

最新幼儿园体育活动方案 幼儿园体育活动方案(实用5篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

幼儿园体育活动方案篇一

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；
- 3、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。
- 4、培养幼儿团结合作的观念。

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。

次活动的内容和目标都符合本班幼儿的年龄特点，重、难点

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。但在动作讲解过程中有点乱，有点急于求成。整个活动的运动量较少，应该多给孩子运动，增加锻炼身体热情。

幼儿园体育活动方案篇二

- 1、培养幼儿团结协作，互相帮助的品质。
- 2、培养幼儿参加体育活动的兴趣。
- 3、练习手膝着地爬。
- 4、愿意参与体育游戏，体验在游戏中奔跑、追逐的乐趣。
- 5、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

- 1、小刺猬胸饰若干。
- 2、背面贴有双面胶的“苹果”若干，苹果用吹塑纸剪成。
- 3、画有苹果树、草地、小刺猬的家和有许多小刺猬在背苹果的背景画一幅。

一、在音乐伴奏下，教师和幼儿做动物模操热身。

二、教师讲解背景画，引起幼儿参与游戏的兴趣。

大风把成熟了的苹果吹落下来，许多小刺猬在忙着把苹果运回家，储存着慢慢吃，但是它们没有地方装，就在地上打个滚，用背上的刺把苹果戳起来运回家，回到家里，苹果放不下来，它们就一个帮助一个把苹果拿下来。

三、游戏“背苹果”刺猬妈妈带领小刺猬两手屈膝着地，一个

接一个地爬过垫子，在“草地(地毯)”有“苹果”的地方打个滚“苹果”就粘在身上，然后再爬回来，将粘在身上的“苹果”取下来放在篮子里，如果取不到，可以请小伙伴帮忙(游戏反复进行)。

- 1、让幼儿分享“丰收”的喜悦。
- 2、表扬活动中勇敢、爱帮助人的幼儿。

新课程的理念是让每个幼儿都能在原有的基础上得到发展。活动中，我紧紧把握这个理念，使幼儿在积极愉快的气氛中以游戏的形式，让幼儿轻松地认识、理解了学习内容。课上的气氛也是很活跃的，发言也很积极，较好地达到了预期设计的活动目标。

幼儿园体育活动方案篇三

- 1、观察小熊猫的生活习性。
- 2、知道关爱小熊猫，不随意伤害它们。

- 1、准备与幼儿人数相同的‘泡沫垫’。
- 2、小熊猫服装，每人一套。

- 1、带领幼儿到户外指定的地方。

观察小熊爬来爬去，说说关于小熊猫的儿歌（小熊猫、小熊猫、胖胖身体圆圆腰、身体像熊脸像猫。）

- 2、教师指导小熊猫爬、双手弯腰着地、膝盖要直、向前爬行。
- 3、培养幼儿身体的灵活性，告诉幼儿不要关爱小熊猫，不伤害他们。

4、注意：膝盖不要着地。

幼儿园体育活动方案篇四

大班幼儿已具有钻和跳的经验，但在动作的协调、连贯方面个体差异明显。教师应根据幼儿的能力发展水平，在钻得密度和高度、跳得高度上逐渐加大难度，鼓励幼儿在活动中不怕困难、勇于挑战。

- 1、学习侧面钻及双脚从高处向下跳的动作，掌握动作要领。
- 2、能运用侧面钻及双脚从高处向下跳的方法通过障碍，提高动作的灵敏性协调性。
- 3、勇于挑战，体验送快递的成功感。

