

幼儿园体育活动内容方案

游戏目标：

- 1、培养幼儿参加体育活动的兴趣。
- 2、发展幼儿动作的协调性，提高其控制能力。
- 3、指导幼儿练习双脚向上跳的动作。
- 4、能根据指令做相应的动作。
- 5、培养幼儿边玩边记录的学习技能，并能够用自己简短、流利的语言表达自己记录的意思。

游戏准备：

大皮球一个 游戏指导

教学过程：

- 1、带领幼儿走圆圈，学小鸡走、小鸭走、小兔跳。
- 2、出示大皮球，教师拍一拍，皮球跳一跳，增强幼儿经验。
- 3、教师讲解游戏玩法：

幼儿围成一个大圆圈，面向圈内，边说儿歌边表演动作："我是一个大皮球，会跑步，会跳高。拍得轻，跳得低；拍得重，跳得高；连着拍，跳跳跳。"教师说："大风一吹四处跑。"幼儿四散跑开，游戏重新进行。

- 4、组织幼儿进行游戏，重点指导幼儿双脚同时向上纵跳。
- 5、讲评：表扬游戏中表现好的幼儿。做小朋友的模范榜样。
- 6、结束：开着小火车分组小便喝水。

教学反思：

以往的教学就是老师先示范，幼儿跟着学。现在我让幼儿自己先尝试着玩，老师再总结，然后大家跟着学，最后又让孩子们自己用不同的办法玩球。这样就可以激发孩子的创新意识。

幼儿园体育活动内容方案（二）

一、设计意图：（适合大班）

为了丰富幼儿的户外体育活动，新学期，我在运动器材中投放了几种新玩具：飞环，保龄球，竹蜻蜓，孩子们对新玩具非常好奇，不久，飞环，保龄球，就成了孩子们的新宠，可是竹蜻蜓却依旧躺在盒子里，默默无闻，孩子们不知怎样玩，我纳闷，怎么没人想到让它转起来？于是我拿起竹蜻蜓两手夹住竿子一搓，竹蜻蜓转起来了，顿时引来了孩子们惊喜的欢呼声，纷纷围着想试一试，只听顾星凯小朋友说：“真好玩，像直升飞机上转的一样，我怎么没有想到。”我随口说：“是呀，你们怎么没想到把它转起来呢，你们想想，这么多玩具中还有什么能转起来。”我的问题一出，许多小朋友纷纷尝试，不久，有的小朋友告诉我：“老师，圈能转。”“老师，飞环能转。”看来可以进行一次有关转的探索活动了。

二、活动目标：

- 1、帮助幼儿获取有关物体转动的经验，并引导幼儿发现转动形成圆的现象。
- 2、培养幼儿的观察力和语言表达能力。
- 3、激发幼儿对转动现象的好奇和探索的愿望。

三、活动准备：

- 1、幼儿有过玩圈、竹蜻蜓的经验。

2、幼儿操作材料：一元硬币，乒乓球，皮球，塑料圈，圆盘，圆形积木，各种方形积木，竹蜻蜓等若干。

3、玩具汽车(自行车)，螺丝(螺帽)，吊扇(扇叶包红色纸)，钟等。

4、实物投影仪。

四、活动过程：

(一)玩一玩

1、请幼儿自由选取几种操作材料玩一玩。

2、请几名幼儿上来展示自己的玩法[小物体用实物投影仪展示]，对幼儿让物体转起来的玩法加以肯定、引导，“____小朋友让____转起来了，这个玩法真好，还有谁也能让你手里的东西转起来？”

(二)试一试

1、鼓励幼儿再玩一次，试一试，让你手中的东西转起来。

2、请幼儿说说，你玩了哪几样东西，你怎样让它转起来的?加以演示。[对因玩法不正确而转不起来的东西，可请转起来的幼儿加以补充演示。]

(三)看一看

1、幼儿再次操作，仔细观察，“物体转起来后你发现了什么?”

