

最新大班体育活动教案(优质8篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？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。

大班体育活动教案篇一

1. 能积极探索沙包的多种玩法，练习走、跳、抛等多种动作。
2. 会单脚行进跳及双脚夹包抛。
3. 能坚持不懈地进行游戏。

沙包每人一个，磁带，录音机等。

一、准备活动

幼儿随音乐听信号做动作：向前走、向后走；向左走、向右走；向前跳、向后跳；向左跳、向右跳。

二、探索沙包的多种玩法

1. 引导幼儿对沙包产生兴趣：小朋友，现在我们来玩沙包，比一比谁玩的花样多？
2. 幼儿自由探索沙包的多种玩法，提醒幼儿注意不要互相碰撞，教师注意观察幼儿玩的情况和参与锻炼的态度。
3. 幼儿告诉老师和同伴自己的玩法，在教师指导下，对各种玩法进行练习。

4. 幼儿探索合作玩沙包的方法

(1) 引导幼儿2人、3人或更多人合作探索沙包的玩法。

(2) 幼儿相互交流并学会两人互抛沙包，两人夹抛沙包等。

三、游戏：夹包比赛

1. 讲解游戏的玩法及注意事项，游戏结束后小结。

幼儿分成两队，听到信号后每队第一个小朋友双脚夹包用力向前抛，然后单脚跳到沙包处，再用力夹包向前抛，直到终点线，迅速拾起沙包跑回，将沙包交给第二个小朋友，最先完成的一队为胜。

第一遍结束后讲评。

2. 游戏继续进行。

四、放松活动

随音乐作放松动作。

大班体育活动策划教案篇二

活动内容、形式、过程与指导重、难点

1、发展幼儿大肌肉运动，四肢协调活动的的能力。

2、通过游戏，让幼儿主动探索轮子在不同质地上所受的不同阻力，体验玩车的快乐。

3、初步培养幼儿同伴之间友好相处、互相谦让的品质和体验战胜困难的喜悦。

幼儿能够正确的方法来推小车跑，控制住方向。

幼儿能控制好小车通过各种障碍，把握好方向和平衡。

一、准备部分：（5分钟）

1、播放音乐，带领幼儿跑步和做热身运动。

二、基本部分：（22分钟）

1、让幼儿在平地上练习推小车，在平地上推着走，感受重心、平衡等身体要求。（可以一个人推着玩也可以两个人一起推，感受两个人推与一个人推有什么不同？）（5分钟）

分隔成的“树林”等等，并让幼儿感受通过各种障碍物时受到的阻力（分散练习推小货车过“草地”：走在“草地”上，不要掉到“沟里”去。分散练习推小货车过“小桥”。（6分钟）

3、游戏：《送军粮》（8分钟）

玩法：幼儿根据能力列成几队，站在起跑线后一米左右的地方，听到指令后第一个幼儿推着独轮车跑出，绕过障碍物（或过桥），推过“草地”，到粮仓前将一袋“粮食”放到车里，将车推回起跑线，把沙包拿出放到本队的小筐里。第二名幼儿在跑到起跑线推车出发。那一组最先跑完的就用欢呼以示胜利。

规则：（1）各个幼儿必须将车里的“粮食”拿出后，下一位幼儿才能出发。

（2）车不能撞到障碍物，撞倒的要扶起后才能走。

三、活动结束：（3分钟）

1、播放音乐，做放松运动。

1、独轮车、海绵垫、平衡木、各种的水果、沙包和各种障碍物等。

2、场地布置：海绵垫铺成的“草地”、平衡木铺成的“桥”、用障碍物分隔成的“树林”等等。

大班体育活动教案篇三

1. 能根据音乐的节奏变换跳跃的动作，发展动作的创造性及灵活性。

2. 在跳跃的过程中，增强控制能力及跳跃能力。

3. 能够大胆地在同伴面前表现自己想做的动作，体验跳舞毯带来的乐趣。

用5块小泡沫地垫拼成的“十”字形地垫若干块，除中间的地垫，将其他的四块垫子分别贴上“上、下、左、右”四个方向的箭头；音乐《桃花朵朵开》《健康歌》；活动前先让幼儿熟悉音乐并根据音乐的节奏做动作。

