

最新幼儿园体育教学计划内容 幼儿园体育教学计划(精选5篇)

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

幼儿园体育教学计划内容篇一

科学的开展托班幼儿的体育活动，《纲要》指出体育的任务是：发展基本动作，培养幼儿对体育活动的兴趣，提高机体的功能，增强体质，以促进幼儿健康成长。

幼儿生长、发育迅速，身高、体重增长较快，经常的、适宜的体育活动能促进其身体的正常生长发育，有效地提高机体各器官系统的功能；促进基本动作和身体机能的协调发展，户外体育活动是幼儿心情愉快，有良好的睡眠和食欲，能提高幼儿对外界环境的适应能力，减少疾病，增强体质，促进身体健康；体育活动是幼儿心情开朗，自由愉快，积极主动，有利于培养开朗的性格和良好的个性品质。因此，本学年对如何科学的开展托班幼儿的体育活动进行了一些探索，我们是从以下几个方面着手的。

(1)、 利用游戏形式，激发幼儿参与体育活动的兴趣。

培养幼儿参与体育活动的兴趣是幼儿体育教学的重要任务之一。体育活动的基本动作走、跑、跳、钻、爬、平衡等机械单调，幼儿容易感到枯燥无味。用幼儿感兴趣的小游戏教他们掌握基本动作，既让他们玩得开心，又能很快学到知识与技能。

(2) 二、鼓励幼儿大胆创造，科学地开展体育活动。

把一种游戏变换多种玩法，逐渐增加游戏的难度，锻炼幼儿在不同条件下运用动作的能力，这样会使幼儿对体育活动产生更加浓厚的兴趣，并始终保持学习的积极性。

(3) 在整合各学科知识，培养自我保护意识

幼儿体育活动是幼儿全面发展教育的重要组成部分，是开发幼儿智力的基础。在幼儿体育运动中，让幼儿再快乐的游戏中学习体育活动。具体的体育活动教育内容如下：

1通过观摩小班孩子进行快乐的体育游戏，让托班孩子对体育活动产生兴趣！

2带领托班孩子进行简单户外游戏，例如：快乐大滚球、找小猫等、主要是引导幼儿在做做玩玩中，感受到活动的欢乐气氛。3引导幼儿参与集体活动，帮助幼儿选择自己喜欢的活动。

1第一个阶段目标：学习各个基本动作

能基本学会站立，爬、向前走、跳、钻等基本动作模仿！

2第二个阶段目标：用基本的动作进行游戏，让孩子在游戏中的继续模仿和学习！

3 第三个阶段目标：运用滑梯等器械锻炼孩子钻、爬、滑等基本动作！ 主要实现过程：第一、发展幼儿控制身体动作的能力，提高动作的协调性。

第二、发展幼儿走、爬、跑、跳、平衡等运动能力和对运动的兴趣。

第三、发展幼儿的钻、爬、走等运动能力，提高灵活性。

第四、锻炼幼儿按指令控制自己动作的能力。

第五、发展幼儿各种肢体动作，通过活动，练习手部小肌肉动作。

主要实现过程：第一、引导幼儿进行角色游戏，体验和其他幼儿一起游戏的乐趣。

幼儿园体育教学计划内容篇二

1、通过观摩小班孩子进行快乐的体育游戏，让托班孩子对体育活动产生兴趣！

2、带领托班孩子进行简单户外游戏，例如：快乐大滚球、找小猫等、主要是引导幼儿在做做玩玩中，感受到活动的欢乐气氛。

3、引导幼儿参与集体活动，帮助幼儿选择自己喜欢的活动。

1、第一个阶段目标：学习各个基本动作，能基本学会站立，爬、向前走、跳、钻等基本动作模仿。

2、第二个阶段目标：用基本的动作进行游戏，让孩子在游戏中的`继续模仿和学习。

3、第三个阶段目标：运用滑梯等器械锻炼孩子钻、爬、滑等基本动作。

4、主要实现过程：

(1) 发展幼儿控制身体动作的能力，提高动作的协调性。

(2) 发展幼儿走、爬、跑、跳、平衡等运动能力和对运动的兴趣。

(3) 发展幼儿的钻、爬、走等运动能力，提高灵活性。

(4) 锻炼幼儿按指令控制自己动作的能力。

(5) 发展幼儿各种肢体动作，通过活动，练习手部小肌肉动作。

幼儿园体育教学计划内容篇三

1、能运用各项基本动作做游戏

指定范围内走和跑；四散走和跑；在直线、曲线上走和跑；双脚向上跳、投掷、爬行等。

2、基本体操

会听音乐做模仿操；会一个跟一个排队；会一个跟一个走圈。

3、体育器械的运用及操作

会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材；会滚球、传球；会骑三轮车等。

4、愿意参加三浴

5、愿意参加各项体育活动及游戏

二、良好生活、卫生习惯

1、生活自理能力的培养

会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯；会主动喝水，初步懂得不吃零食的道理；能按时睡觉、起床、进餐等；不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