2、请说一说你的发现。

3、请幼儿观看吊扇“怎样让电扇转起来?”(打开开关)师开开关，由慢到快，“电扇转起来后你发现了什么?”(圆)

(四)找一找

1、幼儿再次操作，寻找观察物体转动后形成的圆，“找一找，你手里的东西转起来后有没有出现圆?”

2、幼儿互相交流。[对转动后出现圆较明显的物体用实物投影仪展示]

小结：物体转动后形成圆。

(五)说一说

1、你知道还有什么东西会转?转动后给我们的生活带来了什么?

例：电扇的叶子会转，转起来后吹出了风。

[钟的指针会转，转起来后我们知道了时间;螺丝帽会转，转起来后可以把东西固定;双层圆桌……]

[实物示范，观察]

2、小结：今天我们发现了许多会转的东西，其实，在我们身边还有很多会转的东西，这些东西就在我们身边，只要你认真看，仔细想，你还会发现更多有趣的东西，如果你发现了，请告诉我，或告诉你的好朋友。

幼儿园体育活动内容方案（三）

活动目标：

- 1、尝试探索棒的多种玩法，对击剑活动感兴趣。
- 2、能主动学习击剑的基本动作，会灵活的进攻和躲闪。
- 3、勇敢的参与活动，有一定的自控能力。

活动准备：

- 1、幼儿会做棍棒操，知道一些关于击剑方面的知识，击剑动作图示。
- 2、人手一只球、一个用挂历纸卷成的纸棒。
- 3、录音机、磁带。

活动过程：

一、始部分。

1、队列练习，幼儿两路纵队沿中间场地走，行进中练习左右拐弯走。教师用动作提示个别幼儿口令落在左脚上，

2、听音乐做棍棒操。

二、基本部分

1、自由玩棒，探索不同玩法，满足玩的欲望。

师：请你找个空地方和纸棒玩一玩，看谁玩的方法多又好。

2、分享交流。

幼儿自由站成面对面的两排，请有创新玩法的幼儿在两队之间介绍并演示玩法，同时让其他孩子学一学。

3、幼儿合作玩，进一步探索纸棒的不同玩法，教师有意识引导幼儿主动练习击剑动作。

4、引入主题“击剑”，学习击剑的基本动作。

(1)请两个小朋友演示新玩法。

师：他们在干什么？你在哪里见过击剑？你认为应该怎样击剑才好？

(2)老师讲解示范击剑的步伐和执剑的方法：弓步进攻、弓步后退、右手执剑。

(3)幼儿练习。幼儿探索击剑动作，通过看图示、教师引导来练习击剑动作，重点练习步伐

(4)对准固定目标练习。

每个幼儿一个皮球，找空地方练习，人和球要保持一定距离，碰到球就算击中，注意击剑时的步伐，遵守规则。

(5) 幼儿相对在直线两侧进行击剑训练，重点辅导幼儿进攻和躲闪，同时提醒幼儿注意安全，不能击重面部。

5、游戏活动：击剑比赛。

规则：在相同时间内看谁击中对手的次数最多。

三、结束部分。

1、游戏：赶球入门。

2、听音乐做放松动作。

活动延伸：

1、户外活动时对感兴趣的幼儿继续提供材料，引导幼儿正确的玩一玩。

2、继续了解和关注击剑的相关知识，在户外活动中继续练习击剑，遵守规则。

幼儿园体育活动内容方案（四）

【教材简解】

小班幼儿喜欢蹦蹦跳跳，但是动作协调性不够，在平时的观察中我发现有的孩子特喜欢跳，有的调皮的孩子会站在小椅子上向下跳，于是抓住孩子们的兴趣，让孩子们学一学动物的跳，在平时幼儿的练习中，我观察到他们对于动作本身有了一定的认知和体验，可由于幼儿腿部力量较薄弱，动作控制意识不够主动，缺乏动作自我监控，常常出现：两脚不能同时起跳、落地；连续跳几下就会放弃或者动作僵硬不自然。于是我设计了一节身锻活动“我会跳”，让孩子们在模仿动物跳的同时来规范动作。