2. 师：今天，我们就用脚来玩这个游戏，试试看吧：(1)石头：两只脚并拢。(2)剪子：两只脚一前一后。(3)布：两只脚张开，与肩同宽。

1. 教师出示跳舞毯，并播放音乐，为幼儿做示范。

(1)师：原来，我们的小脚很能干，它除了走路、跑步外还会玩游戏呢！其实小脚还有一个本领，就是会跳舞。今天李老师带来一张神奇的跳舞毯，我们一起来看看。

(2)请幼儿仔细观察跳舞毯以及老师是怎样根据音乐在跳舞毯

上跳舞的。

师：跳舞毯上有什么？(箭头)

师：现在我请小朋友试试到跳舞毯上来跳舞，但是我有一个要求，就是每次跳完后两只脚都要踩在脚印上。

2. 幼儿自由尝试动作，并与其他幼儿进行交流。

(1)师：刚才你们都在跳舞毯上试过了，你是怎样跳的？

(2)请个别幼儿上来展示，并且把动作记录下来。

3. 幼儿尝试跟着音乐的节奏在跳舞毯上跳舞。

(1)师：刚才小朋友们想了很多好看的动作，现在我们一起跟着音乐在跳舞毯上跳舞吧。

a□教师播放音乐《健康歌》，请幼儿说说音乐的节奏是怎么样的□b□幼儿跟着音乐在跳舞毯上跳舞□c□教师指出幼儿在跳的过程中不对的地方并通过讨论来解决。

(2)现在我们换一首音乐来跳跳看。

a□教师播放音乐《桃花朵朵开》，请幼儿说说音乐的节奏是怎么样的□b□幼儿跟着音乐在跳舞毯上跳舞□c□请幼儿自由交换跳舞毯再跳。

请幼儿将所有的跳舞毯拼成一张大跳舞毯，大家一起跳，进一步体验跳舞毯带来的乐趣。

大班体育活动教案篇四

1、通过运球走的练习，提高幼儿控球能力，发展动作敏捷性。

2、增强幼儿合作与竞争意识，体验游戏的快乐。

布置场地，摆好四把椅子，准备球四只。

一、将幼儿带到比赛场地，幼儿成四路纵队，老师告诉幼儿比赛内容，激发幼儿兴趣。

二、讲解“运球接力赛”的规则并做示范：听到口令后，每队第一名幼儿向前运球至前方椅子处，然后绕过椅子运球回来，将球传给第二位小朋友，继续游戏。球若中途滚走，需将球拣回来，并回原地继续运球走。拍好球的小朋友要到队尾排队，哪一组最先结束，为胜利，举手示意。

三、“运球接力赛”开始。要求每组小朋友只能在队伍里为队友加油。宣布获胜队。

四、请小朋友讨论获胜队取胜的原因。

五、再次“运球接力赛”。每组幼儿相互选出五名代表，再进行一次小组比赛。

其余小朋友和老师一起组成啦啦队，为队员加油！宣布第一、二、三名。

活动中老师首先通过示范讲解让幼儿了解“运球接力赛”的规则，然后举行了第一次比赛，小朋友参与积极性很高，运球的小朋友极力将球向前运行，队友们热情地呐喊助威，同时老师也发现个别小朋友由于控球能力较弱，运球速度很慢或球经常滚落，影响了小组的整体成绩。通过请小朋友讨论获胜队取胜的原因，让小朋友懂得比赛时大家要相互配合，在运球时要控制好球，不能只快不稳，要减少球的滚落，才能发挥好成绩。老师也让个别小朋友意识到自己的差距，鼓励他们今后要加强练习运球的技能。最后每组相互选出五名代表队员，又举行了第二次比赛，在合作与竞争中体验游戏

