

2023年大班体育活动过山洞教案及反思

中班 大班体育活动教案与反思(优质5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。优秀的教案都具备一些什么特点呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

大班体育活动过山洞教案及反思中班篇一

体育活动形式多样，不拘一格。可以是自由活动、也可以是有组织的游戏活动，比如跳绳、打鸭子、老鹰捉小鸡等等。体育课形式主要有知识学习、场地练习和达标测试。下面是小编给大家整理的大班体育活动教案与反思，仅供参考希望能够帮助到大家。

大班体育活动教案与反思1

一、活动名称：《好玩的梯子》

二、活动目标：

1. 通过玩梯子,发展攀登、爬、走、跑、跳等基本动作,进一步提高幼儿动作协调性、灵活性。
2. 能独立或初步合作探索梯子的多种玩法,学会分工与合作,培养幼儿勇于尝试的精神和初步的竞争意识。
3. 体验在情境中进行体育游戏的乐趣,激发亲近自然,热爱劳动的意识。

三、活动准备：

1. 轻音乐

2. 材料准备：竹梯若干架，轻胎若干，高中矮木梯各两个。

四、活动过程：

(一) 导入部分指导语：“孩子们，快来看，现在是什么季节？对，秋天是一个收获的季节，也是农民伯伯最忙碌最高兴的季节，你们想不想去帮助爸爸妈妈呢？”音乐起，老师和幼儿一起热身运动，关于劳动的基本功（起跳、小跑步、爬的动作，摘的动作，转动手腕，压腿，转动脚踝等动作）小结：教师注意在过程中引导幼儿按照音乐大小变换跑的快慢。

(二) 展开部分

1、各式梯子引起幼儿兴趣。

指导语：“孩子们在过去帮爸妈之前，我们先玩一会再去好吗？玩什么呢？（老师假装找玩的东西，东瞧瞧，西望望）哎，有了，看！那是什么？那我们今天就玩梯子吧！”指导语：“好，孩子们，我们认识了这么多梯子，哎，我们幼儿园是不是有梯子？你们是怎样玩的？”

2、让幼儿独立探索竹梯不同玩法，倡导勇敢合作精神，大胆创新玩法，提醒幼儿注意安全。（轻音乐）

(1) 两架梯子平放，谁先来尝试一下。老师鼓励胆小的孩子要有自信，挑战自我。让每个幼儿都演示讲述自己的新玩法。

玩法一：走横梯（我是走梯子的横档，身体保持平衡，脚踩稳）。

老师小结：这种方法好玩，我们大家一起跟他学着玩一下吧。一定要注意安全。

玩法二：跳空格指导语：“谁有不同的玩法？”梯子放平，幼儿单双脚在梯子空档里进行跳，身体保持平衡，重心要稳。

指导语：“他这种玩法有挑战性，来！大家跟着学他的样子玩一下。谁还有不同的玩法？”小结：孩子们，刚才你们玩梯子玩出了好多新花样，有走横档的，有的踩两边，有的跳空格的，有爬着走等。老师为你们勇于创新，自我挑战的精神，为你们点赞。

3、设计共同搭桥，用自己喜欢的方式过桥(轻音乐)指导语：“孩子们，有一座桥塌了，我们想过去，怎么办呀？”让幼儿自己想办法，自由选择材料，发挥团队精神，共同搭桥，只见孩子指挥的，互相讨论交流好建议的，用轮胎当桥墩，梯子当桥面，为了牢固，孩子们大轮胎当桥墩，很有想法，孩子们搭的搭，建的建，在大家齐心协力下，一座宽敞牢固的桥架好了。孩子们，我们用自己自创的方式有序的过桥。老师保护帮助能力弱的小朋友过桥。孩子们骄傲而自豪的平安过了自己亲手搭建的桥。体验了成功的喜悦。

老师小结：孩子们，你们刚才大胆设计，共同创建，勇于克服困难，互相协作的精神所感动，孩子们你们成功了，好样的。

小结：“孩子们，你们今天玩梯子玩的过瘾吗？下次我们再继续玩吧。”

