

2023年中班的体育教案反思 中班体育课教案(大全13篇)

教案是教师为了备课、教学和评价学生学习效果而编写的一种教学设计材料。请大家注意，以下是一些五年级教案的范文，供大家参考。

中班的体育教案反思篇一

活动目标：

1. 学习提物快速跑，发展动作的协调，平衡能力。
2. 培养合作和解决问题的能力，初步建立竞争的意识。
3. 能大胆进行实践活动，并用完整的语言表达自己的意见。
4. 对xx有浓厚的兴趣，热爱生活乐于探索。

活动准备：

1. 小沙包和海洋球（能轻松放进pvc管内）若干代表小油花，小桶若干。
2. 输入油管（pvc管）、街头、弯头等若干。
3. 带有火车头图案的小框若干个。
4. 活动前引导幼儿练习拼接输油管道。
5. 场地布置：在活动场地内设置油井，油库和火车站，油井处设有沙包和未拼接的输油管，油库放有小油桶，火车站放有粘贴火车头的小框若干个。

活动过程：

1. 小油娃准备运输小油花。

(1) 教师：祖国各地都需要石油，我们这些小油娃要将这些小油花运输到祖国各地去，教师引导幼儿排列成一列小火车，驶入活动场地。

(2) 教师讲解石油都是通过石油管道运输到全国各地甚至是世界各地的。

(3) 幼儿随教师口令活动身体的各个部位，做热身活动。

2. 游戏：小油娃运油花

(1) 请幼儿尝试探索输油管道的连接方法，教师巡回指导。

(2) 教师交代运输小油花的方法

(3) 开始游戏。幼儿齐说：“我们是小油娃，开始运输小油花，预备——开始。”

3. 讨论：怎样快速运输小油花。引导幼儿理解应该多人齐心协力安装输油管道，节省时间，管道如果倾斜一些，小油花流动的快。

4. 全班幼儿分成二至四组，再次进行游戏。

5. 教师宣布游戏结果，表扬最能干的小油花。然后就幼儿谈一谈感受。

反思：

1. 孩子常规方面，一个好的体育活动常规是影响一节活动能否正常开展的关键，也是衡量教师教育教学效果的重要依据，

所以，此次活动老说，孩子的常规意识还需要进一步加强培养，如：队列队形的练习，基本的队形变换等。

2. 体育器械材料方面，这属于活动前的准备环节，这就需要教师对孩子要有相对比较全面的了解，才能有效进行材料的准备，如：材料能不能引起幼儿参与锻炼的兴趣，能不能让幼儿有一定的身体技能的提升等等，还要避免让孩子有过多的等待时间。一节活动，时间有限，每一分钟都不能浪费，每一格孩子都要有所锻炼或提升，我们只能通过材料来帮助我们达到更好的效果。

中班的体育教案反思篇二

1. 练习排队齐步走。
2. 通过互相配合，协作完成游戏。

大的报纸团或皮球作“豆子”。

开始部分：

1. 幼儿活动身体。
2. 练习排队齐步走。

基本部分：游戏蚂蚁排队走

1. 请幼儿 2—3 人组成一组，扮成蚂蚁。（第一个幼儿站立，两手作触角；第二、第三个幼儿分别弯腰，双手抱住前面一个孩子的腰）
2. 请一组组的“蚂蚁”排好队行走，注意互相的配合，不摔跤，不踩到别人。