2、生活卫生习惯的培养

会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法；会使用自己的毛巾、杯子；能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义；认识身体器官的名称及作用，初步了解保护方法；养成良好的生活作息时间。

三、自我保护

了解过马路、坐车、玩户外活动器材时要注意安全；帮助幼儿了解生活起居方面的安全知识；知道不把异物放入耳、鼻、口内；知道不轻信陌生人的道理。

幼儿园体育教学计划内容篇四

幼儿园体育教学计划

一、我园幼儿户外体育活动情况分析：经过上学期，目前我班幼儿在体育动作发展和坚持行方面已有一定的基础，体能大部分能达到标准，但班级上的幼儿动作发展水平存在着一定的差异，还有很多幼儿的动作协调性不够，在遇到困难时候欠缺勇敢和克服困难的勇气，对环境适应力和疾病抵抗力较差。所以，在今后组织幼儿体育活动中应考虑导游而各种动作发展，照顾幼儿的个别差异，进行不同强度的体格锻炼，让每个幼儿都得到提高发展。

二、户外体育游戏活动目标：1、培养幼儿对身体锻炼的兴趣和习惯，坚持每天进行体育活动，促进幼儿身体形态结构和机能发育。

2、通过体育活动，开展对幼儿的走、跑、跳、投掷、钻爬、平衡、攀登等基本动作的训练，使幼儿体力、速度、灵敏等动作素质达到标准。

3、利用废旧物品制作多种多样的体育器械，培养幼儿用器材进行锻炼的能力，发展幼儿自主性和创造性；学习利用各种

体育器械进行户外锻炼的方法，促进幼儿知觉、情感和能力的
发展。

4、利用晨间活动及游戏时间开展丰富多彩的体育游戏活动，
培养幼儿在体育游戏中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、克服
困难的良好品质。

三、分月安排：三月：本月以练习发展幼儿大肌肉项目——走、
跑能力的户外体育游戏为主，其他能力为辅。

1、练习听老师信号改变速度方向走、跑和躲闪地走跑练习，
初步发展幼儿反应的敏捷性。

如：体育游戏《机器人》、《分清左右》、《老鹰捉小鸡》
等。2、练习自如地绕过障碍物曲线走和跑，发展幼儿对动作
的控制性。如：体育游戏《请你跑》、《我最棒》等。

3、练习距离为 20--25 米的速跑动作，能追逐躲闪，发展幼
儿的反应能力。

专业资料

如：体育游戏《快跑比赛》、《冰糕化了》等。专业资料

4、每周开展户外体育游戏 8-10 次；四月：本月以练习发展
幼儿大肌肉项目——跳跃的能力为主，其他能力为辅。1、练习
双脚立定跳远动作和跨跳动作，发展幼儿身体的协调性。如：
体育游戏《青蛙捉害虫》、《看谁跳得远》、《小马过河》
等。

2、练习从 30 厘米处双脚向下跳，要求落地平稳，继续发展
幼儿动作协调性。如：体育游戏《小伞兵》、《小老鼠头油
吃》等。

3、学习能练习纵跳触物、双脚向前跳和单双脚交替跳，发展小腿踝部伸肌，培养幼儿的弹跳能力。如：体育游戏《摘果子》、《投篮》、《袋鼠搬家》、《狼和小兔》等。

1、练习两人相距 3 米左右，熟练抛接皮球，发展幼儿上肢力量和协调能力。如：体育游戏《看谁接得准》、《叫号抛接球》等。

2、练习肩上挥臂投远动作，发展上臂肱二头肌、肘屈肌和伸肌，发展幼儿身体的协调能力。

如：体育游戏《小飞船上天》、《扔沙包》、《十二生肖击球板》等。3、练习瞄准投掷，发展幼儿上肢和手腕的协调能力。如：体育游戏《套圈》、《投球》等。4、每周开展体育游戏 10-12 次。六月：本月以练习幼儿大肌肉项目--钻爬、平衡能力为主，其他能力为辅。1、练习能十分熟练地手膝着地爬行，能顺利钻过障碍物。如：体育游戏《小猴摘桃》、《小动物比赛》等。

