

# 丢沙包大班教案(通用11篇)

初二教案的编写要充分考虑学生的学习需求和能力水平。中班教案是教师为中班幼儿设计的一套教学计划和教学步骤。中班教案有助于教师系统地安排教学内容，提供有效的教学指导。中班教案可以帮助教师针对幼儿的发展需求，设计适宜的教学活动。针对中班幼儿的教案，我们需要关注幼儿的兴趣，设置具有吸引力的教学活动。那么我们该如何写一份较为完美的中班教案呢？以下是小编为大家整理的中班教案范例，希望能够帮助到大家。

## 丢沙包大班教案篇一

- 1、在游戏的情境中，练习投掷，发展学生综合运动的能力。
- 2、激发学生勇敢、大胆、勇于接受挑战的'情感。

沙包若干

教学时间：一课时

- 1、师：敌人非常的凶猛、狡猾，我们有什么办法可以又打到敌人，又不让自己受伤。

（要求：与敌人保持一定的距离，使用投掷球）

- 2、第一次打敌人——练习投掷3-5次

教师要求学生保持一定的距离进行投掷。

- 3、打移动的敌人——练习投准

要求：一定距离的投掷。

## 丢沙包大班教案篇二

1. 学习双脚夹沙包跳起前掷的方法，掌握动作要领。（重点）
2. 能连续做双脚夹沙包跳起前掷的动作，提高身体动作的协调性，遵守游戏规则。（难点）
3. 乐于挑战，体验小组合作获得的成功感。
4. 培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。
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。

物质准备：沙包50个，呼啦圈3个，轮胎3个，活动音乐。

经验准备：巩固双脚跳的技能，讨论沙包的多种玩法。

1. 幼儿扮演运输队员，教师带领幼儿慢跑-快跑-s型障碍跑-行进起跳等，重点活动脚部、腿部关节，活动身体各个部位。
2. 幼儿围绕沙包进行身体动作，活动身体各部位。

1. 幼儿自由探索用脚将沙包运过“小河”的方法，引导幼儿学会“双脚夹沙包跳起前掷”的动作要领。

交流经验：双脚夹紧沙包向上跳起的同时，用脚腕将沙包甩向前，轻轻落地，落地时膝盖弯曲。

教师示范双脚夹沙包跳起前掷的动作。

2. 创设“过小路”情景，引导幼儿练习连续双脚夹沙包跳起前掷的交流经验：脚内侧骨节位置夹紧沙包，脚腕用力向前甩，抛的沙包远一些，抛的过程保持身体平衡。

1. 游戏“运输小能手”：重点指导幼儿遵守规则，运用脚腕力度，准确进仓。

游戏玩法：幼儿分成人数相等的3队，教师发令后，各队排头连续做双脚夹沙包跳起前掷的动作，将沙包抛进本队的呼啦圈中，转身跑回和下一名队员拍手，依次进行。

规则：用脚将沙包抛进呼啦圈中：不能用手碰沙包；拍手后下一名队员出发。

交流经验：能够遵守游戏规则，掌握好脚腕的力度，将沙包准确掷进呼啦圈中。

2. 幼儿再次游戏。重点指导幼儿又快又稳的将沙包掷进呼啦圈中。

3. 游戏“沙包大混战”：增加难度，将呼啦圈换成轮胎，增加沙包数量。重点指导幼儿在合作中，遵守规则体验快乐。

四、放松活动。

师幼扮演小沙子，做全身放松活动。

活动反思：

孩子们对游戏规则掌握的还可以，孩子们的积极性都很高，对投进圈中的沙包很有成就感，随后可在课外活动中多参加这样的活动。以上是我对本次活动的分析，好的方面将继续保持，不足不到位之处在以后的活动中积极改正。

## 丢沙包大班教案篇三

沙包一直是孩子们比较熟悉也比较喜欢的游戏材料之一，大班幼儿已经具备了一物多玩的能力，在之前的户外活动中，

幼儿也探索过沙包的多种玩法，，但我发现幼儿在玩沙包的时候，都喜欢用手去玩沙包，很少会有幼儿想到用腿去玩沙包。因此，我通过“夹包跳”的教学活动，引导幼儿用脚来玩沙包，发展脚步的力量。在活动中，幼儿也展现出了浓厚的兴趣，因此我们也将此活动到了晨间锻炼活动中，考虑到夹包跳所需的场地也不是很大，所以在室内晨锻活动中也延续了此游戏，并且结合了记分牌，让幼儿有目的的去进行夹包跳的比赛。