3. 定的距离，在终点放置一些物品作“豆子”。请“蚂蚁”从起点到终点，再返回，比赛搬豆，看哪组搬得快。

结束部分：幼儿2人一组练习抛沙包。

反思

内容

活动名称

夹物跳

1、尝试把物品夹在下肢不同位置练习行进跳，体验下肢不同力量的运动。

2、让幼儿体验动脑、成功的快乐。

练习队列、操。

饮料瓶、纸板、球等若干。

开始部分：

1. 幼儿活动身体。

2. 复习游戏《蚂蚁排队走》。

基本部分：游戏夹物跳

1. 练习双脚连续跳。

2. 教师启发幼儿用下肢夹住饮料瓶行进跳，提醒幼儿夹稳。

3. 对幼儿把物品夹在不同的位置的做法给与肯定，并说一说

放在哪里好夹。

结束部分：鼓励幼儿自由选择材料，练习夹物跳，可设置障碍练习。

反思

内容

活动名称

抛皮球

1. 锻炼幼儿上肢力量。
2. 培养幼儿手眼协调力。
3. 培养孩子玩球的兴趣。

练习队列、操。

皮球若干个，多于幼儿人数。

开始部分：

1. 纠正个别操节。
2. 练习队列。

基本部分：游戏抛皮球

幼儿人手一个球，教师做示范，双手拿住球，用力向上抛，提醒幼儿双手用力要均匀，抛出撒手时双手停留位置要找好。

结束部分：幼儿分散练习抛球、原地拍球。

反思

内容

活动名称

晴天雨天

- 1、能听信号按节奏走、变速走跑。
- 2、发展幼儿身体协调性，掌握正确的行走姿式。

铃鼓、口哨、各一个

开始部分：幼儿练习徒手操、齐步走。

基本部分：游戏晴天雨天

1. 齐步走，纠正行走姿式。
2. 教师启发幼儿说出下雨了没有带雨伞，因该赶紧跑到房子里避雨。
3. 晴天的时候，小朋友在外面玩耍（随意走、跳），教师一说要下雨了，小朋友快速的跑到老师之前说好的避雨的地方避雨，等到晴天了，小朋友继续除去玩，游戏反复进行几次后结束。

结束部分：告诉幼儿下雨打雷的时候不应该站在树、电话亭等地方，避免必备

反思

中班的体育教案反思篇三

1. 通过拍球实验，观察力与反作用力的关系。
2. 通过实验，观察球在不同材质的地面上弹跳的不同高度，感知反作用力的大小。
3. 积极根据要求进行实验，并在实验中认真观察、分析。
4. 愿意与同伴、老师互动，喜欢表达自己的想法。
5. 体验合作创编游戏的乐趣。

1. 球，每人一个。

2. 场地：操场。

1. 实验游戏，鼓励幼儿观察球的弹跳，了解力与反作用力的关系。
2. 在操场上拍球时，了解球的弹跳情况，感知反作用力的大小。
3. 小结。

中班的体育教案反思篇四

- 1、激发幼儿乐于参与体育游戏的兴趣，体验游戏的乐趣。
- 2、培养幼儿的创造力及平衡能力。
- 3、练习多种行走方法，锻炼幼儿腿部肌肉力量。
- 4、培养幼儿健康活泼的性格。

5、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。

高跷、大鞋子、呼拉圈、沙包、部分动物头饰

课件、音乐带、录音机

1、与幼儿对音乐学“高人矮人”进入活动室，并作为准备活动。

2、提问幼儿刚才是怎样进入活动室的，并请幼儿想出更多的走路方式。

3、请幼儿将想出的走路方式表演给大家看。

4、请幼儿看课件，，欣赏老师带来的走路方式。

5、播放音乐，请幼儿模仿喜欢的走路方式。

6、请幼儿自由选择辅助材料进行练习，提醒幼儿要注意安全。

7、请幼儿分组展示。

8、带领幼儿做放松练习。

9、播放音乐，请幼儿模仿歌曲中小动物的走路方式，走出活动室，结束活动。

1、这次活动根据幼儿对小物们那种特别喜爱，喜欢模仿它们走路的一些动作来设计。在教学过程中结合幼儿的发展经验水平以及学习特点，通过音乐活中的唱与跳，使幼儿语言上的表述与动作协调都有了很大的发展。也增强了幼儿表演的自信与欲望。特别是最后一个游戏环节，到结束，小朋友还玩得意犹未尽。这样为后面的延伸环节提供了很大的帮助。

