

2023年体育活动踩高跷教案大班(优秀10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。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

体育活动踩高跷教案大班篇一

作为一个喜欢运动的人，参加体育活动对我来说是一件非常让人期待的事情。最近又参加了一项具有挑战性的体育活动——登山，这让我有了更深刻的体会和启发。在这篇文章中，我将分享我的一些心得和感受。

第二段：体验的困难

登山并不是一项容易的体育活动，它需要我们的体力、意志和耐力。在爬山的过程中，我遇到了许多挑战。一开始，我们必须穿过茂密的树林，越过千年老树和地形复杂的岩石。这对我们的体力和耐力都提出了极大的要求。特别是在攀登过程中，我们需要用力爬上陡峭的岩壁。这也让人感到非常紧张和危险。

第三段：实现的成就

尽管登山困难重重，但我还是感到非常满足。当我们到达山顶时，我们的内心充满了喜悦和骄傲。这是因为我们已经克服了许多不利的因素，如疲劳、恶劣天气、不确定性等等。我们还见到了壮观的自然风光和美丽的景色，这也让我们更加珍惜人与自然的的关系。

第四段：收获的启示

登山的过程给我带来了很多的启示。它让我更加坚定了自己的意志力和毅力，这些是我在生活中所需要的。它还向我们展示了自然的力量和它们对人类的启示。我们的生活不仅仅要追求物质的富足，还要追求身心的和谐和内心的平静。

第五段：总结

登山让我有了深刻的体验和感受，它不仅给我带来了困难和挑战，还让我更加接近大自然并且提醒我珍惜生命中的每一个时刻。我相信，通过这些体育活动的锻炼，我将变得更加强壮、自信和健康，为更好地面对未来的挑战做好准备。同时，我也希望更多的人能够加入到体育活动中来，共同拥抱自然和健康生活。

体育活动踩高跷教案大班篇二

拔河比赛是一项非常有趣的体育活动，同时也是一项很有益身体健康的运动。最近，我参加了一场拔河比赛，并从中得到了很多的收获和体验。下面，我将结合自己的经验，就拔河比赛的过程进行分析和总结。

第二段：拔河比赛的过程

拔河比赛是一项奥林匹克运动会项目，比赛过程中两队各站在自己一端的绳子后面，中间拉开一定的距离。然后，经过裁判发出的口令，两队竞相用力往自己一端拉，直到其中一队超过中心线，即被判为失败。在比赛当中，拔河双方不断斗争，互相协调，尽力保持自己的队伍占据优势。

第三段：拔河比赛的快乐

拔河比赛不光是一项运动，还是一项快乐的活动。在比赛中，我们感受到了队友之间相互鼓励和支持的力量，也体验到了团结协作所带来的乐趣。比赛场上，我们笑声不断，还有不

同队伍之间的互动和沟通，整个过程十分轻松和愉快。

第四段：拔河比赛的收获

通过这次拔河比赛，我深刻感受到了身体的力量。在比赛过程中，我们必须振奋精神、发扬体力、保持坚定的态度，这些都可以锻炼我们的身体素质和意志品质。同时，我们还学会了如何在赛场上体会到胜利和失败的感觉，以及如何从胜利和失败中汲取成长的经验。这些都是我们可以运用到日常生活和工作中的宝贵财富。

第五段：结论

总的来说，拔河比赛是一项非常有意义的体育活动，可以帮助我们提高身体素质、增强意志力和团队协作能力。通过每一场比赛，我们都可以深刻地体验到游戏的乐趣和收获，以及相应的价值和意义。在以后的生活和工作中，我们应该不断地坚持这种精神和态度，并将其注入到生活中的点滴之中，让自己更加健康、愉快地享受生活的过程。

体育活动踩高跷教案大班篇三

- 1、训练幼儿身体的平衡能力，训练幼儿身体的协调性。
- 2、培养幼儿合作意识。

小鸭头饰若干、小鸭图片2个、小鱼模具或图片若干、椅子2把、《走路》、《母鸭带小鸭》音乐磁带。

放《走路》音乐，带领幼儿做热身运动，引导幼儿学一学小鸭走路的样子，学一学小鸭叫。

1、场地布置

场地中间放两把椅子，在椅子背上贴上小鸭的图片，表示小鸭的家。在椅子后面各画两条相距约25厘米的平行线表示小路。幼儿分成人数相等的两队分别站在小路的一端，并拿好小鸭要吃的鱼。