1. 掌握夹包跳的动作要领，锻炼下肢力量和身体的协调性。
2. 通过夹包跳的游戏，发展弹跳能力。
3. 能够正确根据所跳的距离进行计分。
4. 通过活动锻炼幼儿的`跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
5. 在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。

材料：沙包若干、黄绿颜色的圈各三个、小轮胎三个、勾线笔  
游戏人数为6人，站在固定的位置，双脚夹住沙包，对准不同颜色不同距离的圈，在跳起的同时松开双脚，将沙包投进圈中，不同颜色的圈代表不同的分数，根据自己所投的圈的相应分数，在记分牌上进行记录。

场地图：

在整个探究沙包的玩法活动中，教师、幼儿、家长都积极地参与，教师和幼儿不断地想象、学习，我们有以下体会：

- 1、游戏活动的开展离不开家长的紧密配合，充分利用家长资源，请家长帮忙缝沙包，请家长积极参与。

2、活动形式：采用了以“幼儿自主玩”的方法，为幼儿提供了充分活动的机会，满足了幼儿身体运动和心情愉快的需要。结合大班幼儿的年龄特点和心理特点，采用比赛的方法来完成教学目标。充分发挥了幼儿的想象力和创造力，在比赛时，培养了幼儿同组间的合作意识，培养了幼儿的团队精神以及竞争的快乐。

3、同时，在活动时，强调幼儿不要碰着，打到其他小朋友，让幼儿加强了安全意识。

4、活动结束后，完成了教学目标，尝试了沙包的各种玩法，学会了抛、投、扔、踢、打、躲闪的动作，达到锻炼身体的目的，通过反复比赛，投中率越来越高，并锻炼了幼儿的奔跑能力。

## 丢沙包大班教案篇四

- 1、培养幼儿身体的协调性和活动能力。
- 2、在游戏中初步萌发幼儿的竞争意识。
- 3、初步培养幼儿用已有的生活经验解决问题的能力。
- 4、发展幼儿思维和口语表达能力。

事先划分好的游戏场地，沙包若干。

- 1、正式游戏之前先和幼儿一起做准备活动约10分钟。
- 2、教师讲解游戏的玩法并示范。

幼儿每人拿一个沙包，用手拉住沙包上面系的绳子，然后用相反位置的脚踢沙包，踢的多的小朋友即获胜。

3、幼儿分组游戏，从中体验游戏的快乐。

带领幼儿做放松活动，教师讲评。

等幼儿熟悉游戏玩法之后，可鼓励幼儿松开沙包上的绳子来踢。

### 游戏玩法

1、比多少：在固定的时间内，在踢法相同的情况下，踢得多的为胜。

2、比时间：在踢法相同的情况下，连续不间断踢得时间最长者为胜。

3、比技巧：可以选择多种多样的花样踢法，技巧多者为胜。

在整个探究沙包的玩法活动中，教师、幼儿、家长都积极地参与，教师和幼儿不断地想象、学习，我们有以下体会：

1、游戏活动的开展离不开家长的紧密配合，充分利用家长资源，请家长帮忙缝沙包，请家长积极参与。

2、活动形式：采用了以“幼儿自主玩”的方法，为幼儿提供了充分活动的机会，满足了幼儿身体运动和心情愉快的需要。结合大班幼儿的年龄特点和心理特点，采用比赛的方法来完成教学目标。充分发挥了幼儿的想象力和创造力，在比赛时，培养了幼儿同组间的合作意识，培养了幼儿的团队精神以及竞争的快乐。

