

# 中班舞狮活动反思 中班体育教案能干的我教案及教学反思(精选5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 中班舞狮活动反思篇一

活动目标：

1. 学习10米往返跑，发展快速跑的能力。
2. 能手脚协调、平稳地推小车走跑，发展动作的平衡及协调能力。

活动准备：

1. 苹果、梨、橘子等水果卡片若干，高低不等悬挂在绳子上。
2. 小推车4辆，塑料筐4个，大纸箱(仓库)1个。

活动过程：

1. 创设情境，热身准备

以“果实丰收了，去果园摘果子”为游戏情境，师带领幼儿模仿开汽车、上坡、下坡、钻山洞等热身活动。

2. 玩游戏“摘果子”，学习10米往返跑。

(1)师介绍游戏玩法：秋天到了，果园的果子都熟了，我们去

摘果子吧。去摘果子的时候，要快速跑过去，摘到果子后，在快速跑回来。

(2)示范、讲解10米往返跑的动作要领：要看清果子的位置，直线快跑，摘到果子后迅速折身跑回。

(3)幼儿站成四路纵队，依次尝试、练习。(教案出自：屈老师.教案网)教师发出信号后，幼儿迅速跑到果园摘一个果子跑回来，把果子放到小筐里。可请动作正确、速度快的幼儿进行示范。

(4)分组进行比赛，看哪队先摘完果子。

3.玩游戏“运水果”，发展幼儿动作的平衡及协调能力。

(1)幼儿自选小车，取两个放到小车里，推小车走到对面的“仓库”，把果子放进去，再推小车返回，教师重点观察幼儿推小车时手脚是否协调，给予指导。

(2)幼儿分组进行比赛，看哪组运水果运得快。

4.放松活动

教师、幼儿围坐在地垫上，揉揉、捶捶小腿和大腿，躺下来伸伸懒腰，放松身体，数数摘到的果子有多少，分类到小筐里。

## 中班舞狮活动反思篇二

1立定时能平衡自己的重心

2加强幼儿间的情感交流，培养合作观念游戏

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。

报纸，录音机。音带

1在场地上铺若干报纸

4音乐停。小动物们赶快找一张“魔毯”站在上面，否则就被抓走

培养幼儿的细心。耐心和平衡能力游戏材料报纸。节奏较快的音乐游戏过程

1将一张报纸一分为二，幼儿两脚各站在半张报纸上，做溜冰预备姿势

2音乐声起，幼儿开始在规定的范围内向前滑行

3报纸一破就下场，场所没有破的为最佳溜冰手(用力均匀，速度稍慢一点，报纸不容易破)

1应该对幼儿们进行分组游戏。

2在游戏中应该邀请小朋友和老师一起游戏。

### **中班舞狮活动反思篇三**

1. 初步掌握自抛自接球和两人近距离抛球接球的动作要领。

2. 发展动作的准确性和协调性，体验合作游戏的乐趣。

活动准备

1. 皮球每人1个，球筐4个。

2. 小猪头饰每人1个。

3. 韵律操音乐。

## 活动过程

1. 热身活动。

(1) 教师、幼儿持球听音乐做皮球操。结合操节奏动作进行抛接球、滚球、排球等活动。

(2) 幼儿自由玩球，教师提醒幼儿尝试用多种方法玩球。

2. 学习自抛自接球。

(1) 教师示范，并讲解要点：双手抛球往上抛，看准球，双手接住。这种玩球的方法叫抛接球。

(2) 幼儿分散练习抛接球，教师提醒幼儿寻找空的场地，指导幼儿掌握正确、安全的方法。

3. 游戏“你抛我接”。

(1) 教师：我刚才发现有两个小朋友探索出了新玩法，请他们表演跟大家看。

(2) 请两名幼儿示范互相抛接球。

(3) 教师：他们的手是怎么拿球的？在抛接球时，怎样才能使球不掉地？

(4) 教师边示范边讲解动作要领：五指分开，双手持球，抛向对方；抛球是上肢挥动、抖腕向前上方用力抛出球；接球时注意力集中，伸出两手随时迎球，观察球的飞行方向，准确接住球。引导幼儿注意安全，抛球时不要抛到对方的头部。