(三)结束部分跟老师一起做放松运动，学小鸟飞回家。

特殊体质孩子及处理办法：

李曹金龙小朋友比较活跃，在进行活动时老师多加关注，以免在活动时幼儿到处跑跳发生危险。

贾佑樾对参与游戏的积极性不高，在进行活动时老师多多带领，以提高幼儿对游戏的参与积极性，与同伴友好玩耍。

吕瑾萱较其他孩子较弱小，在进行活动时老师多加关注及指导，当其遇到困难时及时帮助她。

活动反思：

对于大班幼儿来说，在培养他们对体育活动兴趣的基础上，更应该加强心理负荷能力的锻炼。在教学中让个别幼儿进行示范，并让幼儿一观察、尝试、模仿和分解练习来完成目标。

大班体育活动教案与反思2

一. 活动意图

《纲要》指出：开展多种有趣的体育活动，特别是户外的，大自然的活动，培养幼儿参加体育锻炼的积极性，并提高其对环境的适应能力。布袋是幼儿在日常生活所常见的事物，且大班幼儿动作的协调性，灵活性有了一定的提高。本次活动的开展，促进了幼儿参加体育活动的乐趣。

二. 活动目标

1. 了解布袋的不同玩法及游戏规则
2. 能够与同伴合作，动作协调地进行游戏
3. 体验布袋游戏带来的乐趣

三. 活动重难点

重点：了解布袋的不同玩法及游戏规则。

难点：能够与同伴合作，动作协调地进行游戏

四. 活动准备

热身操，布袋，垫子，皮球，创设游戏环境

五. 活动过程环节

一，热身部分。

我站在队伍面前带领幼儿一起做热身操：小朋友们，请像老师一样，踢踢我们的小腿，拉拉我们的小胳膊，原地向上跳一跳。

环节二，教师讲解游戏玩法和规则，开展游戏。

第一步，教师讲解游戏玩法和规则。

教师：小朋友们，今天老师给你们带来了神奇的布袋，你们知道布袋可以怎样玩吗？我请小朋友上来示范玩法。幼儿进行示范。

教师：哦，原来布袋的玩法有这么多。我给你们设计了一个布袋大闯关游戏，游戏的名字叫“神奇的布袋”，老师接下来告诉你们玩法，游戏分为四关，第一关：毛毛虫爬爬爬。

第二关：袋鼠跳跳跳。

第三关：齐心协力运皮球。

第四关：布袋过河。

我将你们分为两组一样多的人数，比一比哪一组更先完成。到终点时，要拿到彩旗再回到起点。

第二步，教师讲解示范游戏玩法。

第一关，毛毛虫爬爬爬。双腿伸进布袋里，将布袋口的绳子系在身上，防止爬的时候布袋掉下来。

第二关，袋鼠跳跳跳。我们站起来，像袋鼠一样跳第三关，齐心协力运皮球。两名幼儿背靠背夹着皮球，不可以用手托着皮球，皮球掉了要捡回去，从掉落的地方开始。

第四关，布袋过河。创设一个小河的情境，幼儿将布袋脱下放入河中当作蹠脚石，两两合作，边向前行进边运动布袋。到终点时收回布袋。

第三步，开展游戏活动。在开展游戏活动的时候，教师提醒幼儿：为了防止踩到鞋带，在我们钻进布袋时先把鞋带系系好。教师在旁边指导幼儿游戏并时刻注意幼儿安全。

环节三，整理运动。教师让幼儿手拉手围成一个圆，相互间捏捏肩，锤锤背。并对游戏开展情况进行总结。

六. 活动延伸幼儿回家把开展体育活动的乐趣向爸爸妈妈分享，并且请爸爸妈妈一起思考布袋还有什么其他的玩法呢。

活动反思

对于大班的孩子来说，简单的跳跃已经不能满足他们的需求，会感到枯燥，怎样来进一步锻炼他们的下肢力量呢？在活动的环节设计了一些障碍物，从而提高跳布袋的难度，从而很好地发展了他们的跳跃能力；提高孩子参与锻炼的积极性。器材的组合也能满足不同层次幼儿的需求，促进每个幼儿在不同水平上得到全面发展。在整节活动中，目标明确，在环节设计中，游戏的重点不够突出，语言的组织不够干脆、利落，没有进行环节小结，教师的语速过快，教师应该以一种朋友的身份参与到幼儿的游戏活动中，以巧妙的言语对幼儿进行游戏行为的启发，使幼儿实现他们的游戏愿望。

大班体育活动教案与反思3

活动目标：

- 1、通过游戏模仿怀孕时的妈妈，发展幼儿跳的动作；
- 2、喜欢参与游戏，能与同伴轮换玩具玩游戏；

活动准备：

4个不同颜色的大布口袋(里面装着沙子)、平衡木、

活动过程：

1、准备活动：动物模仿动作

2、游戏：《袋鼠妈妈》玩法：幼儿分成人数相同的四队，每一队排头的幼儿系上大口袋当袋鼠妈妈，走过平衡木，跳到呼拉圈里，再跳回来把口袋交给下一名幼儿；规则：当袋鼠妈妈必须要跳着完成游戏；没跳的幼儿要重新开始。