的快乐。

大班体育活动教案篇五

1、乐于探索跳绳的方法，感受跳绳的乐趣。

2、练习双脚连续跳绳或双人跳绳的技能，训练手脚动作的协调性。

1、教师自编绳操。

2、幼儿每人一根跳绳。

3、幼儿已有双脚同时跳绳的经验。

1、教师和幼儿每人手里一根跳绳，走趣味队形，如“8”字形、“之”字形做教师自编的绳操。根据情况可将绳对折，带领幼儿进行上肢、体转、腹背、跳跃等热身运动。

2、引导幼儿玩跳绳。

(1) 幼儿分散在场地上自主玩绳。

(2) 教师发现幼儿有好玩的玩法时，就请该幼儿师范演示，并请其他幼儿学一学。

(3) 教师参与幼儿跳绳，并与幼儿配合进行双人跳，请其他幼儿观察。

(4) 幼儿结伴尝试双人跳，教师提示两个人要动作一致，可尝试通过喊拍子的方法实现同步跳。

3、放松活动：踩绳游戏。

(1) 将所有的绳放到地上连在一起，摆出多种图案，教师与

幼儿踩绳走。

(2) 放松动作：拍胳膊、拍腿。

大班体育活动教案篇六

1、发展平衡能力及钻、爬、跳的能力，增强动作的协调性和灵活性。

2、培养幼儿的自信心，养成不怕困难，坚强意志的品质。

1、与幼儿人数相等的沙包。

2、贴有敌人图案的拱形门，平衡木4条、拱形门8个，垫子4个、小轮胎8个。

1、带幼儿进入活动场地，进行分队走的准备活动。

(1) 音乐导入：《运动员进行曲》入场，一个跟着一个走到活动场地，进行分队走练习。“双龙吐须”由两队变四队。

(2) 引导幼儿活动全身，顺序头部—上肢—下肢—躯干—脚部。

(3) 玩游戏：“开飞机”，“飞机高飞”“飞机低飞”“飞机右侧飞”“飞机左侧飞”“飞机着地”。教师引导幼儿跟学动作。

2、练习沙包的'各种玩法。

(1) 教师：沙包有多种玩法，你们想一想可以怎样玩？引导幼儿投掷沙包，抛接沙包，顶沙包，夹沙包跳、踢沙包。

(2) 练习幼儿投准物体。

3、玩游戏“小小野战兵”，引导幼儿联系跨越平衡木和障碍。

(1) 教师：大班小朋友现在变成了小小野战兵了，你们今天要进行实战演习，你们的任务是：拿上大个‘子弹’（沙包），越过河滩地（铺有地垫），走过独木桥，（走过平衡木），钻过山洞（低头钻过拱形们）

跳过沼泽，（跳过轮胎），打击敌人（投掷沙包），你们有信心完成这个艰巨的任务吗？

(2) 教师带领幼儿练习走地垫、走平衡木、钻拱项门、跳轮胎。教师要向幼儿提示动作要领，过平衡木时要小心，不要慌张，否则会掉下来，，钻山洞时要尽量团紧身子低下头。

(3) 请动作掌握好的幼儿做示范，教师要用语言提升动作要领。

(4) 教师带领幼儿比赛玩游戏“小小野战兵”，幼儿站四队，当一名野战兵打击敌人时，下一名野战兵才可以出发。完成任务快的一队获胜。比赛可进行2-3次。

4、幼儿随音乐做放松活动，结束活动。

教师小评：今天我班的小小野战兵都表现非常棒，把敌人全部打倒了，现在我们休息一会儿，在音乐的伴奏下，幼儿相互拍腿，揉肩，甩胳膊，活动结束。

大班体育活动教案篇七

体育活动课可以说是大班幼儿最喜爱的活动之一，大班幼儿活泼好动，浑身都有使不完的劲，他们可以在体育活动中尽情的释放自己的力量，和对手激烈竞争，和同伴分享快乐，同时在玩耍自己的衣服的基础上，锻炼孩子的意志能力，在嬉戏中能有意识地积极寻找多种方法运用身体某些部位去完