2、玩喂小鸭的游戏

(1) 介绍游戏玩法及规则游戏玩法：排头幼儿沿小路走到小鸭的家，将手中的小鱼喂给小鸭吃（放在椅子上）然后沿原路返回，下一个幼儿再去喂小动物。所有的小朋友都喂过小动物后，游戏结束。

游戏规则：在给小鸭喂食的路上，一定要小心不要偏离小路，不准争抢，要一个一个的按排队顺序来，不遵守规则的幼儿就会被逐出局，最后看哪一队获胜。

(2) 教师示范游戏，让幼儿观看，引起幼儿的活动兴趣。

(3) 小组pk活动幼儿戴上小鸭头饰，站在自己队伍后面，进行小组pk活动。前一个小朋友喂小鸭时，后面的小朋友为他鼓掌加油。

3、活动评价

活动过程中，对遵守规则、获胜幼儿或小组及时表扬，对有进步的幼儿及时鼓励，增强其自信心，提高活动兴趣。

播放《母鸭带小鸭》音乐，幼儿随着音乐旋律做自由放松运动，活动活动手臂，放松腿部肌肉。

体育活动踩高跷教案大班篇四

1、发展幼儿跳跃能力和身体的灵敏性。

2、培养幼儿热气运动兴趣。

若干条海绵棒、4个拱门、音乐。

师：引导解说海绵棒玩法多样，如何去探索新玩法；

幼：可以用来木马骑；

幼：可以用来跳跃

幼：可以用来追玩；

师：现在，我们就来一个海绵棒跳跃比赛；

准备游戏—动作分解示范玩法—开始比赛。

跳跃海绵棒比赛：

1、幼儿在教师的指导下，进行玩法的引导：

（1） 双脚张开。

（2） 双腿跟住海绵棒跳线跳跃。

（3） 遵守游戏规则一个跟一个接力，提醒幼儿游戏过程中听从指挥。

（4） 进行男女混合小比赛。

运用海绵棒“大灰狼”游戏。

2、幼儿在教师的指导下，进行玩法的引导：

（1） 幼儿站在圈圈里面，老师扮演大灰狼在圈外拿着海绵棒追赶幼儿。

(2) 幼儿听随音乐的节奏快慢，其中一位老师协助站在圈内扮演羊妈妈，引领幼儿跑的方向。

(3) 幼儿在游戏的时候被大灰狼捉了，就放到圈外的拱门里。

1、教师简单总结，表扬孩子的表现。

2、重新集合列队。

3、听轻盈音乐，带领幼儿做放松运动。

体育活动踩高跷教案大班篇五

拔河比赛是一项让人热血沸腾的体育活动，我在参加学校的运动会时也参加了这项比赛。我们班分成两队，我是其中的一员，这是我第一次参加拔河比赛，下面我将分享我的心得体会。

第一段：正确认识拔河比赛

拔河比赛是一项团队合作的比赛，团队成员需要紧密协作，互相制衡，才能够将对方的队伍拉过警戒线。由于是身体力量、协调性、毅力、团队协作及对手的控制能力都要求非常高，因此，比赛中极易出现双方僵持不下的情况，需要以坚定的信念、自我超越和全队合作来取得胜利。

第二段：感受体育活动的热血与激情

在比赛开始前，我们一起加强热身，慢慢地才能够进入状态，为比赛做好准备。比赛开始后，身体的每个细胞都在竞争状态，心跳加速，汗水挥洒，就像在接受一次身体上的磨炼。人们用力拉着绳子，连成一条牢不可破的链条。在整个比赛的过程中，我感受到了体育活动的热血与激情，这让我更加热爱体育运动。

第三段：加强团队协作，达到胜利

在比赛中，团队协作是非常重要的。成员之间需要相互配合、相互沟通，互相扶持和支持，这样才能够达到胜利。特别是在一开始的时候，我们队伍比起对方略显劣势，然而，在团队的支持和加强下，我们逐渐回到了比赛的正轨。这再次证明了“团队合作，才能取得胜利”的真理。

第四段：尊重对手，尊重比赛

比赛中，对手是必不可少的。我们要学会尊重对手，因为他们是同样秉持着团队精神参与比赛的。要学会尊重比赛，不仅要竞争，更要与对手一同享受身体运动的快乐。这样做，才能够达到真正意义上的体育精神。

