

大班体育教案反思(优质10篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

大班体育教案反思篇一

- 1、能够单腿连续向前跳6米左右，尽量控制身体平衡。
- 2、提高腿部力量和身体耐力，不怕累，感受小锡兵顽强的精神。
- 3、巩固幼儿遵守规则的习惯。

- 1、教师事先给幼儿讲述《小锡兵》的故事。
- 2、户外平整的场地；怪兽面具一个，代表小河的蓝色绳子若干（也可用其他物品代替）；轻柔的音乐及播放器。

- 1、以故事引发幼儿学做小锡兵的.愿望。

请幼儿说一说：故事中小锡兵都遇到过哪些困难？你觉得他是一个怎样的人？

小结：小锡兵虽然只有一条腿，而且遇到了很多的困难，被小黑妖吹倒，在纸船上漂流，被吞到黑暗的鱼肚子里，但他一直坚定地站着，是个勇敢顽强的人。今天请大家学做小锡兵。

- 2、热身活动。请幼儿学做双腿锡兵，按队形整齐地走，教师边走边引导幼儿从上至下地活动身体各部分。

3、勇敢地独腿锡兵。

(1) 请幼儿学一学独腿锡兵单脚站立的样子。

(2) 练习单脚跳。老师戴怪兽面具扮小黑妖，说“小黑妖来了”并大口吹气，幼儿在原地跳。老师说“小黑妖走了”，幼儿就停止。

(3) 练习单脚向前跳。幼儿模仿锡兵在纸船上向前漂流，控制自己脚不落地，累了可换另一只脚跳。

(4) 设置故事情境，幼儿扮锡兵，分组练习单脚跳。教师布置场地，如图。将6米的场地分为三个区域，每2米为一区域，分别代表被黑妖吹走，乘纸船在小河里，闭眼跳表示在黑暗的鱼肚子里。

4、放松整理。播放轻柔音乐，教师在前控制速度。

勇敢地锡兵战胜了各种困难，小天使们都来祝贺他。请幼儿扮小天使，双手上下翻飞，随音乐走s形。

一个小男孩过生日时收到了一个大盒子，盒子里面有25个锡兵。其中一个因为制作时锡不够了，所以他只有一条腿，但他一点也不感到自卑。有一个黑妖精把小锡兵从窗口吹了出去，这个一条腿的小锡兵腿脚朝天掉在了地上，但他还是顽强地站了起来。小锡兵被放在纸船上随风飘流，但他仍然站的稳稳的。小锡兵被一条大鱼吞进肚子里，鱼肚子里十分黑暗，可是小锡兵还是那么坚定，不管遇到什么险境，他还是紧紧地握着枪，坚强地站着。

大班体育教案反思篇二

1、在投的游戏中，能平稳地控制自己的身体。

- 2、喜欢参加体育活动，感受运动游戏的愉快。
- 3、在活动中，让幼儿体验成功的喜悦。
- 4、发展幼儿的观察力、想象力。

每人一个自制小火箭(矿泉水瓶后带飘带)场地上画好一条线(火箭发射场)幼儿已有投掷活动的经验。

重点指导：引导幼儿探索正确的投掷方法。

《纲要》中指出，科学教育应密切联系幼儿的实际生活进行，利用身边的事物作为科学探索的对象。因此，我选择了《火箭上天》，作为幼儿科学教育内容。大班幼儿探究欲望增强，且喜欢动手乐于思考敢于猜测，同时对空气的感知已积累了一定的经验，会用自己的方式表达自己的认识和情感，为此我为幼儿提供了充分的探索机会，通过引导幼儿预测、探索、记录、验证等方式，培养了幼儿探索纪录的能力。

大班体育教案反思篇三

- 1通过单手低手投掷的游戏，提高身体动作的协调性。
- 2通过遵守救火游戏的规则，完成游戏提高幼儿安全意识。
- 3让幼儿能在集体面前大胆表演、表现自己。
- 4能根据需要自由地选择绘画材料进行作画，体验快乐的情感。