成一些高难动作，以及一些技能技巧练习等等。

在这次教师公开课活动中，如何上好一节体育课，如何做到在体育课中既让能让幼儿充分的活动开又不至于太放，让自己对整节课能够投放自如。以前也看过别的老师和专家的体育公开课，觉得他能够轻松自如地开展体育活动，又能让幼儿全身心地投入到活动中而不失规矩，每个孩子在活动中都有所提升给了我很大的感慨，所以我就撇弃一些我所专长的活动课，而选择模仿其他老师和专家上课的一些技巧。

这个活动既然叫《好玩的衣服》，在活动之前我向幼儿提出了三个要求：1.要保护好自己；2.要保护好伙伴；3.要听从我的口令，眼睛要看准再往筐子里投放，利用器材尝试泡衣服，锻炼手眼协调能力，并且让孩子探索衣服的玩法，感知泡衣服使的力量，体验好玩衣服游戏的快乐。

在本节活动中，是让孩子玩一玩自己的衣服，说一说多种玩法，给大家说一说，分享一下，在分享的过程中，我发现有极个别孩子在语言发展上还有些欠缺，我应该多关注不爱举手的孩子，不应该关注个别孩子。

在第二个环节方面，我应该让孩子拿着呼啦圈随意在周围玩一玩，做一做，让孩子试一试站在呼啦圈内抛衣服，要求不能出圈外面，孩子们很感兴趣，在这个环节中孩子紧的太紧，应该让孩子四处散开，这样孩子不会碰到对方，而且也很安全。教师在示范动作的时候可以调节一下位置，让更多的孩子看到，这一点我只关注到了前面的孩子，没有关注到后面的孩子，在以后的上课当中我会用更好听的声音来上这节课，在有些激情就更好了，整个环节下来我感觉比较流畅，也比较稳。

当然每上一次课，我都能够在其中感受到许多，学习到许多，尤其是离不开那些给我评课的老师，他们的点评很有效及时的让我了解到我的不足之处，哪些还仍然需要改进，以及

优缺点的评价，好的需要继续保持当然不足之处当然要多看多学习多锻炼。

大班体育活动教案篇八

跳跃是人体运动的基本动作，也是锻炼幼儿身体的有效手段。幼儿通过参加各种类型的跳跃活动，可以增强腿部肌肉力量，发展弹跳能力、爆发力以及身体的灵敏性、协调性和平衡能力，对幼儿视觉运动能力也有积极的促进作用。大班幼儿目前能够做到起跳时双手有意识的摆动、与腿的配合较协调。但最终需要发展到熟练掌握跳跃动作。起跳有力，动作协调，落地轻稳。并且能够掌握向不同方向变换跳，跳的准。

- 1、用不同方式跳跃平衡步道，发展跳跃能力。
- 2、培养自己乐于挑战，坚持到底的意识和能力。

重点：结合小青蛙学本领的情景，让幼儿尝试进行不同方式的跳跃——跳得高，跳得远，跳得准。

难点：通过模仿青蛙学本领，引导幼儿如何才能跳得又高又远，掌握正确的跳跃姿势；当难度增加富有挑战时，幼儿能够不气馁，激情的接受挑战，完成目标。

平衡步道幼儿人手一块，小布袋道具（教师用）

一、热身运动

跟着音乐活动身体的各个环节。尤其放松腿部的肌肉。

将平衡步道平躺在地上，幼儿躺在步道上依据教师不同的指令做相应的动作。

如：举起双手拍5次；双脚拍5次；双手双脚一起拍5次；右手

抓住右脚；左手抓住左脚；右手抓住左脚；双手一起抓住双脚；双脚碰鼻子；双脚碰耳朵；双脚抓头发；翻过身体，双手抓双脚（教师抓住孩子的手和脚，提起孩子全身离开地面“飞”一下）

