

中班健康教案跑跑追追反思

(经典版)

编制人： _____
审核人： _____
审批人： _____
编制单位： _____
编制时间： ____年____月____日

序言

下载提示：该文档是本店铺精心编制而成的，希望大家下载后，能够帮助大家解决实际问题。文档下载后可定制修改，请根据实际需要进行调整和使用，谢谢！

并且，本店铺为大家提供各种类型的经典范文，如小班教案、中班教案、大班教案、托班教案、幼儿评语、小学随笔、小学作文、课堂实记、计划总结、其他范文等等，想了解不同范文格式和写法，敬请关注！

Download tips: This document is carefully compiled by this editor. I hope that after you download it, it can help you solve practical problems. The document can be customized and modified after downloading, please adjust and use it according to actual needs, thank you!

In addition, this store provides you with various types of classic model essays, such as small class lesson plans, middle class lesson plans, large class lesson plans, kindergarten lesson plans, children's comments, primary school essays, primary school compositions, classroom notes, plan summaries, other model essays, etc. if you want to understand different model essay formats and writing methods, please pay attention!

中班健康教案跑跑追追反思

《中班健康教案跑跑追追反思》可能是您在寻找幼儿园中班健康教案过程中需要的内容，欢迎参考阅读！

1、中班健康教案跑跑追追反思

设计意图：

对于中班幼儿来说，已经有了一定的活动能力，为此给他们创造一定的空间与时间，给他们自主锻炼的机会。活动中，他们玩得很开心，既锻炼了身体又愉悦了身心。

活动目标：

1. 练习四散跑，锻炼敏捷、躲闪的能力。
2. 发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
3. 初步培养幼儿体育活动的兴趣。
4. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
5. 培养幼儿健康活泼的性格。

活动准备：

在一块平坦的场地上画出一个大圆，供幼儿游戏。

活动过程：

1. 准备活动：动一动

我是小兔，跳一跳；我是小鸟，飞一飞；我是汽车，快快跑；……

2. 介绍游戏规则：

幼儿四散站在场地上，游戏开始大家四散跑开，边跑边说“跑跑

追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。”说完，教师任意叫一名幼儿“某某，你来追。”（快思老师.教案网出处）被叫的幼儿马上去追拍在场的幼儿，拍到2——3个幼儿后，游戏可重新开始。逐一被拍到的幼儿要站到场外，暂时停止游戏。

3. 幼儿游戏：边说儿歌边游戏

跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。

4. 放松运动：身体骨碌碌

上上下下，左左右右，骨碌骨碌一，骨碌骨碌二，骨碌骨碌三，骨碌骨碌四，我和你做游戏。

活动反思：

孩子们活动中玩的很开心，他们很喜欢这样的游戏，希望这样的自主游戏多一些。

2、中班健康跑跑追追教案反思

设计意图：

对于中班幼儿来说，已经有了一定的活动能力，为此给他们创造一定的空间与时间，给他们自主锻炼的机会。活动中，他们玩得很开心，既锻炼了身体又愉悦了身心。

活动目标：

1. 练习四散跑，锻炼敏捷、躲闪的能力。
2. 发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
3. 初步培养幼儿体育活动的兴趣。
4. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

5. 培养幼儿健康活泼的性格。

活动准备：

在一块平坦的场地上画出一个大圆，供幼儿游戏。

活动过程：

1. 准备活动：动一动

我是小兔，跳一跳；我是小鸟，飞一飞；我是汽车，快快跑；……

2. 介绍游戏规则：

幼儿四散站在场地上，游戏开始大家四散跑开，边跑边说“跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。”说完，教师任意叫一名幼儿“某某，你来追。”被叫的幼儿马上去追拍在场的幼儿，拍到2——3个幼儿后，游戏可重新开始。逐一被拍到的幼儿要站到场外，暂时停止游戏。

3. 幼儿游戏：边说儿歌边游戏

跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。

4. 放松运动：身体骨碌碌

上上下下，左左右右，骨碌骨碌一，骨碌骨碌二，骨碌骨碌三，骨碌骨碌四，我和你做游戏。

活动反思：

孩子们活动中玩的很开心，他们很喜欢这样的游戏，希望这样的自主游戏多一些。

3、中班户外活动跑跑追追教案

活动目标：

练习四散跑，锻炼敏捷、躲闪的能力

训练幼儿的绘画能力。

幼儿能积极的回答问题，增强幼儿的口头表达能力

活动准备：

在一块平坦的场地上画出一个大圆，供幼儿游戏。

活动过程：

1. 准备活动：动一动我是小兔，跳一跳；我是小鸟，飞一飞；我是汽车，快快跑；……2. 介绍游戏规则：

幼儿四散站在场地上，游戏开始大家四散跑开，边跑边说 跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。说完，教师任意叫一名幼儿某某，你来追。被叫的幼儿马上去追拍在场的幼儿，拍到 2--3 个幼儿后，游戏可重新开始。逐一被拍到的幼儿要站到场外，暂时停止游戏。