2、练习在平衡木上能灵活的变换手臂动作或者持物走，发展幼儿平衡能力。

专业资料

如：体育游戏《体操运动员》、《顶沙包走小桥》等。专业资料

3、练习能两臂侧平举，单脚站立数分钟或者闭目自转 3 圈。

如：体育游戏《小飞行员》、《小蝌蚪找妈妈》、《金鸡独立》等。4、每周开展体育游戏 8-10 次。七月：本月以练习幼儿大肌肉项目--攀登为主，同时通过综合能力的练习，发展幼儿对体育活动能的积极性和创造性。

1、练习向上攀登的动作要领，发展幼儿动作协调性。 如：体育游戏《攀登墙》等。

2、利用各种球、棒、圈、积木、轮胎等器械创造性地进行各种体育活动，通过综合游戏练习，提高幼儿协调、速度、灵敏、柔韧等方面的身体素质。如 体育游戏《猫捉老鼠》、《闯关》、《创造性玩圈》、《夺红旗》等。

3、每周开展体育游戏 6-8 次。

总之，体育活动的开展不仅能促进幼儿的生长发育，增强体质，而且对幼儿的心理发展也产生一定的影响。所以，我们要认识到体育锻炼的重要性，认真地、有计划地引导幼儿进行体育锻炼，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，提高体育活动质量，使每个幼儿在原有的基础上得到协调发展。

: 专业资料

体育教学计划表

月份 第一周周次

名 称

具体内容

稍息、立正、报数、2 队变 4 队 三

向左转、向右转、向后转

解散、集合 头、肩、腰、膝、踝

绕障碍曲线跑

别（内臂小点，外臂大点）（2）以折线跑为例，在跑动 中

要注意变换方向，所以得控制身体的重心，在快接近改变方位的眯时，应放慢速度注重急停和起动教学。

队列队形练习第二周 第三周队列队形练习队列队形练习徒手操练习月

第四周第五周 绕障碍曲线跑

四

第六周第七周走、跑交替

走、跑交替 300 米

指导要点：（1）走—跑，听到跑的指令，下肢迅速蹬摆做出跑的动作，同时两臂迅速由直臂变屈臂前后摆动，身体稍向前倾。（2）跑—走 听到走的指令，迅速由跑转变为走，并调节呼吸。

月

从高处往下跳

双脚站立从 35 厘米高处往下跳，落地较稳

指导要点：屈膝预摆，身体稍前倾，落地缓冲，注意身体平衡。

第八周 立定跳远

大班：跳距不少于 40 厘米

指导要点：预备——腿稍屈，臂后摆，上体稍前倾，也可

厘米

第九周 助跑跨跳

指导要点： 方法同助跑跨跳平行线，但助跑跨跳平行线

时它的方向向前上方跳侧重于“前”，而跳垂直障碍时 前上方的方向应侧重于“上”。

能单手将沙包等掷过约 4 米外

指导要点： 预备时能侧向站立，重心落于后腿，引臂向后，投

时能全身协调用力用沙包向前上方投出，能控制出手的方向和角

度。肩上挥臂投准靶心（距离约3 米，标靶直径不少于60 厘

米）

第十周助跑屈膝跳垂直障碍

月

第十一周投 远

第十二周投 准

第十三周六

在平衡木上走

两臂侧平举闭目起踵自转 5 圈

指导要点： 两手侧平举控制身体在起踵后的平衡，两前脚掌

依次 第十四周 自转

为轴心进行转动，头正，闭目，以髋、腰转动带动上体进行旋转

大 能侧身、缩身钻过 50 厘米高的拱形门

月

专业资料 第十五周钻

匍匐爬

指导要点：蹬伸腿时，膝部应边蹬边转，防止臀部隆起。第十六周爬时应仰头前看，用鼻呼吸。

匍匐爬

专业资料

幼儿园体育教学计划内容篇五

一、班级幼儿体育情况分析：

本学期班级幼儿年龄基本在4——5岁之间，身体器官机能尚未发育成熟，而且根据上学期幼儿在体育游戏中平衡和跳跃上能力的不足，这一学期中班将加强幼儿平衡和跳跃上锻炼，同时结合走、跑、投掷、钻爬等多种方式全面的提高幼儿的身体素质和机能，特制定了一系列符合中班幼儿体质发展的体育游戏，为幼儿的全面发展打下良好的基础。