第五段：提高自我意识，增强体质

拔河比赛不仅考验的是我们的团队合作能力，也是体现了我们的身体素质。在激烈的比赛过程中，我意识到我个人的状态对团队比赛胜负的影响非常重要。因此，无论是在遵守规则、保护自己和队友、克服挫折以及提高自身的技能方面，都是非常有必要的。

总之，参加拔河比赛让我重新认识了体育，让我感受到了胜利的喜悦。体育能够让我们更好地面对人生中的一切挑战，因此，我们应该时刻保持热爱体育、锻炼身体，并注重团队合作、体育精神的培养，做一个更好的自己。

体育活动踩高跷教案大班篇六

本学期体育组按照全面推进素质教育的要求，始终坚持提高学生的身体素质的原则，使学生德、智、体全面发展，既有聪明的头脑，又有健康的体魄。在校长室的正确领导和体卫处的精心组织下，全校的体育工作取得了一定的成绩。现将

本学期的主要工作汇报如下：

我校领导十分重视体育工作，把它作为学校工作的一件大事来抓。首先把它纳入学校整体之中，学期初在行政会议上听取体育，并予以审议；学期结束听取总结汇报。对于学校举行和参加的重大体育活动，则在行政会议上予以协调安排，给予人力、物力、时间上的保证。

平时校长除了亲自挂帅以外，学期初协助教研组制订体育工作计划，学期结束帮助我们进行，平时则共同探讨，解决体育教学中所出现的问题。学校领导还亲自督促全校“两操、一课”的进行，以推动学校的体育工作进一步发展。长期以来，由于人们受应试教育的影响，对体育工作的认识不够，学校体育讲起来重要，做起来次要，忙起来不要的情况十分严重。我校领导坚持贯彻“首在体育”的教育宗旨，把体育教学工作放在应有的位置，绝不允许占用学生体育活动的的时间，确保体育课教学活动的正常进行。

学校长期以来，坚持每周对各班进行广播操评分考核以外，还对各班参加体育活动，参加体育锻炼活动的情况和体锻达标率、优秀率作为评选文明班级、优秀班集体的重要依据。这样大大加强了老师对体育工作的重视，在操场上经常可以看见老师的身影，同样也促进了学校各项体育活动的开展。

在本学期日常工作中，我校注重了加强对学生的行为规范教育，班主任平时做了大量的工作。现在每天早晨，学生一听到广播操铃声响了以后，就会自觉地在教室门口列队，排着整齐的队形，随着音乐的节奏，精神饱满地列队进入操场，班级的组织性纪律性得到了加强，增强了学生的集体荣誉感和互助互爱的精神，班级的凝聚力得到了加强，为良好班风的形成创造了有利的条件。这样的促进也为我校获得吴江市广播操比赛一等奖打下了坚实的基础。

体育活动踩高跷教案大班篇七

近年来，随着党支部体育活动的逐渐开展，我更加意识到体育对于党员干部的重要性和意义。通过参与体育活动，我深刻体会到了锻炼身体、加强团队合作、增加凝聚力等方面的好处。同时，也发现了一些体育活动存在的问题。下面我将结合自身体验，对党支部体育活动进行心得体会。

首先，党支部体育活动能够有效提高党员干部的身体素质。长期以来，我国干部队伍中存在着一些身体素质不过关的情况，这对于提高工作能力产生了不良的影响。而通过参与体育活动，可以有效改善党员干部的身体健康状况，增强体质。在篮球、足球、羽毛球等团队项目中，不仅需要有一定的技巧和战术，更需要有一定的身体素质作为基础。通过长时间的锻炼，能够让党员干部的体能得到有效提升，增强抵御疲劳和疾病的能力，提高工作效率。

其次，党支部体育活动能够增强团队合作和协作精神。体育活动往往需要团队合作来实现最佳的效果，这个过程中需要参与者之间的默契配合，团队间的协调配合能力也体现了一个单位的整体凝聚力和活力水平。在我参与的体育活动中，每个人都要克服自己的缺点，与队友相互配合，相互帮助。只有团结一致，共同协作，才能取得好成绩。通过这样的活动，我深刻理解到合作精神的重要性，更能够懂得集体智慧和力量的优势，这对于团队的发展和成长具有重要的意义。