2、小班幼儿因为生活经验少，所以对创编动作有了一定的难

度，如果能让家长配合，提前带小朋友多观察一些小动物走、跑的样子。或者做些有更多小动物走、跑的课件，相信这节课就上得更加丰富生动了。

中班的体育教案反思篇五

- 1、在了解有关动物特征的基础上培养幼儿解决问题的能力。
- 2、培养幼儿的语言表达能力及肢体表达能力。

大树桩一个，椭圆形球一个，各种动物标志各一个，筐子、绳子若干。

1、引出主题

小朋友们都听说过森林里举行过什么比赛吗？今天，他们要举行一次智力比赛。

2、介绍比赛内容及规则

森林里非常热闹，小动物们从四面八方赶来，参加一场特殊的比赛。大象伯伯当裁判，宣布比赛规则：“我们要举行一次智力比赛。看，那个树桩上有一个蛋（用椭圆形球代表），我们要把蛋搬下来，安全地运回家，还不能把蛋打碎。看看谁能很好地完成任务。可以选用辅助材料。”

介绍参加动物：蛇（没有脚）、牛（四肢着地，有角）、鼠（有长长的尾巴）、燕子（会飞行）、刺猬（会用刺运水果，运蛋不能用刺）。让幼儿自由选择角色分组，并根据所选动物的特征想办法运蛋。

3、分组讨论并尝试

教师注意倾听孩子们提出的方法，适当引导。

4、交流各组提出的办法

教师要及时点评，使孩子们能看到各组不同的优势。

中班的体育教案反思篇六

- 1、练习双腿夹住大沙包跳的动作，发展弹跳能力。
- 2、能用双腿内侧夹住沙包，控制腿部肌肉，双脚连续向前跳。
- 3、培养幼儿的发散思维能力。

大沙包人手一个、大垫子4块、课前画好货物的家。

一、幼儿手持大沙包四散站在活动场地，跟随教师做热身活动，重点活动踝关节和做双腿夹包跳的动作。

二、利用不同方式送货。

1、师：今天我们玩一个送货的游戏，大沙包就是我们的货物，我们要把货物从东边的这个家送到西边的家里，要求是不能用手拿。请小朋友动脑筋想一想，怎样既不用手又能把货物稳稳的送到西边的家里。

2、幼儿用自己想到的方法，把货物运到目的地。

3、幼儿换一种方法再把货物从西边送回东边。

4、个别幼儿示范自己的送货方式，其余幼儿模仿其动作送货一遍。大约请4—5名幼儿示范。幼儿示范时可以请其余幼儿坐在地上观看，以缓解下肢的劳累。

三、增加大垫子，提高送货难度，并调节下肢活动强度。

2、幼儿分坐在大垫子的两边，请个别幼儿示范。

3、幼儿站成两队，一个跟一个用自己喜欢的方式把货物运过垫子，绕过前面的两堆货物，从两边返回，站到最后一个小朋友的后面，继续送货。规则是不能用手拿货物。

四、进行送货比赛。

1、师：现在我们来进行一个送货比赛，每队第一个小朋友把货物运过大垫子，再把货物夹在两条腿之间往前跳，绕过本队的货物后，从两边返回，拍第二个小朋友的手，站到队伍的最后面，第二个小朋友再进行送货。哪队最后一个小朋友先把货物送回来，哪队是胜利者。

2、教师示范。

3、幼儿按要求比赛两次。

五、讲评比赛情况。幼儿为胜利欢呼（把沙包扔向空中接住）。

六、幼儿站在大垫子旁边做“机器人”的游戏放松。

七、幼儿帮教师收拾场地，回教室。

中班的体育教案反思篇七

1、发展幼儿上下肢动作的灵活性和协调性。

2、激发幼儿积极尝试活动的兴趣。

3、培养幼儿喜欢参加体育活动的兴趣。

材料：小兔头饰、垫子、平衡木、硬纸板剪成的一些“大石头”、弓形门、种子卡片、蘑菇卡片、篮子几个。

兔大森林

草地小山小桥山洞

子石头蘑菇地

1、导语：今天，天气真好，妈妈带你们到草地上玩吧。

2、集体边念儿歌边做动作。

小白兔，跳跳跳，跳到东，跳到西（学小兔跳，向左、右方向轮换跳。）；跳到田里吃青草，吃完青草睡大觉（蹲下做睡觉姿势，嘴里发出呼噜声）。

兔妈妈说：“天亮了，小兔子快起来。”