【目标预设】

- 1、学习双脚并拢连续向前行进跳。
- 2、尝试与同伴合作行进跳，体验合作运动的快乐。

【活动重难点】

1、活动的重点是双脚并拢连续向前行进跳2、活动的难点是能与同伴合作进行行进跳

师幼一起听音乐做热身运动(上肢运动、下蹲运动、转动脚腕、整理运动)二、基本部分1、幼儿模仿小动物跳(播放音乐：我爱蹦蹦跳)师：小朋友们这两个动物认识吗？它们有一个本领都会跳，咱们来学一学它们是怎么跳的，轻轻地走到小动物家玩一玩，学一学它们的本领。

(评析：动物是小朋友们最喜欢的，小兔和青蛙也是小朋友们最常见的动物，在创设的情境中分两组进行，一组幼儿学小兔跳，一组幼儿学青蛙跳，体验自主游戏的快乐。)

- 2、交流反馈：小兔是怎么跳的呢？小青蛙又是怎么跳的？

(评析：帮助能力弱的幼儿加以巩固动物的跳法)

- 3、学习双脚并拢连续向前行进跳

4、师：我是袋鼠妈妈，你们想做我的宝宝吗？袋鼠妈妈是怎么跳的呢？

5、边示范边讲解动作(双脚并拢、小手放在胸前、腿稍微弯曲、轻轻地一蹦一跳向前跳)(评析：幼儿的模仿能力较强，教师在边讲解时边示范，幼儿可以进行模仿练习)

- 6、引导幼儿观察、模仿，小兔跟袋鼠都是双脚并拢跳的。

- 7、幼儿练习双脚并拢向前行进跳

8、提出要求：小袋鼠们真能干，现在请小袋鼠们去帮妈妈把粮食运回来好吗？(每人拿一个雪花片)

9、幼儿进一步练习双脚并拢行进向前跳，（评析：在创设游戏情境中让幼儿轻松、自主地、有目的去练习双脚并拢向前行进跳）

三、游戏“袋鼠一家去旅行”（播放音乐：兔子舞）

1、教师边讲解边与配班教师示范，一个人在前面当小袋鼠，一个人在后面把手搭在前面一个人的肩膀上，然后双脚并拢一起向前行进跳。

2、鼓励幼儿两人合作一起双脚并拢向前行进跳（评析：这个游戏主要体验同伴之间合作的意识，同时也能增进同伴之间的相互协调能力，通过“兔子舞”音乐更能激发幼儿有节奏地跳和合作的意识。）

3、游戏可以反复练习，同伴之间增加人数合作游戏。

（评析：在这个环节中可以挑战难度，让幼儿之间自由搭配去组建自己的家庭成员，使自己的家庭队伍增加，变成一条长龙，一个接一个去旅行。）

四、放松运动（播放音乐：雪之梦）

1、师幼听音乐做放松运动

2、师幼共同收拾器械送回家（评析：活动结束后，培养幼儿与老师一起收拾活动器械并送回家。）

幼儿园体育活动内容方案（五）

活动目标：

- 1、学习弯腰半蹲走；
- 2、锻炼运动的持久性；
- 3、培养初步的规则意识。

活动准备：打扮成小老鼠，纤维袋_____个，不同高低的隧道两条，磁带。

活动重难点：

1、活动重点：学习弯腰半蹲走

2、活动难点：能加快速度通过不同高度的隧道

活动过程：

(一)随入场，做热身运动—

带领边念儿歌边动作入场，共同游戏“机灵鼠小弟”。

(二)练习弯腰半蹲走

1、引导观察隧道，自由发挥过隧道的不同方式师：今天鼠妈妈要带孩子们去外面运粮食，看，这是我们要经过的一条隧道，孩子们想想，你有什么好办法可以经过这条隧道，大家都来试试看。

