养早晚刷牙的好习惯）

四组：给自己的牙齿做美容（镜子、牙间刷、牙线、纸杯、矿泉水等），引导幼儿找找镜子，用工具把自己牙齿里的残留物清理干净；（经验提升）

五组：牙科医生（娃娃、小动物、针筒、拔牙工具、药瓶等）（知识扩展）

3、分享讲评：请跟大家分享一下你刚才做了什么？重点讲评一二三组。

4、总结正确的刷牙方法：播放课件两遍。鼓励幼儿跟着模仿刷牙动作。

三．表演：刷牙歌

1、引导幼儿根据音乐自由表演刷牙动作，表演两遍。

2、结束语：让我们教小班的弟弟妹妹刷牙去吧。活动中在音乐声中自然结束。

四、延伸活动

1、幼儿在操作区中利用牙齿模型练习刷牙；

2、角色游戏增设《牙科医院》，请小医生帮助检查牙齿。

幼儿园中班健康体育活动教案篇十二

1、能在游戏中学习控制自己的身体。

2、乐意模仿机器人，能根据指令迅速变换动作。

3、学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。

4、知道人体需要各种不同的营养。

1、自制遥控器一个，红、黄、蓝星各与幼儿人数相符，玩具机器人一个。

2、《机器人》音乐磁带。

1、模仿角色走路引出课题。

教师带领幼儿模仿老爷爷、老奶奶等走路的样子进入活动室。

2、以"闯三关"学做机器人。

（1）"机器人"玩具以客人的身份出现，提出"闯三关"。闯过三关可分别获得红、黄、蓝星各一颗。

（2）第一关：模仿"机器人"走路。

教师带领幼儿一起边学机器人走路，边朗诵儿歌："我们都是机器人，拿起枪来打敌人，一不许动，二不许笑，三不许露出大白牙。"念完儿歌后每人摆一个造型，并控制自己的身体，在规定时间内保持不动。

游戏进行4至5遍，引导幼儿相互看看"机器人"的造型。教师

以玩具"机器人"的口吻进行小结并向孩子们宣布第一关闯过。

（3）第二关：做听指挥的"机器人"。

教师做"科学家"手拿"遥控器"，发出如"小小机器人呀，变成小鸭子呀"等口令，指挥"机器人"变换动作。幼儿听到指令后立即变换成"小鸭子"的角色，模仿小鸭子的动作。"科学家"逐一发出变"小兔"、变"小猴"、变"乌龟"等口令，"机器人"则按口令迅速变换动作。

请个别幼儿当"科学家"，指挥"机器人"活动。教师对这一关进行小结，并向孩子们宣布第二关也闯过。

（4）第三关：做快乐的"机器人"。

带领幼儿在《机器人》的音乐伴奏下，做相应的身体节奏动作。其间教师引导幼儿把"机器人"帮助人类做事情的那份快乐的情绪表达出来，并启发幼儿表现出机器人的动作特点，如身体有些僵硬、动作不连贯、手臂一动一颤等。

教师对这一关做一小结并宣布第三关闯过。

教师以机器人的口吻进行总结，并向孩子们表示祝福，你们都是最棒的，我喜欢你们。

（5）发星星。

3、放松活动。

教师带领幼儿边说儿歌《手指游戏》边做动作出活动室。

从这个活动中，我认识到幼儿园课堂教学中，教师首先要以孩子为主体，同时要有驾驭课堂的能力，在引导孩子学习的过程中，不断地发现问题，不断地变换教学手段和方法，从而让每个幼儿都参与到活动中，准确地掌握知识。带领幼儿

游戏时，要顾及到绝大多数的孩子，将个别示范与分组游戏、集体游戏相结合，可以根据幼儿的课堂情况不断地变换游戏形式，从而提高每个幼儿的学习积极性。