幼儿起来，接着边念儿歌边做动作。

早上空气真正好（双手举起左右摆动），大家一起来做操（扩胸运动），伸伸臂，伸伸臂（伸臂两下），踢踢腿，踢踢腿（踢腿两下），蹦蹦跳，蹦蹦跳（跳四下），天天做操身体好（踏步，最后伸出两个大拇指）。

兔妈妈：“今天，妈妈要带小兔子们到大森林去种蘑菇，还要采蘑菇。可是要爬山、过河、钻上洞，很不容易。哪些小兔不怕困难，愿意和妈妈一起去？”

1、练习本领，兔妈妈提问，幼儿回答并试着练习。

（1）“遇到小山怎么办？”“爬过去。”

让小兔在垫上练习爬行动作。

（2）“遇到小河怎么办？”“从小桥上走过去。”“卷起裤脚过小河。”

小心翼翼的过“小桥”，卷起裤脚在“石头”上跨跳。

(3) “遇到山洞怎么办？”“钻过去。”

练习钻山洞。

2、游戏：种蘑菇。

要求幼儿一个接一个、不拥不挤地“爬山”“过河”“钻山洞”“采蘑菇”。种蘑菇后从原路返回。

3、游戏：采蘑菇。

要求幼儿一个接一个、不拥不挤地“爬山”“过河”“钻山洞”“采蘑菇”。把采到的蘑菇放进几个篮子里，请几只小兔帮兔妈妈拿着。全体从原路返回。

4、小结：今天，小兔子都很能干，不怕困难种出了那么多的蘑菇。你们真是一只勇敢、聪明的小兔。

边唱歌曲《走路》，边做动作。

中班的体育教案反思篇八

体育活动目标主要在于发展幼儿的基本动作，提高幼儿身体素质，培养健康的心理品质和提高幼儿的智力水平。轮胎在幼儿的生活中很常见，孩子对轮胎很感兴趣。在本次活动中，从安全的角度出发，我把轮胎作为载体，让孩子们充分想象并亲自尝试轮胎的各种玩法，充分发挥幼儿的自主性、创造性。适当的器械，不但能发展孩子身体的协调性、还能发挥孩子的创造性。因此，我利用幼儿园现有的材料——轮胎和孩子们一起玩，由此设计了中班体育活动《玩转轮胎》。

活动目标

1. 练习幼儿平衡、走、跑的基本技能，发展幼儿上肢动作和手臂力量。

2. 培养幼儿团结合作意识，增强注意力和模仿能力，在活动中体验合作游戏的快乐。

活动准备

人手一个轮胎

活动过程

一、开始部分

(一) 导入：师：小朋友们，今天老师给你们每人请来了一位好朋友，你们看是谁？(轮胎)小朋友有没有玩过轮胎啊？(玩过)等一下老师要和小朋友一起来玩轮胎，在玩轮胎之前，我们下来活动活动我们的身体。

(二) 热身运动踩轮胎、摸轮胎、饶轮胎、提轮胎

二、基本部分

(一) 幼儿自由玩轮胎，教师巡回观察、指导。

师：玩轮胎的时候要注意什么？

师：对了，大家在玩轮胎时要注意安全，不要让轮胎压到别人了，还有听到老师的口哨声时，要立刻停止活动，并快速回到刚才的位置。

小结：刚才我看到小朋友们玩轮胎的方法有很多，有的小朋友在轮胎上跳进跳出、有的小朋友在转轮胎、有的小朋友在滚轮胎……等。小朋友们真聪明！把掌声送给自己。接下来我们和轮胎做游戏。