2、集体演示

①请个别表演刚才过隧道的不同方法。

②根据的表演引出弯腰半蹲走。

师：刚才孩子们都想出了很好的办法，可是我们小老鼠在运粮食时很容易被小猫抓住，我们要想出一个能很快通过隧道的方法。

3、集体鱼贯式尝试练习“弯腰半蹲走”。

4、集体讲述：你在练习中发现了什么问题？怎样蹲才能更快的通过隧道？

5、幼儿交流的意见，讲解动作要领，进行动作示范。

6、集体鱼贯式练习一遍，要求慢速通过高隧道。

7、增加难度，引出另外一条稍底的隧道，尝试练习。

8、再次提出要求，请加快速度通过不同高度的两条隧道。

(三)游戏：运粮食

1、过渡语：小老鼠这么棒，妈妈寻找到了一些粮食，可妈妈老了，有点搬不动，请你们帮妈妈去运粮食，好吗？

2、游戏要求：小老鼠经过这条高一些的隧道，走过独木桥，运一包粮食，再从矮一些的隧道回来。

3、鱼贯式游戏一次。

(四)游戏结束

1、围着粮食庆祝胜利，同时放松身体。

2、带着粮食高兴地出活动室。

幼儿园体育活动内容方案（六）

活动目标：

1、发展幼儿的投掷能力。

2、培养幼儿机智、勇敢、遵守纪律的品质。

活动准备：

1、听过解放军打仗的故事或看过军事表演；2、废旧的小型雪碧瓶装少量水为手榴弹；椅子背面贴有旧报纸制作的"石头"为碉堡；纸盒围起来两边缝上画上颜色为坦克车(五至六辆)；红、蓝颜色的长橡皮筋各一根。

活动过程：

一、扮演角色，活动身体1、教师启发：今天我们一起来玩学习解放军的游戏。老师做指挥员，你们当解放军战士。解放军战士要一切行动听指挥。教师喊口令，幼儿进行队列练习。

2、教师启发：解放军叔叔有哪些本领？根据幼儿的回答，师生一起模仿解放军叔叔本领：打枪--上肢运动；拼刺刀--下蹲运动；开炮--体转运动；骑马--全身运动。教师引导幼儿边做动作，边发出象声词，以激发幼儿的兴趣。

二、探索学习、集体练习1、教师启发：现在我们要练习扔手榴弹的本领，学会以后就可以去炸毁敌人的坦克、大炮、碉堡、军火库等等。教师把幼儿分成红蓝两队，各自站在红线和蓝线上，用力向前投掷手榴弹（雪碧瓶）并力争投过前方的橡皮筋2、教师在观察幼儿探索学习的基础上，请1~____名幼儿进行示范，教师说明动作要领：一只手臂弯曲在肩，两腿分开，把手中的"手榴弹"用力投过"封锁线"。

3、幼儿自由选择红线或蓝线进行练习，教师随机指导，指导中可运用集中，分散和个别指导的形式来纠正幼儿的动作，调动幼儿学习的积极性。

三、变换角度、难度练习1、教师启发："全体紧急集合，马上执行司令部的命令，进行军事演习。红队做'坦克兵'，'蓝队投炸弹'坦克'。现在两队实战开始，看是'坦克'先攻克'阵地'，还是'手榴弹'将'坦克'全炸毁。"幼儿各自进入角色，红队两人一组钻进席筒为"坦克兵"，向蓝队滚动前进，蓝队躲入"战壕"（小椅子后）为"投弹手"，待坦克驶近开始向他们投弹。