3、同时，在活动时，强调幼儿不要碰着，打到其他小朋友，让幼儿加强了安全意识。

4、活动结束后，完成了教学目标，尝试了沙包的各种玩法，学会了抛、投、扔、踢、打、躲闪的动作，达到锻炼身体的

目的，通过反复比赛，投中率越来越高，并锻炼了幼儿的奔跑能力。

## 丢沙包大班教案篇五

- 1、在游戏的情境中，练习投掷，发展学生综合运动的能力。
- 2、激发学生勇敢、大胆、勇于接受挑战的情感。

沙包若干

教学时间：一课时

1、师：敌人非常的凶猛、狡猾，我们有什么办法可以又打到敌人，又不让自己受伤。

（要求：与敌人保持一定的距离，使用投掷球）

2、第一次打敌人——练习投掷3-5次

提出要求：打敌人时要保护好自己，站在安全线后面。教师指导学生动作——肩上挥臂投掷

教师要求学生保持一定的.距离进行投掷。

3、打移动的敌人——练习投准

要求：一定距离的投掷。

## 丢沙包大班教案篇六

- 1、练习单手肩上用力的投掷，发展全身协调力。
- 2、锻炼平衡能力及快速反应能力。

3、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

4、培养幼儿对体育运动的. 兴趣爱好。

投掷用的沙包，场地一端画一起点线，距起点线5、6、7米处各画三条线，在起点线前2米处系一高1.5米左右的绳子。

（一）幼儿集体练习投掷，要求幼儿按操作要领做，用上蹬腿、转身挥臂的综合能力，将沙包从前面的绳上投过。

（二）幼儿分组比赛，可同时五六个儿童一起投，投到5米线得一分，投到6米得二分，投到7米得三分，没有投到线的不得分，投到后把三次所得的分加在一起为总分。最后比赛谁得分最多谁为优胜者。

（三）顶沙包走。

沙包不掉下来还要走得快应该怎么办？

1. 保持头部不动腿要快走。

2. 练习头顶沙包。

3. 几个人一起比赛，从起点到5米处返回来看谁快。（沙包掉了必须捡起来顶上。）

1、能够较好的完成本课的教学目标，重难点突出，达成与有效度较高。

2、课的设计既能考虑到教学目标，又能考虑到学生的身心特点。游戏内容比较好。

3、感觉本课的组织上还可以进一步的提高。

4、对投掷教学怎么样的组织才能达到合理、有效？



## 丢沙包大班教案篇七

- 1、在游戏的情境中，练习投掷，发展学生综合运动的能力。
- 2、激发学生勇敢、大胆、勇于接受挑战的情感。

沙包若干

教学时间：一课时

1、师：敌人非常的凶猛、狡猾，我们有什么办法可以又打到敌人，又不让自己受伤。

（要求：与敌人保持一定的距离，使用投掷球）

2、第一次打敌人——练习投掷3-5次

提出要求：打敌人时要保护好自己，站在安全线后面。教师指导学生动作——肩上挥臂投掷

教师要求学生保持一定的距离进行投掷。

3、打移动的`敌人——练习投准

要求：一定距离的投掷。

## 丢沙包大班教案篇八

幼儿园大班《扔沙包》游戏教案。扔沙包是一个非常好玩又欢乐的游戏，很多小朋友都玩过，主要通过游戏可以锻炼幼儿的躲闪跑能力，从而培养了孩子的注意力和观察能力。

1、发展幼儿的躲闪跑能力。

- 2、培养幼儿的注意力和观察力。
- 3、激发幼儿对民间游戏产生一定的兴趣。
- 4、体验合作创编游戏的乐趣。
- 5、能积极参加游戏活动，并学会自我保护。

沙包若干。场地布置。

1、复习民间游戏“丢手绢”，在玩“丢手绢”的游戏中引出活动材料。

2、引出沙包，介绍游戏。

游戏重点，幼儿俩俩合作，各站一头，其中一人向对方扔沙包，被扔者应尽量避免被扔到沙包，没砸到者就拿起沙包反扔过去，若被沙包砸中者，就为输者，游戏重新开始。

集中，讲解游戏中的不足点，游戏再进行一遍。

难度加深，三人一组，两头个站一人，中间站一被扔者，沙包在谁的手里，中间人脸就看谁，若中间人被沙包扔中，两人交换，游戏重新开始。

集中讲解，再次练习。

3、游戏：“踢沙包”