牵拉身体的韧带，把身体活动开。

二、蝌蚪水中游

1、给你们猜个谜语，猜一种动物。它小的时候，喜欢在水里游来游去，它身体的颜色是黑黑的，没有手和腿。（蝌蚪）

2、现在我们就在平衡步道上当一条‘小蝌蚪’。

幼儿身体趴在平衡步道的上方，靠自身的腰部力量，扭动身体。

3、慢慢的“小蝌蚪”长出了后腿。

幼儿伸处两条腿，利用腿部力量，向前滑行。

4、又过了几天，“小蝌蚪”的前腿也长出来了。

幼儿利用四肢带动身体整体滑行。

5、“小蝌蚪”肚子饿了，现在请想吃面包屑的“小蝌蚪”，快点游到我这里。我给你吃面包屑。（教师手拿布袋，喂“小蝌蚪”吃）

幼儿利用四肢带动身体整体滑行到教师面前吃面包屑。

三、青蛙跳啊跳

1、吃饱以后，“小蝌蚪”慢慢的长大变成了青蛙。请变成小青蛙的“小蝌蚪”跳到三个标志物的后面排队。

2、青蛙最大的本领是什么？（跳）今天我们就学小青蛙练一练跳的本领。

3、幼儿分成3组进行活动，每组活动方式不一。引导幼儿尝试不同的跳跃环境。

跳得远：步道横铺在地面上，每块步道之间保持一定的距离。幼儿一次跳过。

跳得高：步道放置成凹字形，幼儿在步道的空隙间内跳跃前行。

跳得准：步道围成一个圈，一次跳进圈内在跳出。

活动延伸（挑战）：跳的距离变远，圈围缩小，间隙变大。

小结：双脚并拢，屈膝，手臂充分摆动跳。

重点：集体跳跃时的幼儿保护。

四、放松活动

1、这是一条有魔力的毯子，我们也要成为一个有魔力的人。现在，我们把它变成一张可以休息的小凳子。（将步道卷成环形，坐在上面）

跟着舒缓的音乐放松腿部肌肉的紧张程度。

活动评析：

本次活动最出彩的部分是教师和幼儿一起进行挑战。教师设计的情境相当巧妙。让幼儿从“小蝌蚪”变成学本领的小青蛙。增加了童趣性。教师扮演青蛙爸爸带着青蛙宝宝一起学跳的本领，激发幼儿兴趣的同时，很好的和幼儿打成一片，融入他们的活动。

在跳跃形式的设计安排上，教师做到了循序渐进，难度由浅入深。先是将步道平铺在地上，让幼儿跳过。接着将步道竖起来，增加了其高度。然后，在有一定高度的基础上将步道围成圈形，又提高了准度。最后，还一起将这三种不同摆放方式同时呈现给幼儿。充分的考虑到幼儿之间的个体差异，让幼儿自主选择。有些能力比较欠缺的幼儿，跳的又高有准对她来说是有难度的，那么他可以选择适合自己的难度，提高自己的积极性。

从技能的角度看，幼儿掌握了双脚同时用力蹬地起跳，两臂自然摆动，双脚同时落地，落地时能注意屈膝，保持身体平衡。从情感的角度出发，幼儿很喜欢参与这个活动，整个活动气氛很好，幼儿积极性很高。尤其是变成小蝌蚪吃面包屑到最后和青蛙爸爸一起学本领。其中也发展了幼儿敢于挑战，不气馁的意志品质。

最后在器材的利用上，教师很好的进行了“一物多玩”。让平衡步道变得立体起来。利用器械摆放的各种形式，做到动静结合，使器械得到充分的发挥，让幼儿进行了全面的“释放”。