3. 幼儿游戏：边说儿歌边游戏跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。

4. 放松运动：身体骨碌碌上上下下，左左右右，骨碌骨碌一，骨碌骨碌二，骨碌骨碌三，骨碌骨碌四，我和你做游戏。

4、中班健康老鹰追小鸡教案反思

目的要求

1、利用该活动帮助幼儿练习跑、伸臂等基本动作，发展幼儿身体动作的协调性，灵敏性。

2、引导幼儿积极动脑，提高幼儿克服困难及与同伴合作的意识。

3、在游戏活动中培养幼儿遵守活动规则和活泼开朗的性格，体验合作游戏的愉悦。

4、学会在日常生活中保持乐观的情绪，逐渐养成乐观开朗的性格。

5、了解五官的作用，掌握保护五官的方法，培养幼儿自我保护的能力。

准备：卡纸做成的老鹰头饰、母鸡头饰各一个，以及相对应人数的小鸡头饰、场地布置：塑胶操场、录音机，磁带、活动前检查场地上是否安全，幼儿的衣着、鞋袜是否合适。

活动过程：

(一)扮演角色，活动身体 1、“你们看我是谁”，(老鹰 对，我是老鹰，现在请愿意做母鸡的小朋友带上母鸡头饰，其他的小朋友带好小鸡的头饰)。

2、教师引导：老鹰要来抓母鸡的宝宝，鸡妈妈就要努力地保护自己的宝宝。 二)教师演示，讲解规则 1、教师扮演母鸡，让幼儿按顺序排列在教师身后，抓住前者的衣角 2、一个幼儿扮演老鹰，教师展开双臂做保护状，引导老鹰扮演者初步掌握捉小鸡的方式 3、母鸡无法保护小鸡的时候，可以带领身后的小鸡集体蹲下，这时老鹰就不能再捉小鸡。

4、被捉住的小鸡不能在参加游戏，站在一边观看，直至所有小鸡被捉住游戏结束。

(三)提供材料，自由练习。

1、 教师引导：“做老鹰的小朋友要想一想怎样才能又快又安全的抓到小鸡，而小鸡宝宝们要想一想怎样才能不被老鹰抓住，比一比到底是老鹰的本领大还是小鸡的本领大。”

2、 划定活动场地，让幼儿自由练习，教师观察各种不同发展水平幼儿的活动状况(四)难点练习，重点指导。

若游戏中出现困难，譬如，老鹰捉不到小鸡，又或者小鸡容易被捉住，这类现象出现次数过多时，就要对其进行适当指导：老鹰要跑的快点，注意观察母鸡展开双臂的动作是不是做的不对，不对的时候就要赶快偷袭；小鸡要紧紧的跟在母鸡后面，要抓紧前面人的衣服……”。

(五)角色转换，多次感受。

游戏结束后，将老鹰，母鸡，小鸡的角色转换，体验不同角色带来的乐趣(六)结束活动，放松身体。

1、“今天，我们的小朋友都做得很棒，我真为你们高兴。”教师简单总结，表扬孩子的表现。

2、听—，你听到了什么（舒缓动作)坐下互相捶捶腿，放松自己。听音乐做放松动作回教室。

5、 中班健康活动追老鼠教案反思

活动目标：

- 1、愿意根据画面推测故事内容。
- 2、学习故事中的量词。
- 3、尝试通过想象编构新的故事结尾。

4、乐意参与表演，大胆学说角色对话。

5、引导幼儿细致观察画面，激发幼儿的想象力。

活动过程：

一、教师通过提问，激发幼儿了解故事内容的兴趣。师：你见过小猫追老鼠吗？

二、引导幼儿观察画面，推测故事内容。

出示教学大书，引导幼儿逐页观察画面，猜测，讲述故事内容。

请部分幼儿看图讲述自己构思的故事内容。

三、教师讲述故事内容，引导幼儿理解故事内容

师：小老鼠扔下了哪些东西？小猫是怎样做的？引导幼儿使用故事中的量词“顶”“条”“副”“双”回答问题。

师：小猫为什么急的哇哇叫？小猫为什么捉不到老鼠？

四、引导幼儿进行创造性讲述。

师：如果小猫不穿高跟鞋，结果会怎么样？鼓励幼儿通过想象构思出新的故事结尾。

请幼儿将自己编的新故事讲给好朋友听。

活动延伸：引导幼儿进行故事表演。

活动反思：

故事情节简单、有趣，适合中班幼儿的年龄特点，活动中大部分幼儿能积极参与，课件的使用使得活动效果更加完美，量词的学习是一个难点，幼儿在存在一点困难，还需在生活中进一步的熟练。