3、分散活动：提供大口袋，指导幼儿带着大口袋模仿袋鼠妈妈的动作，扮演角色进行袋鼠妈妈跳跳跳的游戏。

教学反思：

本次活动的内容和目标都符合本班幼儿的年龄特点重点突出幼儿的学习劲头也很足尤其在竞赛过程中能遵守游戏的规则进行秩序较好。

大班体育活动教案与反思4

教学意图：

幼儿上肢力量较小，不会用力或出手力度不对。针对这个情况，为了幼儿的健康目标，设计了本次体育活动《玩溜溜布》。以此提高幼儿上肢力量和身体协调性。

教学目标：

1. 发展上肢力量和身体协调性。
2. 培养勇敢顽强品质、集体观念和团队协作。
3. 提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。
4. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。
5. 乐于参与体育游戏，体验游戏的乐趣。

教学准备：

不同宽度颜色溜溜布4条。

教学过程：

一、开始部分

1. 引发活动的兴趣。
2. 玩游戏《跟我一起做》，没达到集体活动效果。

教师领操，语言提示：动作活泼、有力。

二、基本部分

引出游戏材料——溜溜布，引起幼儿兴趣。

1. 大风小风。

玩法：

(1) 激发活动兴趣。让所有幼儿拉着溜溜布两边，想象像什么，可怎么和它做游戏？

(2) 上下起伏蹲起、跳跃等动作游戏。如：大波浪、小波浪；小风、大风等，听口令学习集体协调活动。

教法：语言提示，参与游戏。

次数：游戏三次。

2、海底隧道。

玩法：利用溜溜布设置情景，让一组幼儿做柱子撑起一条海底隧道，进行海底探险游戏，练习绕障碍物跑。

教法：语言提示，参与游戏。

次数：两次后交换另一组。

3. 飞渡“铁”索桥

玩法：利用上肢力量拖动溜溜布使身体向前滑行。

教法：语言提示，指导动作方法，帮助力量小的幼儿协调用力。

时间：4分钟

4. 捞鱼。

玩法：用溜溜布拉成一张渔网，幼儿做小鱼，当网上面的鱼时，小鱼要尝试从渔网下钻过，当网下面的鱼时，小鱼要尝试从渔网上跳过，知道躲避危险，提高动作的灵敏性。

教法：注意安全，规定活动范围，参与游戏。

三、结束部分

放松身体玩：游戏《大气球》。

教学反思：

本活动用溜溜布创设情境，贯穿整个教学过程，让幼儿在玩中学。这次的活动是从幼儿中来的，所以孩子们活动时就表现出了极高的兴趣，并能全身心地投入。活动中，引导孩子运用接触到布条后的自然动作，从“大海浪、小海浪”——“海底隧道”——“飞渡铁索桥”——“捕鱼”游戏设计循序渐进，使幼儿在轻松快乐中提高了抖s跑、跨跳和各种各样爬的技能技巧，巧妙的锻炼了幼儿的上肢力量和身体的灵敏性，发展了创造能力，培养了幼儿机智果断、顽强拼搏的良好品质，实现了活动目标。

不足之处：

集体练习时幼儿都想积极地完成动作，教师没把活动要求讲解清楚就开始活动，造成幼儿混乱。

整个活动，幼儿身体得到了全面得锻炼，同时培养了幼儿一物多玩的能力，发展了创造力此活动不仅体现了快乐体育的特点，还将生存体育蕴含于游戏中。使幼儿掌握了在不利的环境下自救的方法和技能，学会生存。

大班体育活动教案与反思5

活动设计背景

到合作的快乐和成功的喜悦。

活动目标

1、练习在相隔的物体上行走。

- 2、锻炼动作的协调性和敏捷性。
- 3、体验合作的成功与喜悦。
- 4、能自主的创造新玩法。
- 5、乐于参与体育游戏，体验游戏的乐趣。

活动准备

- 1、幼儿人手一块纸板；
- 2、在场地内画两条相距6米左右的平行线作为起点和终点。；
- 3、音乐录音带。

活动过程

一、热身运动

- 1、让幼儿(随音乐)将纸板当作方向盘，绕操场慢跑。
- 2、听老师信号站好队形。
- 3、幼儿拿纸板，跟着老师做垫子操：伸展运动、下蹲运动、体转运动……

二、游戏：看谁不湿鞋

- 1、教师：天下雨了，地上有很多积水，我们大家想个办法怎么走才能不湿鞋呢？

教师讲解并示范游戏玩法和规则。

教师：每人手拿两块纸板，先把第一块纸板放在湿地上，两

脚踏在纸板上，接着将第二块纸板放在第一块纸板的前面，两脚再踏在第二块纸板上。这样子连续换纸板前进。换纸板前进时，两块纸板投放的距离不要太远，以免够不着纸板，两脚要始终踏在纸板上，保证不湿鞋。