(二) 师幼共同玩轮胎——绕轮胎

师：你们用自己的身体绕过轮胎吗？你是怎么绕的？

师：一只脚站在轮胎里面，一只脚站在轮胎外面，两只手打开侧平举保持身体平衡，绕着轮胎快速走，走得越快越好。（正、反方向练习一遍）

师：两只脚站在轮胎里，身体面向地板弯下，两只手撑在轮胎外面的地板上，然后围着轮胎自传。

师：两只脚站在轮胎里，身体面向天空，两只手撑在轮胎外面的地板上，然后围着轮胎自传。如果全部动作完成，接下来我们来做桥。

(三) 用身体和轮胎做桥——搭桥

师：小朋友们都见过什么样的桥？现在你们看看老师是怎么用身体来做桥的？（教师示范动作，幼儿模仿练习）

师：你们能撑多久？（教师计时，让幼儿坚持撑1分钟）

师：这次不计时，前提是保持刚才的动作，但是我会用我的手往下按，试试你们的力，（教案出自：屈老师.教案网）你们要顶住我的力，如果没有被我压下去，说明你的桥做得很扎实。

师：这次我要考考你们的勇气，你们搭好桥，我要从你们搭的桥上跳过去，你们敢不敢？

师：大家非常棒，非常勇敢，而且越撑越好！刚才我们很很多动作都是在地上做的，现在我们站在轮胎上做拱桥，然后在轮胎上转。接下去我们的轮胎变成一个房子，也就是我们的家。

(四)游戏“找家”

师：接下来我们来玩“找家”的游戏，怎么玩呢？跟着我走，只要我口哨一吹，你们每人就赶快找到一个轮胎坐下，就表示你们找到了家。

师：刚才我们是一人一个家，现在我们的房子少了一半，只能两个人共同找一个家，如果你在找家的过程中发现别人家已经住进两个人了，你就要赶快去找只住了一个人的家。

三、结束部分

放松活动：两个好朋友互相捏捏肩、拍拍手、捶捶背、敲敲脚。把轮胎送回家。

活动反思

这节中班健康活动《好玩的轮胎》的活动目标是

1. 练习幼儿平衡、走、跑的基本技能，发展幼儿上肢动作和手臂力量。
2. 培养幼儿团结合作意识，增强注意力和模仿能力，在活动中体验合作游戏的快乐。这节活动的重点是练平衡、走、跑的基本技能，为了解决本次活动的重难点，我设计了以下环节：第一是让幼儿自由玩轮胎；第二个环节是绕轮胎；第三个环节是搭桥；第四个环节是找家。每个环节都围绕着教学重难点来进行。

在让幼儿玩轮胎的环节中，我提出了明确的注意事项，游戏规则，安全的要求，并对幼儿玩轮胎的方式进行了简单的总结。

在进入第一个环节“让幼儿自由玩轮胎”让幼儿在玩轮胎的

过程中时，我明确提出了滚轮胎应该注意的事项及安全要求；在进入第二环节“绕轮胎”时，由于绕轮胎时头会晕，我及时调整教学方法，让幼儿尽快适应活动，使幼儿的平衡能力得到了锻炼；在第三个环节搭桥，为了让幼儿的手臂力量得到较好的练习，通过让幼儿闯关能坚持长时间；第四关找家，在这个环节主要是培养幼儿的合作能力，由于时间关系，只进行了两次活动。但总的来说较好的完成了课前制定的活动目标，并与幼儿一起分享轮胎游戏的乐趣。

文档为doc格式

中班的体育教案反思篇九

- 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、努力尝试多种练习的方法，培养创新意识。
- 3、遵守游戏规则，体验与同伴合作游戏及控制性活动带来的快乐。
- 4、体会集体合作游戏的快乐。

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。

老师设计的环节很科学，先是热身，然后是平衡上由易到难的练习，再是将平衡组合进行走、跨的练习。活动中，教师设置了有趣的情境、具有层次性和挑战性的活动内容，使枯燥的练习变得趣味盎然，幼儿练习起来乐此不疲。

中班的体育教案反思篇十

2. 培养自由探索、勇于创新的精神和团结合作的意识，体验

与同伴合作游戏的乐趣

3. 提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

4. 锻炼幼儿的团结协作能力。

1. 小篮球人手1个。

2. 高低不同的篮球架。

3. 音乐磁带、录音机。

1. 热身运动。

教师与幼儿一起拿着小篮球进场。在教师的带领下，幼儿与小篮球一起做热身运动。

2. 学习原地双手胸前投篮的方法。

教师示范讲解：双手持球置于胸前，两脚自然开立，两膝微曲，手指自然张开成球状，两个大拇指相对成“八”字形，用力握球，手心自然空出。投篮时，下肢蹬地发力，双臂向前方伸出，把球投向篮筐。