大二班阳台材料：保龄球、小球情景：大森林里面发生火灾了，请小小救火队的小队员们，在保证自己安全的情况下帮助小动物们进行灭火，拯救大森林。

幼儿站在安全线外，用单手低手投掷的动作，将球(水球)投

向保龄球(火焰)击倒所有保龄球(火焰)完成灭火游戏。

注：请幼儿投掷时，不要超过安全线，否则会被火焰烧伤。

(1) 小班：幼儿在安全线外用球击倒两米外的保龄球(火焰)。

(2) 中班：幼儿在安全线外用球击倒三米外的保龄球(火焰)。

(3) 大班：幼儿在安全线外用球击倒四米外的保龄球(火焰)。

我组织开展了一次综合活动“我是小小消防员”，在活动中幼儿的情绪一直处于积极的状态，消防员是他们心里的骄傲，能帮助别人，让自己也变得像消防员一样的勇敢是小朋友投入游戏的出发点。

首先我通过情景引入，让幼儿拨打了119火警电话，并要求幼儿完整把事发地点说明清楚，能在电话中注意应有的礼貌等；体育活动中让幼儿扮演消防员进行救火，我采用比赛的形式，比一比谁救火速度最快。大班的孩子已具有强烈的竞争意识，比赛活动让孩子们显得更加勇敢，不怕困难！

但在活动中也发现了孩子们一些不足之处，也是自己在设计游戏时出现的漏洞：在匍匐前行时，在练习中幼儿没能很好的做动作，主要原因有两个：一是没有为幼儿准备垫子；二是怕幼儿弄脏了衣服。另外在游戏时，幼儿急于“救火”，有的幼儿没能掌握控制自己的动作，变成爬的动作。这主要是我忽视了让孩子们多进行几次动作的练习，导致幼儿在活动中出现这种情况。

反思此次活动，有成功之处，也看到了自己在设计活动中的不足，以后的活动都应认真准备，为幼儿提供更好的更完善的游戏活动。

大班体育教案反思篇四

锻炼幼儿的腿部力量和协调性。

体验团结协作的乐趣，培养竞争意识。

1、观看赛龙舟的录像

2、节奏轻快的音乐，收录机

3、红旗一面

一、准备活动听音乐，师生一起做模仿动作（体育项目）游泳（活动上肢）射击（弓箭步，左右开弓）乒乓球（半蹲，体转）竞走（全身运动）体操（放松运动）

二、“开龙舟”游戏

1、幼儿自由结伴五人一组，后面的幼儿依次抱住前面幼儿的腰或者拉住衣服，蹲着向前走。（老师只交待“开龙舟”游戏的基本玩法，让幼儿自己在玩中体验怎样使“龙舟”前进的技巧）

2、老师观察：幼儿自由结伴的情况。开龙舟游戏时，幼儿能否步调一致，有节奏地蹲着向前走。

幼：我们“开龙舟”时有一个小朋友掉队了，他没跟上。

本次的活动内容“赛龙舟”选材教好。首先考虑到了幼儿的兴趣特点，有利于调动幼儿的积极性。整个活动是从幼儿的兴趣出发，注重综合性、趣味性，寓教育于生活、游戏之中。同时，“赛龙舟”活动具有民族特点，与亚运会也有相关性。

幼儿园活动目标基本上分三个部分，认知方面，技能方面，

情感方面。幼儿体育活动更注重技能和情感，所以幼儿体育活动目标的设计要充分考虑幼儿在活动中学到的技能和产生的'情感。对于技能方面，还要注意具体技能方面的问题，如“走，跑，跳等”。这方面容易被忽略，因为我们往往只重视整体技能，如“协调性，灵活性等”。此次活动目标的设计就忽略了具体技能方面的问题。

教师的语言很响亮，也很简洁，这也是幼儿体育活动所需要的。但语言不够自然，这方面的能力需要在以后的教学活动中加强锻炼。体育活动虽然注重活动的设计，但语言相当重要，并且有它自身的特点，尤其是幼儿体育活动。

口令和队列是体育课的基本要素，幼儿体育活动同样如此。此次体育活动口令和队列方面存在一定的问题，有些口令不够规范。这方面的问题在以后的体育活动中更要重视，要注意平时的点点滴滴。