再次，党支部体育活动能够增加党员干部的凝聚力。体育活动是一个团队生活的过程，通过与队友互动，磨合关系，才能够更好地发挥个人的优势。在参与团体项目中，与同事之间建立了互信和友谊，共同面对挑战，共同享受胜利的喜悦。这样的经历让党员干部更加紧密地团结在一起，形成了一种强大的凝聚力。同时，在体育活动中也能够感受到集体的力量，激发了对组织的归属感和对党的忠诚度，提高了党员干部的责任感和使命感。

然而，党支部体育活动中也存在一些问题。首先，由于工作繁忙，很多人没有足够的时间来参与体育活动，这就限制了党支部体育活动的规模和质量。其次，对于体育活动的组织和管理还不够完善，缺乏专门的人力和物力投入，使得活动的效果有待提高。此外，由于参与者自身体能和技能的不均衡，很容易导致参与体验的不公平，甚至可能导致意外的伤害。因此，在开展党支部体育活动时，需要充分考虑这些问题，并加以解决，以确保体育活动能够更好地发挥其积极作用。

综上所述，党支部体育活动对党员干部的身体素质、团队合作和凝聚力有着重要的促进作用，但同时也面临一些问题。在今后的工作中，我们要更加注重党支部体育活动的组织和管理，提高参与者的参与度和活动的质量。只有我们党员干部在健康的身体和团结的心态下，才能更好地履行自己的职责，为党和人民做出更大的贡献。

体育活动踩高跷教案大班篇八

活动目标：

- 1、会用多种方法玩雪球，提高躲闪，抛接能力，锻炼臂力。
- 2、体验冬季运动的快乐，不怕冷，能勇敢的参加冬季体育活动。

重点：体验冬季运动的快乐，能勇敢的参与体育运动

难点：用多种方法玩雪球

活动准备：

- 1、在日常生活中，幼儿用废纸。

2、活动前幼儿换上合适的衣服和鞋子。

活动过程：

一、小小解放军

天气好冷，天空中飘着大雪。我们英勇的解放军战士们不怕冷！今天接到上峰的命令，前方有敌情，要我们一起去歼灭敌军。

二、准备运动

1、一起来跟着音乐做做做准备运动，

爬雪山，过草地，雪花飘、滑雪、打雪仗等动作。

2、滚雪球，

敌人就要来了，我们准备一些打仗的雪球吧！

教师和幼儿一起用废报纸制作雪球。

三、练一练，打响冲锋号

(一)、集体活动

敌人来了，我们一起攻打敌人吧！

1、打雪仗：把幼儿分成红、黄两队，相距5——6米，面对面对站好，互相投雪球；

2、踢雪球：看谁能把雪球踢到敌人的脚部。

(二)、自由活动

敌人被我们打退了，大家一起来庆祝一下吧！

幼儿选择自己喜欢的方式玩雪球，可以找伙伴抛接雪球也可以自己仍自己接球玩。

提醒幼儿注意安全，抛雪球的时候要抛在小朋友的腿部以下，以免发生意外。

四、放松运动，结束活动。

大家一起听着音乐放松一下吧！

设计意图：

以小小解放军的形式，引起幼儿对活动兴趣。让幼儿更加勇敢的参与到活动中来。

做一些有趣的动作，做热身运动，为下一环节做准备。利用废纸做雪球，为打跑“敌人”做准备。这一部分有点难度，教师要讲解好。

以多种方式练习基本技能，使幼儿在游戏中获得锻炼。

让幼儿在轻松的音乐中作放松运动，结束活动。

体育活动踩高跷教案大班篇九

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，下面小编给大家带来体育活动总结，欢迎阅读！

为了更好的落实《中共中央“开展生阳光体育运动”方案》，加深“每天活动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子！”健康理念，推动学校群体性体育活动的组织开展，切实提高

学生的体质健康水平，进一步展示奎山小学全面落实实施素质教育和体育活动果，我们制定了《徐州市奎山中心小学阳光体育活动实施方案》，根据阳光体育实施方案，我们扎实有效地开展了阳光体育活动，取得了明显的. 活动效果。