组织幼儿游戏：

将幼儿分成四组，分别站在湿地两侧的起点线后，以迎面接力的形式在纸板上前进的游戏。

游戏以竞赛的形式进行，以走得又稳又快的一组为胜！

2、合作比赛：让幼儿两个两个一组，先让幼儿b帮幼儿a交替放纸板，让a过到终点，返回时让a帮b交替放纸板，回到起点线，先到组为胜！

3、鼓励幼儿利用纸板，发明新玩法。可合作，可模仿……

三、游戏结束

1、游戏结束时，带领幼儿做放松运动。

2、幼儿一起整理场地，(随音乐)走回教室。

教学反思

氛围愉悦；良好的同伴互助，孩子乐在其中；通过体育活动，发展了幼儿的能力，还激发了幼儿主动的学习，从而获得新经验的提升。

但孩子的活动量还是不够，如果适当增加一些集体活动，量大一些，可以让孩子得到更多的锻炼。

大班体育活动过山洞教案及反思中班篇二

1、锻炼身体的动态平衡和静态平衡能力

幼儿在走纸筒和保持积木平衡并移动两个环节里或者会因着急而失败，对幼儿少有难点，需要重点指导。

纸筒24个、平衡木4条、粉笔1支、圆锥筒4个、积木50块、箱子4个

一、开始部分：

开火车（跑100米）进入场地，放下手中的纸筒，站在纸筒上做预备运动（包括头部运动、肩部运动、扩胸运动、腰部运动、单脚立、跳跃运动、游泳姿势模拟）

二、基本部分

1、鲨鱼游戏。大鲨鱼要来吃小朋友啦，小朋友只有站在小船上（纸筒）才不会被鲨鱼吃掉。第一遍让幼儿知道要站在纸筒上。第二遍拿掉部分纸筒，让幼儿自己想办法不被鲨鱼吃掉（引导幼儿单脚立）。第三遍玩检查幼儿单脚立动作是否标准，然后最后再玩一遍（共四遍）

2、木头人游戏。请小朋友把纸筒放在老师画的直线上，然后过来老师身边蹲下来，我们来玩木头人的游戏，但是老师有个要求，要小朋友做一个单脚立的木头人。（开始玩，最后以木头人定住幼儿结束）

去）好，小朋友听老师讲游戏规则：第一关，绕着圆锥筒转三圈，还没轮到的小朋友帮自己队的小朋友数转了多少圈（例如xx示范）；第二关，过平衡木，过完平衡木之后往两边走回自己队伍里（第一个小朋友玩过后停下来纠正幼儿不标准的动作）。好，小朋友们真不错。老师现在要加第三关，

而且要提高难度。第三关要踏小船（纸筒）过河。请小朋友过完平衡木后再过第三关，然后再回到队伍中。

4、运木游戏。大四班的小朋友立正！小猴子把我们班的积木丢在了河对面，请小朋友通过第一、第二、第三关后，把积木放在头顶运回来，每次只能运一块积木，运回来的积木放在自己队的箱子里，我们来比赛谁哪一对运得多，哪一队就赢！

好，我们一起来数一数。今天我们第x队的小朋友赢啦！

三、放松部分

- 1、此活动多用脚部运动，做预备运动时应重点多动动脚。
- 2、有些游戏需要示范应在一开始就示范而不是等幼儿做得不标准再纠正。
- 3、教师的指导语不够准确，不够完整。
- 4、环节与环节之间应稍给孩子们休息时间。
- 5、作为男教师还不够阳刚，说话声音不够大、威严。

大班体育活动过山洞教案及反思中班篇三

铁罐，在我们的生活中随处可见，平时我们一定会把它当废品处理。而我园教师早在几年前就开始在探讨如何利用这一废旧材料制作出适合幼儿活动的教玩具，我们通过铁罐制作出了高跷、响罐、梅花桩等，幼儿也非常喜欢，因此，在晨间锻炼或是户外活动时常常会看到它的身影，也成了我园的一大特色。今天，我们通过为为灾区运送建筑材料为主题的游戏将三类教具结合在了一起，这一新的游戏孩子们非常感兴趣，玩的真开心。不但在游戏中发展了他们的各种能力，