大班体育教案反思篇五

1. 练习负重并快速的手脚着地向前爬的动作。
2. 知道大家团结合作才能取得胜利。

旧纸盒做的大型积木若干、缝有粘扣的松紧带4根。

1. 热身活动：老师带幼儿进行手腕、脚踝等肢体准备动作。
2. 引导幼儿练习爬的动作。
3. 游戏：蜗牛搬家。

(1) 布置场地：起点和终点相隔5-6米，将积木放在起点，数量与各队幼儿人数相等，松紧的一根。

(2)讲解游戏：将幼儿分成人数相等的两队，每位幼儿都来当“蜗牛”，“蜗牛”搬家需要幼儿身背积木爬到目的地，放下积木，再跑回来，帮下一只“蜗牛”将积木绑好，再爬向目的地。等最后一只“蜗牛”爬到终点后，大家一起用积木搭建一座漂亮的新房作为“蜗牛”的新家。哪一队先完成，哪一队即获胜。

(3)强调游戏规则：积木掉了，同伴可以协助绑好再爬，不可以用手臂抱。

4. 放松活动：教师带幼儿着重进行腿部和手臂的放松活动。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

大班体育教案反思篇六

1. 增强快速奔跑和追逐的能力。
2. 提高动作的反应速度和敏捷性，激发对体育游戏的兴趣。
3. 增强合作精神，提高竞争意识。

4. 感受运动的快乐，愉悦身心。

学会“荷花”这首儿歌、宽敞无障碍物的场地。

1. 儿歌对完后才能开始跑。

2. 被抓到时，两个幼儿要互换角色。

若干幼儿手拉手围成一个大圆圈，几个幼儿站在圈内扮作荷花，圈上幼儿围着荷花和荷花对歌。（圈上幼儿：荷花荷花几时开？圈内幼儿：一月开。）一月不开几时开？二月开。

……六月荷花朵朵开。

今天语言活动《荷花荷花几月开》中，游戏的部分需要幼儿通过问答的形式说出一年四季的花卉，当我问幼儿：“什么花儿春天开？”时，幼儿说出的‘花卉有迎春花、紫玉兰、杜鹃花等，而这些都是幼儿园里有的或者是在“春天”主题活动中带幼儿出去看到的，幼儿对于夏天、秋天、冬天的花卉却了解的比较少。虽然我已经通过家校路路通让家长告诉幼儿一些相关的知识，了解一些四季的花卉，然而今天的游戏活动中幼儿的回答却没有达到我预期的效果。

由此我想到了，课前渗透也需要讲究方式，最好是通过实物、图片等直观的东西引导幼儿，让幼儿亲身感受则是最好的方式，印象特别深刻。我想，对于今天的这个活动可以利用晨间谈话，一方面先了解幼儿在这方面的知识或是家长对其的丰富，另一方面也可以根据实际情况，教师本身也可以丰富他们在这方面的知识，这样才能使活动达到预期的效果吧！