6、中班健康活动踏浪、追浪教案反思

活动目标：

- 1、 练习边抖动绳子边走(跑)。
- 2、 练习用脚前后左右踏住晃动的绳子。
- 3、 锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 4、 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
- 5、 锻炼平衡能力及快速反应能力。

活动准备：

绳子

活动过程：

一、 海边的波浪

- 1、 幼儿分散在场地上，手拿一根短绳，把绳子拖在地上随意抖动，让绳子像海边的波浪一样，越抖越快，波纹越多。
- 2、 幼儿排成一队，一起抖动绳子，好象还浪拍打在沙滩上。

二、 嬉水浪

- 1、 两名幼儿各持一根绳子，相对站立，一名幼儿边抖动绳子边后退，另一名幼儿边抖动绳子边向前走，两人来来回回，前前后后的边走边抖动绳子，好象水浪互追。
- 2、 四组幼儿排成四队，四队分别向前走，向后走，形成交替的形状，看上去就像海浪在涌动。

三、 踏浪、追浪

- 1、 一组幼儿排成一横队，做海浪的水波，用绳子边抖动边后退，另一组幼儿为踏浪，双脚交替踏浪，踩踏到后两个人交换角色。

2、 两人一队，一人抖动绳子变向跑，一人追。

活动反思：

幼儿对活动极具满足感，因为在每次游戏时不仅仅是规则的约束还有自主权的发挥：想跳就跳、想钻就钻、爬也可以跨跳也行，对不断提高的难度，孩子们通过一次次行动进行自我调整。

7、小班健康追追乐教案反思

活动目标：

- 1、掌握折身跑的技能，提高身体动作的连贯性和敏捷性。
- 2、增强幼儿跑动中的自我保护意识。
- 3、体验与同伴分角色合作游戏的欢乐氛围。
- 4、愿意与同伴、老师互动，喜欢表达自己的想法。
- 5、让幼儿能在集体面前大胆表演、表现自己。

活动准备：

《猫和老鼠》光碟、一个哨子、猫、鼠头饰若

活动设计：

一、准备活动

- 1、幼儿看光碟《猫和老鼠》，请他们说一说猫和老鼠的故事。
- 2、教师讲述《十二生肖》的故事，使幼儿知道猫一见老鼠就追的原因。
- 3、幼儿做跑、跳、躲闪等方面的运动为游戏做准备。

二、学习折身跑

1、教师示范折身跑的过程。

2、鼓励幼儿做折身跑的练习，个别指导，注意提醒幼儿不要相互碰撞，注意安全。

3、讨论：在快速跑的过程中如何迅速折身往回跑？个别幼儿做示范。

三、做游戏，熟练掌握折身跑的方法

1、教师介绍游戏玩法及规则。

2、分角色游戏

(1)将参加游戏的幼儿分成两组，一组扮演猫戴好头饰站在终点，一组幼儿扮演老鼠戴好头饰站在起点。

(2)教师吹哨子，当第一次哨子声响起，扮演老鼠的幼儿立刻跑向终点，当第二次哨子声响起，扮演老鼠的幼儿立刻跑回起点，同时扮演猫的幼儿去追老鼠。先跑回起点没有被捉到的幼儿为胜。

3、交换角色进行游戏。

活动延伸：

两组幼儿进行折身跑运球 PK 赛，也可以让幼儿回家后和爸爸妈妈一起做折身跑的游戏。

活动反思：

本次活动通过创设情境，调动幼儿积极主动参与的兴趣。教师带领幼儿学老鼠的样子进行活动前的热身运动。我创设“帮妈妈救鼠宝宝”的游戏，在游戏中让幼儿在巩固、运用折身跑技能的基础上，体验与同伴一起游戏的乐趣，情绪情感得到释放与表达，幼儿在活动中

在与同伴情感交流的过程中，让孩子们完成身体的放松，并给予正面的引导与鼓励。

不足之处：教师向幼儿讲解折身跑的动作技能时，个别幼儿对于折身跑的要领掌握不够，造成在游戏的过程中，有的幼儿没有按照老师讲的要领进行折身跑。

8、中班健康走走跑跑教案反思

设计意图：

对于中班幼儿来说，已经有了一定的活动能力，为此给他们创造一定的空间与时间，给他们自主锻炼的机会。活动中，他们玩得很开心，既锻炼了身体又愉悦了身心。

活动目标：

1. 练习四散跑，锻炼敏捷、躲闪的能力。
2. 发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
3. 初步培养幼儿体育活动的兴趣。
4. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
5. 培养幼儿健康活泼的性格。