校领导高度重视阳光体育活动。为了搞好体育活动，组织老师座谈听取建议并成立了活动领导小组。陈德琴校长、吕桂庭书记任组长，周兴伟、张颖任副组长，形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，体育组与各年级联动，确保活动有序、安全。为加大宣传力度，扩大影响，学校还订制了横幅悬挂于校门口的。活动前根据学生习惯积极安排活动内容，落实各项活动名称，力求影响深远并规划活动场地，策划活动范围，确定活动时间，为响应启动活动做好充分准备。

我们学校仅有两位专职体育教师，她们工作踏实，努力上进，专业知识精湛，有很强的团结合作意识。她们利用每天早6：30—7：30和下午5点后，进行学校传统项目柔道的训练同时还坚持长年训练常规比赛项目。赵明杰老师负责柔道队及双摇、盘踢的训练；王文文老师训练大绳及长跑。体育组利用间操时间进行学校大课间“特色操、广播操和集体舞”训练，大队部老师和全体正副班主任协助训练。

学校以年级为单位，开展丰富多彩的集体体育项目比赛活动。全体教师认真对待此项工作，各负其责，团结协作，形成特色，确保了阳光体育活动扎实有效地进行。

有人曾形容“阳光体育运动”意味着学校体育的春天到来。教育部有关负责人指出，“阳光体育运动”号召学生到阳光下、到操场上、到大自然中去锻炼身体，陶冶情操。当前，全国各地都在积极探索，以创新的手段推进学校体育教育。在今后的教学工作中，我们学校还将一如既往地开展好阳光体育运动，确保全体师生的身体健康，把阳光体育活动落实到实处，让学校处处充满阳光。

体育活动踩高跷教案大班篇十

体育活动作为党员干部锻炼身体、增强团队凝聚力的一种重要方式，近年来受到了广大党员干部的积极响应和参与。我所在的党支部也积极组织了一系列体育活动，通过参与其中，我收获了很多，并对党员干部的体育锻炼有了更深切的体会。以下是我对党支部体育活动的心得体会。

首先，党支部体育活动是一种有效的身心放松方式。工作忙碌的我们常常处在高度紧张的状态下，这样的日常生活很容易导致身心的疲惫和压力的积累。而参加体育活动，如跑步、篮球等运动，能够有效地放松身心，减缓疲劳。我在参加篮球比赛后，疲劳感减轻了很多，同时我也感到心情愉悦，精力充沛。体育活动使我在繁忙的工作之余能够得到良好的休息和放松，提高了工作效率。

其次，党支部体育活动增强了团队凝聚力和合作意识。参与体育活动时，每个人都需要努力配合他人，共同完成任务。如在足球比赛中，我们需要互相传球、配合才能进球；在激烈的篮球对抗中，我们需要互相帮助、策应才能够取胜。通过这样的合作，我们感到团队之间的紧密关系，增强了相互之间的信任 and 了解，形成了团结的集体精神。体育活动增强了团队凝聚力和合作意识，这对于我们党支部的广大党员干部来说是很有意义的，能够更好地推动团队的发展和工作的完成。

再次，党支部体育活动提高了个人的自我管理能力。作为党员干部，我们的素质和能力的提高对于团队和工作的发展都至关重要。而参与体育活动，是一种很好的锻炼个人意志和毅力的方式。例如在长跑比赛中，我常常要忍受体力透支和疲劳的痛苦，但通过坚持不懈的努力，我能不断提高自己的速度和耐力，提高个人的整体素质。体育活动需要每个人主动参与，自觉遵守规则，时刻保持自律。通过这样的锻炼，我们能够提高自己的自我管理能力，更好地应对各种挑战

困难。

最后，党支部体育活动培养了积极向上的精神风貌。体育活动给予了我充实的身心体验，使我充满了自信和勇气面对生活中的各种问题和挑战。在这个过程中，我看到了自己的进步和成长，激发了自己不断超越的欲望。我在体育活动中体验到了团结协作的力量、持之以恒的坚持和勇往直前的精神，这些都是我们在工作和生活中所需要的积极向上的精神风貌。

总结起来，党支部体育活动是一种既锻炼身体又丰富心灵的方式，对于广大党员干部来说具有很大的意义。通过参与其中，我们不仅能够放松身心、提高个人素质，还能够增强团队凝聚力和合作意识，培养积极向上的精神风貌。党支部体育活动的意义在于它为我们提供了一种身心健康的锻炼方式，能够帮助我们更好地投入到工作和生活中。希望未来能有更多的党支部组织体育活动，让更多的党员干部能够享受到这样的乐趣和收获。