大班体育教案反思篇七

1、幼儿踩着高跷走各种类型的桥（不同高度和不同宽度的平衡木，不同的间隔物），发展幼儿的平衡性和灵活性。

- 2、让幼儿判断走不同的桥，提高幼儿的自我保护意识和能力。
- 3、培养幼儿敢于尝试及克服困难的良好品质。

利用高跷在桥上练习平衡

用高跷上下桥时注意保持平衡。

高跷，录音机，磁带，水果，搭桥的各种材料场地布置如图：

一、准备活动

- 1、幼儿四散在场地周围上高跷。
- 2、幼儿听着音乐做热身运动：绳子拉紧点，步子跨远点，小脚抬高点。

二、探索活动

1、探索过桥的方法语言导入：这里有许多小桥，我们都去过去各种小桥，过小桥时想想怎么样才能稳稳当当地过小桥。

2、幼儿第一次过桥交流：

（1）你过桥时有没有碰到困难？我们可以怎么样来解决？怎么样才能很稳地过桥？

（2）小结：线要拉紧，脚和高跷要做朋友，上桥时脚抬高一点，下桥时步子不要跨太大。

3、幼儿再次过桥

- （1）幼儿尝试走不同类型的桥（高低，间隔，宽窄等）
- （2）教师观察并鼓励幼儿走不同的桥。

4、幼儿合作搭桥，并尝试走自己搭的桥

语言导入：这里有一条河，河上什么也没有，我们要过河，怎么办呢？我们自己找些好朋友来，搭一座能过的桥。

(1) 启发提问：在河上可以搭什么样的桥呢？

(2) 幼儿利用各种材料自己搭桥

(3) 尝试走自己搭的桥（允许幼儿调整）

5、游戏：过桥摘水果每个幼儿选择一座能过的桥，过桥后摘一个水果。然后从边上返回，把水果放在篮子里，再过桥去摘水果。三种水果都能摘到，并鼓励幼儿过三次不同的桥。

三、放松活动我们一起来跳跳“摘果子舞”。结束。

设计意图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。也就是说体育不仅是对身体的教育（生理目标），同时体育又是通过身体进行教育的一种活动（包括心理的发展、心理的健康教育等）本次活动《过桥摘水果》所选择的器材是高跷。走高跷是孩子比较喜欢的一项体育活动，在走高跷的活动中可以发展平衡能力，提高动作协调性。在本次活动中，我适当地设置了一些情景，增加一定的难度，帮助幼儿勇敢的迎接挑战，在不断的克服困难中体验成功的喜悦。所以本次活动的目标定为3条。

为了完成以上目标，我设计了三个流程：

第一个流程：热身活动活动开始，教师引导幼儿听音乐，自由地在平地上练习走高跷，这个环节既是整个活动的准备，又是对幼儿已有经验的反馈，（活动前幼儿已会在平地上走高跷），同时，又渗透了下个环节中的动作技能。如教师让

孩子绳子拉紧点，步子跨远点，小脚抬高点，这样使他们对上、下桥过程中的技能打下了基础。

第二个流程：探索活动这是整个活动的中心环节，通过让幼儿过平坦的桥——过变化的桥——走自己搭的桥三个步骤完成。

1、过比较平坦的桥：

让孩子在比较平坦的桥上自由探索，如何才能稳稳当当地上、下桥，通过集中讲评示范解决脚和高跷做朋友，绳“拉紧点”这个技巧，这也是一个教学重点，并让幼儿继续练习掌握这个技能。

2、过变化的桥：

当幼儿掌握了稳稳当当地上、下桥的方法后，我就根据幼儿活动水平提供了可选择的、难度不同的桥（宽窄、高低、间隔），让幼儿根据自己的身体情况和运动能力判断哪座桥适应自己，然后再进行选择。给予不同的孩子不同的指导和帮助，满足幼儿不同的需要，使每个幼儿都获得成功的体验，鼓励幼儿努力争取一次比一次练得更好发挥幼儿的潜力。

3、过自己搭的桥：

为了进一步激发幼儿活动的兴趣，在这里，我让孩子自己搭桥。在搭的过程中启发幼儿积极思考，发展幼儿的创造能力，让幼儿的动作和思维共同参与。由于这些桥是给孩子们自己搭的，同时又增加了新的材料，再一次吸引和激发幼儿活动的欲望，增加了挑战性，孩子们在挑战中认识自我，增强了信心。

4、游戏“过桥摘水果”：游戏设置时，针对幼儿的个体差异，让幼儿选择不同难度的桥，使每一个幼儿都体验到成功的快

乐，将活动推向高潮。

第三个流程：放松运动整个活动后，运动量和运动密度都到位了，让幼儿看着自己的劳动成果，跳跳摘果子舞，有利于消除幼儿身体的疲劳，更有利于幼儿的健康，在成功的喜悦中结束整个活动。

大班体育教案反思篇八

- 1、发展幼儿的运动知觉，练习屈体（前俯、后仰）、转体（左转、右转）动作，掌握粗浅的平衡知识技能。
- 2、使幼儿能喜欢和同伴游戏，培养幼儿坚强的品质和勇于克服困难的精神。
- 3、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。
- 4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

红布两条、音乐一组

导入：我们今天来当一名小小的士兵，登上钓鱼岛，保卫我们中国的领土，登岛之前我们要加强锻炼，增强自己的航海技术。你们看，我这里有红布，这条布可神奇了，它能变成好多好多东西，来帮助我们训练，现在我们请它帮我们变成一条长龙。怎么变呢？请士兵们排成两队，两手抓住红布两边，举得高高的。哇！长龙变出来了，让我们一起出发吧！