二、学期目标：

1、主动参加体育活动，培养不怕困难，大胆尝试各种活动的

意志品质。

2、能用动作模仿一些动物的形态特征，感知动作节律的变化。

3、乐于尝试新的内容与玩法，积累器械活动的经验，4、学习听口令进行方位变化、速度变化等不同的动作并作出反应。

5、能与同伴共同合作完成体育活动，在体育活动中形成良好的行为习惯。

三、具体实施：

（一）月份

1、情绪愉快，并能感受体育游戏所带来的快乐。

2、对体育活动感兴趣，能遵守基本的活动规则。

3、运用多种形式，发展幼儿腿部力量，提高走步能力。

4、内容：

第一周：捡豆豆（集中游戏）

材料准备：用红、绿色的塑料袋编成两个大的圈。玩法：红绿圈分别代表，红碗绿碗，将全体幼儿分成两组，分别把红豆绿豆，首先两队幼儿集体蹲在场地中央，幼儿和教师一起念儿歌。听教师口令，以最先跑进“碗里”一粒豆豆丢的一对为胜。

第二周：捉星星

材料准备：小星星的头饰若干。

玩法：教师暗示一名幼儿当科学家，其他幼儿当星星，四散

的站在场地上。听口令，幼儿四处躲闪，当追捉到3——4名幼儿后，游戏重新开始。

第三周：我爱探险

材料准备：松紧带，四个纸盒做成的门。

玩法：幼儿分成四队，听到信号，第一位幼儿钻过大山洞，又过小山洞，一次类推。哪组最先赵到所有的宝贝为胜。

第四周：学做解放军

材料准备：红绿两色带子人手一根。玩法：学习听口令并队走、左右分队走。

（二）十月份

1、能绕障碍物跑，听信号在一定范围内四散跑。

2、通过各种体育技能锻炼幼儿的弹跳力。

3、有初步的安全防范意识。

4、内容：

第一周：小青蛙跳荷叶

材料准备：青蛙头饰人手一个，用废旧纸板做成的荷叶若干。

材料准备：用硬纸做成长筒，前部画上手形为长臂。

玩法：教师装上长臂为长臂人，用长臂去夹幼儿，幼儿奔跑躲闪，不让夹住，可以蹲下变成小矮人，长臂人就不能再捉。

第三周：冲浪

材料准备：长米、宽米的尼龙绸布四块。

玩法：两名幼儿分别握住一块绸布的四个角，让绸布充分伸展，再上下掀动，使绸布扬起、落下做“波浪”。其他幼儿做“小海军”，乘“波浪”涌起时，快速从绸布底下钻过去，即“冲浪”成功。

第四周：钻地道

材料准备：用废旧物品自制的圈若干。

玩法：参加游戏的板书幼儿，每人两手各扶一个竖立着的环，等距离的筑起一条“地道”，另一半幼儿，从第一个环钻到最后一个环，然后两组幼儿互相交换位置进行练习。

（三）十一月份

1、能大胆的钻、爬障碍物，基本做到手脚协调。

2、学会用单手向前上方用力挥臂掷物。

3、内容：第一周：蚂蚁运粮材料准备：沙袋若干个。

玩法：将幼儿分成认识相等的两组，分别站在场地的两端，面对面站在自己的`圆圈内，场地中间画两条平行线，将沙袋放在里面。听口令后，两组幼儿同时手脚着地的向前爬至沙袋处，用一只手取一个沙袋放在背上，迅速爬回起点，将沙袋放在自己的圆圈内。

第二周：袋鼠送报：

材料准备：海洋球、报纸球幼儿人手一个。

玩法：幼儿四散在长期周围，比赛用力向上抛球，在掌握方法以后，可以要求幼儿在抛上去以后再落下来时能接住。慢

慢的锻炼幼儿单手向上抛接。

（四）十二月份

- 1、在游戏结束后，能主动协助老师收拾整理小型体育器械，并放在制定位置。
- 2、能和同伴共同合作完成游戏活动，体验同伴合作分享的快乐。
- 3、掌握跳跃的基本要领，增强幼儿的弹跳力和协调性。

4、内容：

第一周：小松鼠跳树枝材料准备：小松鼠头饰、平衡木

玩法：幼儿双手支撑在高20——30厘米的平衡木（为树枝），提臀双脚从凳子的一侧跳向另一侧，不碰凳子。如同小松鼠，轻轻的从树枝的一边跳向另一边。

第二周：魔法扫帚

（五）一月：

- 1、探索彩带的不同玩法，发展上肢力量和售关节的灵活性。
- 2、能克服困难，勇敢地参加练习，有初步的挑战精神。
- 3、学习踩高跷的方法，锻炼平衡能力。

4、内容：

第一周：踩高跷（民间游戏）第二周：捻捻转第三周：彩带舞起来第四周：跳房子