1、高、低山洞各2组，建议高度为55□60cm□可以在两个立杆间连接粗绳或用拱门做山洞。

2、高台2组，建议高度为45□65cm□可用桌子或木箱替代。

3、包裹若干，热身音乐和放松音乐各1首。

1、以晨间运动导入，带领幼儿进行热身活动，激发幼儿兴趣。

师生共同随音乐做热身活动，主要活动头颈部、上肢、胸部、腰部、腿部和手脚腕，重点活动脚腕和腿部肌肉。

教师可以采取模拟滑雪动作等方法重点练习身体重心的左右移动，为侧面钻做铺垫。

2、通过游戏“练本领”，引导幼儿学习侧面钻和双脚从高处向下跳的动作，掌握动作要领。

(1) 幼儿自主探究过“高山洞”，尝试侧面钻。

要求：从“山洞”下钻过，不碰头，手不能扶地；鼓励幼儿尝试侧面钻与同伴分享钻的经验。

(2) 幼儿相互学习，总结侧面钻的动作要领。

请个别能力强的幼儿示范侧面钻的动作，其他幼儿观察。

教师与幼儿共同总结出侧面钻的动作要领：身体侧对山洞，低头弯腰，屈膝腿，移动重心，收腿站稳。

(3) 自我挑战，尝试过“矮山洞”，巩固练习侧面钻，进一步掌握动作要领。降低山洞高度，鼓励幼儿大胆尝试，关注幼儿动作是否连贯、准确。

(4) 幼儿自主探索从“高台”上跳下来的方法，尝试双脚从高处向下跳。

要求：从高台上向下跳，动作轻，落地稳。

鼓励幼儿尝试双脚高处向下跳并与同伴分享跳的经验。

(5) 幼儿相互学习，总结双脚从高处向下跳的动作要领。请幼儿示范双脚从高处向下跳的动作，其他幼儿观察。

教师与幼儿共同总结出双脚从高处向下跳的动作要领：双脚并拢，摆臂下蹲起跳，落地下蹲缓冲。

鼓励幼儿多次练习，启发幼儿感受摆臂起跳的助力和落地下蹲缓冲的安全、稳定。

3、开展游戏“送快递”，引导幼儿综合练习侧面钻、从高处向下跳等动作，

提高身体动作的协调性，体验送快递的成功感。

(1) 第 1 遍游戏时先熟悉游戏规则，巩固侧面钻、双脚从高处向下跳的动作。

讲解游戏玩法：快递员手持包裹跑到山洞边，钻过山洞，爬上高台双脚跳下，放下包裹，原路返回。

师生共同商定游戏规则：发令后再起跑，不抢跑；轻拿、轻放包裹；每次只能拿一个包裹。

组织幼儿游戏，着重观察幼儿对游戏规则和玩法的了解。

(2) 增加山洞的密度进行第 2 遍游戏，提高幼儿动作的敏捷性和协调性。

提问：山洞更多了，怎样既快又安全地通过山洞？

引导幼儿根据山洞的距离和高度确定自己跑或钻的动作，不因过早预备钻的动作而降低速度，也不因过晚低头弯腰而碰到山洞。

(3) 加高高台进行第 3 遍游戏，激发幼儿的挑战愿望。鼓励幼儿不怕困难、大胆挑战。

4、创设“开心度假”的情境，引导幼儿创造性地放松身体，感受游戏乐趣。

随音乐模仿做整理度假装备，外出游泳、晒太阳、爬雪山等放松动作，着重放松胳膊、腰、腿、手脚腕等部位。

幼儿园体育活动方案篇五

1、熟练掌握合拢分开跳。

- 2、基本掌握单脚跳。
- 3、积极参与游戏。
- 4、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。
- 5、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

呼啦圈、小兔头饰、萝卜卡片、红绿灯圆圈卡、两个篮子。

一、准备活动

- 1、小朋友们，今天天气真好，让我们一起听着音乐开着汽车一起出发吧！（进场）滴滴滴，到站了！请旅客们一人拿着一个圈找一个地方玩一玩。想一想可以怎样玩。
- 2、吹哨，收圈喽。带领幼儿围成一个圈坐下，互相说说刚才你是如何玩圈的。

二、新授跳圈

- 1、小朋友想出了许多种玩圈的方法，让我们一起来玩一玩吧！

a□双脚跳圈。

b□合拢分开跳圈。

- 2、老师这儿还有一种跳法

- 3、游戏：小兔子找萝卜。

三、整理运动

我们找到了这么多萝卜，让我们开着小汽车回家分享吧！

从执教的情况来看，我觉得自己在课堂上的组织语言还有待加强，如何让孩子对你的提问或是小结能更好的.明白、理解，是自己在以后的教学中需要关注的一个重要方面。