前面有个小山洞，让我们蹲着走，又要经过一条小河啦，把我们的脚垫起来走。；现在又要经过一座大山啦，让我们跨步前进吧！看，我们来到一片大海边，让我们休息一会吧！

一、涌动的“海浪”

1、幼儿手持红布组成一条红龙，绕场行进。

2、幼儿站立于红布两侧，手握红布，根据教师语言动作指示，完成下列不同频率，不同幅度的上肢练习。

（男兵用两手抓住红布靠左边站，女兵两手抓住红布右边靠右边站，记得轻轻地拉住红布。）

微风——快速高频率抖动手腕：肘关节，令红布形成微风吹过水面的感觉。（听，一阵微风吹过了海面，轻轻抖动我们的手腕。）

大风——大幅度上举，下摆红布，并依据口令节奏顺序，准确定位手臂位置

努力的用肩关节带动肘关节，手腕上下运动。

（风，越来越大，我们高高举起红布，把红布举到最高。好，放下，记住不要弯腰。）

狂风——上下大幅度，高频率的快速摆动红布，提示幼儿运用腰腹部力量，

配合肩关节，肘关节，手腕运动。

（风越来越猛了，变成狂风啦！把红布高高举过头顶，然后俯下，腰要用力……风停啦！）

二、坐“船”去

（一）师讲解示范引导幼儿练习屈体和转体动作

幼儿盘腿坐在红布中间，用手臂拉起布两侧，形成一条船，并随着海浪的起伏，用自己的身体表现海浪的变化。

（这条红布又要开始变魔术啦！这次啊，它要变成一艘大船，带我们到钓鱼岛上去守卫我们的国土，怎么变呢？现在让我们把红布整齐的放在地上，请小士兵坐在布中间，两腿盘在一起，用双手拉住布的两端，坐稳了吗，好我们航行去吧！）

微风拂面——幼儿轻轻摇摆身体。

（我们航行在海面，微风吹来，我们的身体轻轻摇摆。）

海浪涌动——幼儿随海浪涌动方向，用身体完成前俯、后仰、左转、右倾等屈体和转体动作。

（风越来越大，海浪涌来，我们的身体向前倾，让我们的下巴贴到前面一个士兵的。我们的身体向后仰，后脑勺靠到红布上，用我们的右脸去亲亲右边的地板，再用你们的左脸去亲亲左边的地板。刚才海浪真大，让我们从这边看看后面的士兵有没有危险，来，往这边看看。）

（二）再次引导幼儿练习屈体、转体动作

师：大海中央大风吹来了，大浪扑过来，往前、往后、往左、往右（直接指示）

三、浪来了

幼儿准备登岛，顶着风（教师用红布兜住四个幼儿，用力拉住他们）的阻力，努力向前走完成任务。

（哇！终于到了，士兵们准备下船登岛吧！不好啦，大风来啦。风停啦！刚才大风来时，我们差点都被风吹倒了，那下次遇到大风时，我们该怎么办呢？我们可以抱在一起，团结一致，克服困难。现在我们分成四组，看看哪对的小士兵最快到达岛上啊！对了，刚才我发现有队队员知道喊口令前进；还有队队员知道步伐一致前进。对了，只有团结一致才能战

胜困难。等会儿，我们返航时看看哪队的队员会做得更好。准备，返航啦！）

四、风平浪静

幼儿四散盘腿坐在“岛”上，放松后，开船回班上。（我们终于顺利返航啦！开心吗？）

大班体育教案反思篇九

- 1、在愉悦的游戏中练习躲闪、甩等动作技能。
- 2、初步尝试以解决问题的方式完善游戏的玩法与规则。

长长的稻草绳若干条

- 1、出示草绳，请幼儿说说：草绳长长象什么
- 2、引导幼儿学习甩的动作
 - (1)提问：蛇是怎样爬行的
 - (2)请个别幼儿介绍自己的甩法，突显甩的动作及其要领。
 - (3)幼儿再次练习甩草绳。
- 3、介绍游戏的名称及最基本的玩法：

今天，我们就用草绳玩‘捕蛇’的游戏：一个小朋友尾草绳当蛇，其余的小朋友要争取踩住绳子捕到蛇，要是被草绳碰着了就算是被蛇咬了。小朋友在游戏当中看看会遇到哪些问题，待会儿我们一起来解决它。