(5) 幼儿自由结伴练习，教师巡回指导。

(6) 圆圈抛接球：幼儿站成一个大圆，教师站在圆圈中间，边喊幼儿的姓名边向他(她)抛球，被喊到的幼儿接住球，迅速站到中间喊另外一名幼儿的姓名并向他(她)抛球，然后回原位。第二名幼儿接住球后再循环游戏，依次传球。

4. 游戏：“猪小弟运西瓜”。

(1) 向幼儿介绍游戏玩法和规则：幼儿分成人数相等的四队。(教案出自：屈.老师教案网)每对排头听信号从球筐里去除一个球当“西瓜”，转身抛给第二个幼儿，依次抛到最后的幼儿，该幼儿接球并将球放到排尾的球筐里。最快将“西瓜”运完的队伍获胜。若球没接住，则必须重新抛接，再向后传。

(2) 幼儿做游戏2~3次。

5. 放松整理活动。

(1) 幼儿进行放松运动，终点放松手臂和腿。

(2) 师幼共同收拾整理器材，回到活动室。

## 中班舞狮活动反思篇四

活动目标：

1. 在自主探索的基础上学习助跑跨跳。
2. 能勇于尝试，学习宇航员敢于克服困难的精神。

活动准备：

小河、山洞

活动过程：

### 一、激发兴趣，活动身体

1、师：你们知道神州七号吗？神州七号发射成功是我们中国人的骄傲，神州七号发射最辛苦的是宇航员叔叔，我们一起夸夸宇航员叔叔：宇航员叔叔本领大，宇航员叔叔了不起。小朋友你们长大了想做宇航员吗？宇航员必须有一个健康的身体，今天就让我们锻炼起来。

2、活动身体：宇航员模仿操。（踏步、跑步、跳、转）

### 二、分散活动，自主探索

今天宇航员主要练习的本领是跳。你们看，这里有一排小沟，你们去试试，你是用什么方法跳的？但是不能碰到小沟。

总结示范：助跑跨跳（强调一定要跑一段，到小沟前不能停下来）

学习用助跑跨跳方法跨过小沟。

### 三、集中练习重点指导

我把5条小沟的距离变一下，你们用助跑跨跳的方法去试试，看谁能全部跨过，并用学号记录下来。（教案出自：屈.老师教案网）记住，反复练习，不怕困难，一定会让你成功的。

教师重点观察助跑跨跳的正确性，鼓励个别幼儿大胆尝试。

### 四、集体游戏：宇航员选拔赛

小朋友真勇敢，用助跑跨跳的方法跳过了小沟，现在我们一

起来比赛好吗?

-第一次让幼儿了解规则，鱼贯进行。(及时发现游戏中的问题，如拍手等，并在游戏中强调)

-第二次开始竞赛。

玩法：小宇航员们先助跑跨跳过一条小河，再钻过一个山洞，跑回出发点。第二个小宇航员接上，先完成的一组为胜。

-宇航员空中走路。(放松身体)

宇航员练好了本领，我们乘上火箭到太空中去漫游好吗?因为有了没有了地球的吸引力，所以走起来慢慢地飘着走的。

## 中班舞狮活动反思篇五

1立定时能平衡自己的重心

2加强幼儿间的情感交流，培养合作观念游戏

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。

报纸，录音机。音带

1在场地上铺若干报纸

4音乐停。小动物们赶快找一张“魔毯”站在上面，否则就被抓走

培养幼儿的细心。耐心和平衡能力游戏材料报纸。节奏较快

## 的音乐游戏过程

1将一张报纸一分为二，幼儿两脚各站在半张报纸上，做溜冰预备姿势

2音乐声起，幼儿开始在规定的范围内向前滑行

3报纸一破就下场，场所没有破的为最佳溜冰手(用力均匀，速度稍慢一点，报纸不容易破)

1应该对幼儿们进行分组游戏。

2在游戏中应该邀请小朋友和老师一起游戏。