活动准备：

在一块平坦的场地上画出一个大圆，供幼儿游戏。

活动过程：

1. 准备活动：动一动

我是小兔，跳一跳；我是小鸟，飞一飞；我是汽车，快快跑；……

2. 介绍游戏规则：

幼儿四散站在场地上，游戏开始大家四散跑开，边跑边说“跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。”说完，教师任意叫一名幼儿“某某，你来追。”（屈.老师.教案网出处）被叫的幼儿马上去追拍在场的幼儿，拍到2——3个幼儿后，游戏可重新开始。逐一被拍到的幼儿要站到场外，暂时停止游戏。

3. 幼儿游戏：边说儿歌边游戏

跑跑追追，跑跑追追，叫到谁，谁来追。

4. 放松运动：身体骨碌碌

上上下下，左左右右，骨碌骨碌一，骨碌骨碌二，骨碌骨碌三，骨碌骨碌四，我和你做游戏。

活动反思：

孩子们活动中玩的很开心，他们很喜欢这样的游戏，希望这样的自主游戏多一些。

9、中班游戏追泡泡教案反思

设计思路

1. 幼儿已能熟练掌握各项基本动作，身体的协调性也发展得较好。因此怎样在活动中增加游戏的角色，情节，增加动作的难度，以提高幼儿身体的灵活性和反应的敏捷性，是本次活动主要设计思路。

2. 幼儿对玩追逐游戏最感兴趣，且会“乐追不疲”，教师必须注意适当地掌握练习的时间和活动量，照顾好体质较差的幼儿。

3. 在激烈的追逐游戏后，不要让幼儿马上停下来站队，而是适当辅助一些放松动作，使幼儿身体逐渐恢复到平静状态。注意幼儿运动

活动目标

1. 练习追逐跑和躲闪，提高幼儿对信号迅速作出反应的能力。
2. 在追逐躲闪游戏中，让幼儿体会身体运动带来的乐趣。

活动重难点

控制好自己的身体，既能较快速度地击中他人，又能灵活地躲避他人的攻击。

活动准备

1. 塑料袋若干，请幼儿用各种颜色纸剪成自己喜爱的图案装饰口袋。
2. 把旧的挂历纸卷紧成纸棒。
3. 夹子若干、小鼓一面。

活动过程

扮演角色活动身体—提供材料自由探索—难点练习重点指导—
游戏结束放松身体

1. 扮演角色，活动身体

(1) 教师启发：“我们来做一个小熊玩泡泡的游戏，小朋友都来做小熊，每只小熊拿一个塑料袋，往里面吹气，吹成一个大泡泡，把口袋打个结系紧就成功了。然后把泡泡往天上抛，看谁抛得高。”

(2) 全体幼儿吹气、系袋，选择自己喜欢的方式往上抛塑料袋，教师旁观察指导。 屈;老师.教，案网出处

2. 提供材料、自由探索

(1) 教师启发：“我们小熊除了把泡泡往上抛以外，还可以怎么来玩泡泡？要和别的小熊玩得不一样。”

(2) 全体幼儿探索各种玩泡泡的方法。（头顶、胸夹，手拍、脚踢等）教师观察，重点辅导什么玩法也不会的幼儿。

3. 难点练习，重点指导

(1) 全体幼儿把泡泡系在脚踝上，相隔一定距离站好，听老师的鼓声节奏单脚跳或双脚跳。鼓声停，幼儿迅速互相追逐，设法去踩他人脚上拖着的泡泡，以不被人踩中为胜。

(2) 全体幼儿把泡泡用夹子夹在身体背后，手持纸棍，相隔一定距离站好，听老师的鼓声节奏慢跑或快跑。鼓声停，幼儿迅速用手中的纸棍敲击对方身后的泡泡，以击中他人者为胜。

说明：若对方双手抱头，则表示在休息，另一方就不能追逐。

4. 游戏结束，放松身体

(1) 全体幼儿做“泡泡”，教师手持两根长纸棍来敲，纸棍敲到谁，谁就到旁边休息一次。

(2) 全体幼儿听“熊跳舞”音乐，做放松动作回教室。

活动反思

根据中班幼儿贪玩、好动的年龄特点，以游戏引发幼儿尝试活动，让幼儿在游戏中学习，在生活中学习。整个活动自然化、生活化，提升了幼儿大胆尝试，积极探索的能力，并让幼儿从中体验与大家一起玩的乐趣。

10、中班体育活动踏浪追浪教案反思

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/597140153003010004>