幼儿徒手做原地投篮动作的模仿练习，体会全身的协调配合。

幼儿两两结伴，两人面对面站好，间距1.5~2米，持球做用投篮方法进行传有弧度球的练习。

指导重点：投球动作要连贯，两人投篮可逐渐拉长距离，体会改变距离后投篮时蹬腿、伸臂、出球的全身协调用力。

3. 学习原地跳投的方法。

教师示范原地跳投动作：准备动作与原地双手胸前投篮相同，

但在投篮时，两脚迅速蹬地起跳，同时两臂上振，举球跳投到篮筐。

幼儿徒手模仿练习。

幼儿结伴站好，两人相距1.5~2米，持球做原地跳投动作。

指导重点：指导幼儿学习垂直向上起跳，投篮时双脚同时蹬地起跳。两人变换投篮的距离，由近及远，体会根据不同距离应使用不同力量。

4. 投篮游戏。

指导幼儿把篮球投进高低不一的篮筐里(距篮筐1.5~2米)。

指导幼儿把篮球投进摆成一排的轮胎里。

指导幼儿把篮球投进呼啦圈里。

指导重点：用原地双手胸前投篮和原地双手跳投的投篮方法进行投篮游戏，提醒幼儿投篮距离可由近到远。

5. 游戏“抢球”。

教师介绍玩法：集体在固定的场地上进行传球游戏，教师把球传给一个幼儿，幼儿想办法去抢球，这名幼儿应尽量不让同伴抢到自己的球。持球的幼儿可以运球跑，也可以把球传给其他人。

规则：教师与幼儿的球要连续拍，保护好自已的球，适时把球传给同伴。

师幼游戏。

6. 结束活动。

教师与幼儿一起收拾场地，放好篮球，散步回活动室。

(1) 请幼儿讨论怎样才能提高自己投篮的准确性。

(2) 请幼儿回家后与爸爸妈妈一起找有关篮球的知识，并讲给大家听。

(3) 请幼儿用绘画的形式描绘自己投篮的样子。

总观这节课，我个人觉得我抓住了本课的教学目标，对教材内容也做了正确处理，教学设计板块清晰，发挥了小组合作的有效性，但还存在很多细节问题。

中班的体育教案反思篇十一

1、讲解游戏玩法及规则。

玩法：两个幼儿手拉手做一张鱼网，8个人共做4张鱼网，分别站在大圆圈上，其余幼儿做鱼，站成一路纵队。游戏开始，扮鱼网的幼儿两臂上举成拱形，鱼沿着大圆圈，一个跟着一个由网下钻过，同时大家一起唱歌：“许多大鱼游来了，游来了，游来了，许多大鱼游来了。”接着扮鱼网的幼儿唱：“快快捉……住！”在最后一个住字时，扮鱼网的幼儿两臂立即放下。规则：鱼必须一个跟一个在鱼网下不停地钻过；扮鱼网的幼儿手臂要伸直，当唱到住字时，才能放下手。

2、幼儿开始第一遍游戏，根据游戏情况惊醒交流讨论。

3、幼儿分组游戏，教师进行指导，出现问题及时小结纠正。

4、整理放松活动，退出游戏场地。

中班的体育教案反思篇十二

中班上学期的幼儿，在各种有趣的体育活动场景吸引下，在教师生动形象的语言刺激下，对体育活动已有了一定的参与兴趣。但在活动中，如何与同伴商量、合作，学会一起玩，玩得高兴，这是一个新的问题。我选择了幼儿所熟悉的好伙伴呼啦圈作为器械，设计了此活动“快乐圈圈”。塑料圈，作为体育游戏的器材，这对幼儿来讲是再熟悉不过了。但要把塑料圈当成替代物来游戏，对幼儿来讲是件非常好玩的事情。针对中班幼儿的认知水平，这种尝试能更好地提高幼儿发散性思维能力，而且在游戏过程中有一定的挑战性，这更加激发他们游戏的兴趣，并充分发挥塑料圈这一运动器械一物多玩的功能。