2、教师吹哨子，双方进行实战演习。

3、红队、蓝队交换角色再次演习。每次演习结束，幼儿要为胜利一方鼓掌祝贺，并设计自己队进攻的方案。教师亦可参与某一队的活动。

四、结束游戏，放松身体教师吹哨子，全体幼儿集合，大家一讲评，表扬在游戏中表现机智、勇敢克服困难、坚持到底的幼儿。大家听着音乐，跳一个"欢乐舞"。

幼儿园体育活动内容方案（七）

教学目标

1. 初步掌握“蜈蚣爬”游戏中的合作行走方式，发展平衡协调的能力，锻炼腿部力量。
2. 能通过观察模仿、口令、方向饰物等方法感知左右空间方位，学习协调一致地合作行走。

教学准备

1. 经验准备：知道蜈蚣是多足的爬行动物；学习过侧行动作，有听信号向不同方向走跑的运动经验。
2. 物质准备：球____个、塑料筐____个、小鼓1副、花环____个；音乐(比赛背景音乐、“花之舞音乐”、放松音乐等)；蜈蚣范例图片、幼儿模仿蜈蚣队形照片各一；擦汗毛巾。
3. 能积极与同伴合作，体验多人同步行走的快乐。

教学过程

一、准备活动

(一) 队列练习

1. 大圆一高人走一矮人走一举左手走一举右手走一切断分队走一集体左右高人走一原地向左四个方向转走。

2. 热身操：“Left、right，gogogo!”（左右韵律操）

(二) 玩“小螃蟹1、2、3”游戏

1. 面、背对教师听“左、右”信号行走。

2. 面、背对教师听“1、2”信号行走。

(分析：教学开始部分，教师借助幼儿每日早操活动中常用集体队形以及节奏欢快的韵律操，突出前后左右方位的运动，调动幼儿已有经验，为后面合作行走学习自然衔接铺垫。同时，教师针对幼儿空间知觉发展的心理特点，设计“螃蟹左右侧行”游戏，从以自身左右方位的学习过渡到利用周围环境为参照物的左右学习，为基本部分的合作、协调作了专门性的准备。)

二、基本部分

1. 学习“蜈蚣爬”游戏活动玩法。

(1) 教师(出示蜈蚣图片)：这是什么?是什么样子的?是怎样行走的?

(2) 教师(出示一组幼儿联合做蜈蚣爬的半蹲照片)：这样像蜈蚣吗?是怎么连接的?(分析动作，模仿学习：一组幼儿身体靠近，后面幼儿双手扶着前面幼儿腰两侧，腿部半蹲，站成一队。)

(3) 幼儿第一次分小组自由尝试做蜈蚣行走的练习，教师观察、发现幼儿迈步不协调、步速不一致等问题，引导幼儿发现探索。

2. 集中讨论玩“蜈蚣爬”游戏的好方法。

(1) 教师：很多人合在一起走不容易，那我们就先试一试两人一组行走。

(2) 幼儿两人一组，分散练习。

(3) 讨论：你们是怎样玩小蜈蚣走的?(师幼互动，分析要领：前后小朋友商量好，行走时先走身体一侧脚，再走身体另一侧脚，像蜈蚣一样地前行。)

(4)讨论：先出哪只脚呢?(左脚一因为平时做操、做事情很多都从左边开始的。引导策略：为每名幼儿提供一个花环带在左腿上。)

(5)左腿戴上花环后，教师击掌，幼儿尝试快、慢练习行走，玩“蜈蚣爬”游戏。

(分析：幼儿分小组自由尝试探索蜈蚣合作走不成功时，从两人合作开始再次充分地进行尝试学习。由于有了探索经验。幼儿与教师很快总结出动作要领。必须方向一致。由于幼儿左右方位知觉发展相对较弱，为排除左右方位带来的合作行走干扰，教师给予幼儿用花环带在左腿上的帮助，以便后面教学环节中合作人数增加时也能协调一致地行走。幼儿逐渐掌握了“合作行走”的正确方法，他们边走边喊“左右、左右”口令，合作的成功率大大提高，教师以快、慢击掌声伴奏，使幼儿的兴趣更高。同时教师的击掌也起到了控制幼儿行走节奏快慢的作用，一举两得。)