也增强了他们的爱国爱家乡爱同伴的情感。

- 1、喜欢参加竞争性体育游戏并体验合作的乐趣。
- 2、发展幼儿动作协调性及平衡能力。
- 3、初步感受爱国爱家乡的情感。

1、铁罐、高跷、梅花桩若干

2、拼图、黑板各三份

一、出示铁罐、高跷、梅花桩

师：小朋友，这些是什么啊？（铁罐、高跷、梅花桩）

幼儿自由选择材料在场地上玩。

二、教师观察并适当指导

重点指导：踩高跷

三、游戏：我爱我家

1、请三位幼儿扮建筑工人站在场地一边（黑板前）

3、游戏方法：我们手拿材料要用高跷跨过小河，走过高低不平的山路（梅花桩），还要走过不平的小路，才能将材料送到建筑师傅的手中。

规则：每位小朋友只能运一份材料，掉了的话一定要捡起来，想办法运到目的地。

4、幼儿游戏，教师观察并指导

将幼儿分成人数相等的三组，听信号出发，比比哪组造的又快又好。

今天我们为灾区小朋友尽了自己的一份力你们开不开心？灾区小朋友也是我们大家庭的一份子，我们在这里一起祝愿他们能早日重建家园。

大班体育活动过山洞教案及反思中班篇四

一、活动目标1. 乐于自我挑战，在游戏中充分发挥创造性，体验与同伴合作游戏的乐趣。

2. 大胆尝试用肢体各部位玩气球，锻炼肢体的协调性和灵活性。

3. 想出能让球不落地多种方法，练习用头、肩膀、膝盖等身体部位拍球的动作。

二、活动准备1. 经验准备：有玩过拍气球的游戏。

2. 物质准备：气球若干、粘贴纸、横幅一条（球网）、音乐

三、活动过程1、热身活动：

（1）进入活动场地，播放音乐《加油歌》，教师带领幼儿跟随音乐，一起做热身韵律操。

2、动作探索和练习

（1）引入活动，激发兴趣。

指导语：今天，老师带来了一袋东西，请你们猜猜里面装着的是什么？（出示气球）

（2）探索玩气球的方法。

指导语：你能用什么方法把气球拍上去，不让它掉下来吗？

让小朋友自己探索玩法，老师观察幼儿玩气球并适时引导。

（指导语：刚才我看到大部分小朋友都是用手拍的气球，我们一起来用手拍气球吧！）

指导语：

刚才我们是用手拍气球，现在你们尝试，不用手能不能把气球拍上去不让它掉下来？

老师再次观察幼儿玩气球的方法，引导幼儿学会用肩膀、膝盖、脚等身体部位排球。并尝试用这些部位玩球连续5次不掉下来。

（3）拍气球创意新玩法“头发肩膀膝盖脚”

指导语：

老师这里有个拍气球的新玩法，在玩前我们要学唱儿歌“头发肩膀膝盖脚，膝盖脚，膝盖脚”然后跟随我们自己唱的儿歌来拍气球。

幼儿唱“头发肩膀膝盖脚”，教师表演拍气球。

请小朋友尝试“头发肩膀膝盖脚”的游戏。

3. 合作玩气球

指导语：

刚才我们是一小朋友玩一个气球，

现在我们两个小朋友玩一个气球，

你们想一想可以怎么玩？（幼儿自己找伙伴）

让小朋友自己探索玩法，老师观察幼儿玩气球并适时引导。

4. 游戏运用：趣味排球赛

（1）教师讲解规则：幼儿分成两组，站在场地两侧，在音乐声中将自己场内的球拍到对方场内。音乐结束，球在哪一方，哪一方就输了。

（2）游戏比赛两次，教师适当小结。

四、放松活动

1. 跟随音乐带领幼儿做气球操放松身体。

指导语：还想玩吗？下面我们跟随音乐来和气球做放松运动，让气球也休息下！

五、课后延伸

大班体育活动过山洞教案及反思中班篇五

活动目标：

- 1、探索方凳的多种玩法，发展走、跑、跳、平衡等能力，体验“一物多玩”的乐趣。
- 2、培养不怕困难、勇于挑战的意志品质以及良好的团队意识。

活动准备：

1、高45厘米左右的塑料凳40个；

2、活动音乐；

活动过程：

一、热身活动

随音乐慢走——快走——慢跑——坐在方凳上——站在凳子上，进行热身活动。

二、探索单人玩凳子的多种方法

1、幼儿自由探索。

2、交流玩法，相互学习。

3、练习各种玩法。

三、探索小组一起玩的多种方法

1、将方凳连成直线，有间隔摆放，让幼儿用不同的方法通过。

2、将方凳放倒，两个一组，练习跨跳和双脚跳。

四、挑战游戏：

1、移动的桥

2、垒高塔

五、放松活动

教师小结，带领幼儿随音乐放松身体，活动结束。