儿童呼啦圈人手一个，套圈桶2个，海洋球若干，准备好平整、无障碍物的室外钻圈的场地，热身音乐和结束时放松音乐。

- 1、探索圈的不同玩法，在游戏中培养幼儿创新精神及初步的合作意识。
- 2、发展幼儿行进跳，钻的技能，积极参与接力比赛，有集体荣誉感。
- 3、能积极参加游戏，体验体能游戏的乐趣。
- 4、能在情景中，通过实验完成对简单科学现象的探索和认知，乐于用自己的语言表达所发现的结果。
- 5、发展合作探究与用符号记录实验结果的能力。

圈人手一个，沙包若干，开汽车音乐。

一、扮演角色，活动身体

1、师(兔妈妈):兔宝宝你们今天我们一起到体育场锻炼身体好吗?

幼:好!

2、听音乐做热身运动《扭扭歌》。

师:呼啦圈除了可以用来做热身操,它还可以怎么玩呢?要动脑筋和别的小白兔玩得不一样,我们都来试试吧!

二、幼儿想出多种玩圈的方法,并亲自尝试,教师个别指导。

(1)教师提示:“我们小白兔已经学会了用呼啦圈做热身操,这个呼啦圈还可以怎么玩?要动脑筋和别的小白兔玩得不一样。”

(2)幼儿想出多种玩圈的方法,并亲自尝试,教师个别指导。

(3)教师仔细观察,邀请幼儿上来展示各种玩圈的方法。互相启发交流。

滚圈:将圈向前抛出又去捡回来。

跳圈:在圈里跳进跳出。

转圈:幼儿用手转圈,使其原地旋转。

套圈:从头套入脚下取出一从脚套入头上取出一从臀部套入四肢取出一从四肢套入臀部取出拼圈:用呼啦圈拼成各种各图形进行双脚跳跳,单脚跳跳。

(4)幼儿带着同伴的启发,继续探索练习。

三、难度练习,重点指导

(1)教师将合作得较好的组的玩法展示给同伴看。(双脚并拢

或分开行进跳)

(2) 幼儿自由结伴，分成若干小组。每组将塑圈摆在地上搭成各种图案，然后进行跳圈活动。单脚或双脚连续跳，左右脚交替跳，左右脚开合跳等。教师重点指导：如何与同伴商量合作玩的方法。

四、游戏：抢海洋球师设计男女两队幼儿尽心钻圈抢球比赛，并说明钻圈的基本要求(分左右脚)，直至箩筐里的海洋球全部抢完，疏一树哪组小朋友获得海洋球的数量多，就是第一名。(游戏根据时间情况反复操练，但必须注意钻圈的要求)

结束语：小朋友，这个游戏好玩吗?原来一个小小的呼啦圈有这么多的玩法，真好玩!

五、下面我们听着音乐来放松一下我们身体的各个部位吧!(边放松边和客人老师再见!)

纲要中指出，培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育活动的重要目标。幼儿很喜欢游戏，它是幼儿获得愉快体验的有效途径。而颜色鲜艳的圈是孩子们非常喜欢的一种运动器械，它的可塑性强，玩法多样，可以利用它来发展孩子走、跑、跳、钻等运动能力，激发幼儿学习和锻炼的兴趣，培养幼儿的创造力和探索精神，体验游戏带来的快乐。

中班的体育教案反思篇十三

1、幼儿边听《甩葱歌》音乐边随老师做鸟飞动作进入活动场地，听音乐做律动：活动手臂、脚的关节、跳的动作等。

2、基本动作探索：让小麻雀在鸟窝上自由练习飞的本领，麻雀队长从中指导麻雀战士练习从高处往下跳的本领;两个麻雀战士合作搭一个鸟窝，继续让小麻雀们练习从高处往下跳的本领，麻雀队长给予保护，提醒小麻雀注意安全。