3.变化条件，幼儿继续进行尝试学习。

(1)教师：小蜈蚣长大了，试试____人合作玩“蜈蚣爬”游戏吧。
(先集中讨论：人多了，怎样才能不相互踩脚?明确先行的方位;共同喊口令进行;走时队伍不能断开。)

(2)三人合作自由练习，轮流交换做排头，教师敲鼓点进行快、慢练习。

(3)游戏“蜈蚣运球”(1~____次)：____人一组，比比谁能稳稳地将球运完。

(分析：增加行走人数对于幼儿很有挑战性，有了前面的策略解决尝试，敲鼓点、轮流做排头、小竞赛都是对幼儿学习中的情境进行调

节，增加了幼儿练习的兴趣。同时，提供了幼儿表现自我，认真学练的机会。教师在每次活动中均有重点地对个别幼儿进行指导帮助。)

三、教学结束

1. 放松身心，两人一组跳集体舞“花之舞”，两人面对面方向做一次、各自向左右方向做一次。(2) 调节身体，结束。

(分析：针对本次活动腿部控制较多，特别安排进行“花之舞”中踢踏放松律动，缓解腿部疲劳。游戏结束后幼儿心理、生理也就逐渐地恢复到相对安静的状态。同时，利用面对面跳舞再次让幼儿自然体验左右方向，再次渗透了左右空间方位的学习。)

幼儿园体育活动内容方案（八）

教学目标

1. 发展抱、提、拉、钻和平衡等基本动作，提高动作的协调性。
2. 尝试用不同的方法运蛋，激发责任意识和呵护生命的情感。
3. 懂得与同伴交流、合作，并从中分享成功，体验助人的快乐。

教学准备

1. 材料准备：各种搬运气球的辅助工具，如塑料袋、纸板、小篮、报纸、棍子、小桶、旧衣、小推车等。“运蛋图”四张，吹好气的气球若干，装好水的气球“鸵鸟蛋”若干。

2. 知识经验准备：

(1) 了解鸵鸟妈妈的生活环境及生活习性，知道鸵鸟蛋是世界上的蛋。(2) 结合科学活动，引导幼儿在装水的过程中感知气球充水后的变化及特性。

教学过程

一、玩气球进行热身运动

师：老师带了很多气球，一起找个地方玩一玩吧！看谁玩的方法与众不同又能保护好自己的气球。

师：你是怎么玩的？在玩的时候是怎么保护气球的？（幼儿介绍方法：抛、接、拍、打、托、垫等。）

二、感知徒手运送“鸵鸟蛋”的方法

师：刚才老师接到鸵鸟妈妈的电话，请小朋友去帮助它运送蛋，那我们赶紧去吧！

师：运送时要小心，注意不能打碎鸵鸟妈妈的蛋（装有水的气球）。

师：刚才运送的过程中，你们是怎么保护鸵鸟蛋的？（请个别幼儿上来示范护蛋的动作，如托着蛋走，抱着蛋走。）

师小结：只有保持自己身体平衡，才能将“蛋”完好无损地运达目的地。

三、体验器具运送“鸵鸟蛋”的方法

1. 探索“护蛋”方法。

师：鸵鸟妈妈又来电话了，请我们帮忙把鸵鸟蛋送到“甜甜”食品加工厂去，我们一起来看看鸵鸟妈妈留给我们的路线图：跳过障碍、跨过小河、钻过山洞、翻过山坡。

幼儿第二次运蛋，教师根据孩子情况给予提醒、鼓励和帮助，活动结束后组织幼儿介绍“护蛋”的经验。

2. 探索多种“护蛋”方法。

师：刚才鸵鸟妈妈打来电话，要我们帮忙把蛋运到农村加工厂，这次路途比较远了，想想用什么办法能一次运又多又好的蛋呢？

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/878136114023006055>