沙包宝宝和我们做游戏感觉都累了，让我们一起把沙包宝宝送回家吧，用脚踢沙包回家。

## 丢沙包大班教案篇九

“踢沙包”是孩子们非常喜爱的游戏之一，在这个游戏的基础

上，为更好的发展幼儿弹跳能力，培养幼儿的发散思维能力，而且在游戏过程中还能培养孩子们的竞争意识，所以我设计了《玩沙包》的游戏用于孩子们的户外活动。

- 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。

大沙包人手一个、大垫子4块、课前画好货物的家。

开始部分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。

基本部分：

一、

- 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。

二、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。

三、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。

四、讲评比赛情况。幼儿为胜利欢呼(把沙包扔向空中接住)。

结束部分：

1、幼儿站在大垫子旁边做“机器人”的游戏放松。

2、幼儿帮教师收拾场地，回教室。

本着丰富幼儿课余生活，提高幼儿身体素质，使其得到全面、科学、协调发展精神，我园把民间游戏作为园本教研进行研究和实践。通过对一个个游戏的研究实践，通过一次次的分析研讨，取得了一定的成效。

民间游戏有时单纯的玩会很枯燥，孩子们不太感兴趣。但是针对孩子们的喜欢听故事的特点，把游戏设计到故事情境中，孩子们会玩得很高兴。通过一次一次的带领孩子们玩民间游戏，我发现开始部分的身体准备活动如果只是单纯的拍拍肩、拍拍膝盖、活动手腕脚腕，孩子们也不会感兴趣。此次活动，我把准备活动设计成带松鼠去大自然玩耍，路上跟小

花、小燕子打招呼，高人走矮人走这些有趣的情景，孩子们在不知不觉中活动了身体的各个环节。整个活动，老师都是在引导孩子们自己想办法去玩，引导他们想出不同的玩法，引导他们去合作游戏。在综合游戏中设计了小松鼠帮妈妈运松果的环节，不仅增加了游戏的趣味性，还对孩子们进行了德育教育。在最后的放松环节，我通过带领孩子们整理场地，和蓝天白云再见，跳小河，高人走矮人走等情景，引导孩子们去做放松活动，同时还和游戏前的准备活动相呼应。总之，孩子们在故事情境中自由的游戏，孩子们在快乐的游戏得到了发展。

## 丢沙包大班教案篇十

1. 探索将沙包夹在两脚间向前掷包的动作，锻炼幼儿的协调运动能力。
2. 主动尝试练习，发现问题，并积极表述自己的解决方法。
3. 积极参与竞赛游戏，与同伴一道体验胜利的快乐。
4. 了解吃饭对身体健康的影响，能按时吃饭，不挑食。
5. 了解生病给身体带来的不适，学会预防生病的方法。

### 1. 准备活动。

(1) 听音乐随老师做模仿动作：上肢动作、下蹲动作、踢腿动作、体侧动作、腹背动作、跳跃动作。

(2) 听音乐玩沙包游戏，分小组进行。

### 2. 尝试学习夹沙包。

(1) 幼儿第一次尝试。

(2) 幼儿第二次尝试。

(3) 幼儿再次练习，可两两合作，比比看谁掷的更远。

(4) 小组接力竞赛游戏：运果子。

### 3. 听音乐做放松运动

让每个孩子都能积极主动的玩起来，幼儿对体育活动的兴趣是不用怀疑的。活动中幼儿能够很愉快的进行游戏，能够听从教师的口令完成动作。吸引幼儿兴趣，符合幼儿园指导纲要精神。活动中充分调动了幼儿的积极性，发挥了幼儿做为活动主体的作用。

活动对于大班幼儿相对比较简单，幼儿活动量不大，教态过于严肃，应该用些儿话，这样就会更吸引幼儿的注意力，满足幼儿娱乐兴趣。

当一名幼儿园教师很容易，但要当一名优秀的教师却是难上加难。不管上的是什么内容，每一个环节都要设计巧妙，才能吸引幼儿的眼球，把注意力集中。

## 丢沙包大班教案篇十一

1、在游戏的情境中，练习投掷，发展学生综合运动的. 能力。

2、激发学生勇敢、大胆、勇于接受挑战的情感。

沙包若干

教学时间：一课时

1、师：敌人非常的凶猛、狡猾，我们有什么办法可以又打到敌人，又不让自己受伤。

（要求：与敌人保持一定的距离，使用投掷球）

## 2、第一次打敌人——练习投掷3-5次

提出要求：打敌人时要保护好自己，站在安全线后面。教师指导学生动作——肩上挥臂投掷

教师要求学生保持一定的距离进行投掷。

## 3、打移动的敌人——练习投准

要求：一定距离的投掷。