4、幼儿游戏

- (1) 启发幼儿根据游戏的实际情况，提出游戏中存在的'问题；
- (2) 引导幼儿小组协商、讨论解决问题的办法；
- (3) 引导幼儿通过实践检验方法的可行性；
- (4) 引导幼儿用简单的图示记录改进的方法。

5、组织幼儿交流：你们在游戏中遇到了什么困难

6、幼儿多次反复游戏。

大班体育教案反思篇十

活动目标：

- 1、能合作搭建“山洞”进行游戏，体验合作游戏的快乐。
- 2、学习匍匐爬得动作，掌握匍匐爬的动作要领。
- 3、游戏时能遵守规则互相谦让，轮流游戏。

活动准备：

- 1、经验准备：幼儿玩过“钻山洞”的合作游戏。
- 2、物质准备：垫子、做成树形的辅助物（可乐瓶做成树干、彩纸做成树冠）。
- 3、场地准备：在一块空旷的场地上布置好毛毛虫去旅行的路线：草地（垫子）——山洞（垫子两头放上两个拱形门）——树林（用榻榻米设置成宽窄不同的s形小路，小路两旁放上树形的辅助物），如图。

活动重点：

用边说儿歌边做动作的方法，引导幼儿学习匍匐爬的动作。

活动难点：

幼儿能姿势正确、协调地爬，掌握匍匐爬的动作要领。

活动过程：

1、教师带领幼儿做徒手操，帮助幼儿充分活动身体各部位：如头部、上肢、腰部、脚踝，要求幼儿按口令做，动作准确、有力。

2、通过谈话引发幼儿的活动兴趣。

（1）教师：“有一群快乐的毛毛虫要去旅行！在旅行的路上，要经过一片草地，毛毛虫可以用什么方法过草地呢？”

（2）教师引导幼儿说一说毛毛虫过草地的方法。

3、利用儿歌帮助幼儿掌握匍匐爬的动作要领。

（1）教师边说儿歌，边示范匍匐爬的动作：“今天老师再教你们一种爬的方法。”

儿歌：“小朋友们排好队，握拳、弯臂做准备，身体紧紧贴地垫，肘膝着地向前爬。”

（2）幼儿分成两组，边说儿歌，边根据儿歌的提示练习匍匐爬的动作，幼儿练习2-3次。

（3）请动作规范的幼儿示范动作，教师再次重点讲解动作要领。

（4）幼儿再次分组练习2-3次，教师重点观察并纠正动作不到位的幼儿。

4、通过游戏“毛毛虫去旅行”，巩固匍匐爬的动作。

(1) 教师介绍场地及游戏要求，幼儿开始玩游戏，教师纠正个别幼儿爬的动作。

(2) 幼儿分成两组，一组幼儿两两相对，蹲在第二组垫子的两侧，两只手拉在一起搭成“山洞”。另一组幼儿扮演毛毛虫去旅行，爬行草地、钻过山洞、穿过树林，变成蝴蝶飞回起点。

(3) 两组幼儿交换角色进行游戏。

5、教师引导幼儿听音乐玩游戏“毛毛虫变成蝴蝶”，在草丛里快乐地飞舞着，增加下肢的活动。

6、放松活动：“我是小小机器人”。帮助幼儿调整呼吸，放松身体各部位。

附儿歌：

我会变

我们都是机器人，

我们都是机器人。

我会变，我会变。

我会变成人。

活动评价：

以“毛毛虫去旅行”的游戏导入，幼儿充分地沉浸在游戏中，感受快乐。活动由易到难，从复习手膝爬和手脚爬的动作入手，引出匍匐爬，可以让幼儿直观形象地感知不同方式的爬。

此外，活动中采用儿歌的形式对动作要领进行提炼，进一步帮助幼儿掌握动作。活动中大多数幼儿基本掌握了匍匐爬的动作，但是动作的协调性方面有所差异，所以幼儿爬的速度区别较大，尤其是“毛毛虫”在爬过宽窄不同的弯曲的树林时，体现得比较明显。

建议“毛毛虫去旅行”的路线可根据场地、活动内容等因素进行调整。