# 中班体育游戏套圈圈教案(十篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-09-21

*作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。中班体育游戏套圈圈教案篇一1、能看准物体抛扔，提高目测及手...*

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

**中班体育游戏套圈圈教案篇一**

1、能看准物体抛扔，提高目测及手眼协调的能力。

2、喜欢民间游戏，体验游戏的快乐。

：

1、绳子一根

2、棉布缠好的铁丝圈若干

3、一些小的玩具、糖果若干

让幼儿喜欢民间游戏

能看准物体进行抛仍，并套住物体

一、热身运动：

1、转体运动（4个8拍）

2、振臂运动（4个8拍）

3、压腿运动（4个8拍）

4、跳跃运动（4个8拍）

二、导入部分：

1、“小朋友都逛过庙会吗？你印象里哪个好玩的游戏是使用这个圈的”（教师出示圈）

2、“你玩的时候有什么小窍门？”（幼儿自己讲解游戏要点：身体弯低、看准目标、用力准备。）

三、游戏部分：

1、教师将小玩具、小摆设等分散地放置在地上，之间有一定的间隔。测量出对孩子合适的距离，在地上用绳子划定出界限。

“今天我们也来玩这个好玩的游戏，看谁的收获最大”

2、教师讲游戏规则。

（1）幼儿站在起点处，抛扔铁拳去套场地的小玩具、小物品等。

（2）根据所套中的物品的\'距离，可以换的相应的糖果。

3、幼儿尝试套圈游戏。

(1)近距离尝试

（2）加大难度，远一点的距离。

**中班体育游戏套圈圈教案篇二**

1、在用圈摆成的图案中练习单脚、双脚、左右交替等各种跳的能力。

2、提高玩圈的兴趣，激发玩圈活动中的创造性。

3、学习与同伴商量合作玩的方法。

练习单脚、双脚、左右交替等各种跳的能力。

1、不同大小、不同颜色的塑料圈占全班人数的\'三分之一。

2、音乐、录音机。

1、引出主题，激发兴趣：“今天，我要带大家到儿童乐园表演节目，你们喜欢吗？在马路上开车，可要注意红绿灯。”（教师扮演杂技团团长，幼儿当杂技演员，手拿塑圈为方向盘，听音乐在场地四周自由地作边跑边开车，教师用红灯停，黄灯准备，绿灯开的口令为信号，控制幼儿的身体动作，使幼儿准备活动有一个动静交替的过程。）

2、准备动作练习：“杂技演员穿过几条马路，终于来到了儿童剧院，请小演员们跟着音乐来活动一下身体吧。”（听音乐，幼儿手拿塑圈，跟着教师做圈操。）

3、基本动作练习：“我们小演员们已经学会了用圈作方向盘开汽车，用圈做操的本领。这个圈还可以帮助我们练习跳呢！看谁最动脑筋和别的小演员想得不一样？”（幼儿想出多种用圈练习跳的方法，并亲自尝试，教师个别指导，互相启发交流。）

4、“我们请最受欢迎的小演员来表演给大家看。”（个别幼儿示范表演跳圈的方法。）

（1）单圈跳：将一个圈x放在地，在圈里单脚或双脚跳进跳出。

（2）多圈跳：幼儿把圈排成一排，从圈的这头练习用单脚、双脚或左右交替等方法跳到圈的那头。

（3）带圈跳：幼儿三四人一组，站在圈里，手拉手，用脚踏着圈向前快跳。

5、增加难度，重点指导：“刚才，小演员们用圈各自表演了观众喜欢的节目，接下来，我们再表演更精彩的节目吧。”自由结伴，将圈摆在地上搭成各种图案，进行单脚或双脚连续跳，左右交替跳，左右脚开合跳等跳圈活动。）

6、放松游戏：“杂技表演结束了，我们一起来欢庆自己的成功。”（幼儿用圈打扮自己，如：用圈放在头上当花环；套在脖子上当项链；套在手上当风车等。听着喜庆音乐唱歌、跳舞。）

**中班体育游戏套圈圈教案篇三**

1、巩固立定跳和侧跳动作，发展踝关节的灵活性。

2、幼儿在活动中体验游戏的快乐，培养幼儿对缎炼的兴趣及活泼开朗的性格，培养团队精神。

3、在活动中将幼儿可爱的一面展现出来。

4、商讨游戏规则，体验合作游戏的快乐。

创设场地及器材如右图。在地面上一队放有5个圈。

做准备运动，活动身体师：小朋友们，等下我们就要进行一个比赛，现在大家跟着我活动一下身体，等下才能表现的`更好。(带领幼儿抖抖手脚，练习立定跳，在原地跳跃)

老师要介绍游戏规则了，小朋友要认真听。我们今天游戏的名字叫跳圈比赛。一听名字大家就知道了，我们今天比赛跳圈。四组同时进行，老师要提游戏规则了。跳圈要双脚同时落地。(教师示范)大家听老师的口令，第一个小朋友跳过去后就跑回来，第二个小朋友就接上去。老师要看那组的小朋友最厉害，最后一个小朋友到了终点就把手举起来。老师要要求你们，不能大喊大叫，要保护嗓子。而且不要推来推去，注意安全，学会保护自己。

游戏过程让幼儿比赛一次，老师进行观察，对能力较差的幼儿进行帮助1老师对幼儿的比赛进行评价。师：有些小朋友没有遵守老师的游戏规则，比如xxxx，我们再来一次，大家要双脚同时落地，最重要要注意安全。变换游戏规则，立定跳改为侧跳。

游戏结束放松身体。师：到底是哪组的小朋友最厉害呢?小朋友为他们鼓鼓掌。大家都有点累了是吧?和老师做做放松运动。(做一些舒展的运动)等下就要x室，大家记得下楼梯要注意安全，不准推来推去的。

在整个教学活动过程中，幼儿的参与兴趣十分高涨，自主性强。第一个比赛环节幼儿相互配合时，可能玩得太兴奋了，在找队长和不间断跳跃上出现了一些困难，经过纠正得以解决。

**中班体育游戏套圈圈教案篇四**

发展幼儿动作的敏捷性。

1、套圈玩具10套。

2、小旗若干。

3、奖品若干。

一、准备活动：做操《今天天气真正好》

1、师：孩子们，今天天气可真好啊！我们一起晒晒太阳、做做操、锻炼锻炼身体好吗？

2、幼：好。

3、师幼齐做《今天天气真正好》

二、游戏：套圈比赛1、谈话导入师：孩子们，你们做的可真不错。瞧！这是什么呀？教师边说边出示健身圈。

幼：健身圈。

师；今天我们来玩套圈的游戏好吗？

幼：好。

2、游戏方法将孩子们分成四组，分别站在起跑线后准备，教师发令后各队排头，跳进圈里，将圈从脚下往头上套，再将圈放在前边，然后跳到圈内，再将圈从脚下往头上套，然后拿下，直到终点再回来，看谁胜利。

3、游戏规则

（1）必须将圈从头上往脚下套出。

（2）完成套环动作后，必须将圈放在前面然后挑进去。

4、开始游戏，教师巡回指导。

各组幼儿开始进行套圈比赛。

教师为胜利的小组发一面小旗，并颁发个人优胜奖。

教师提醒幼儿注意游戏规则，注意安全。

游戏反复进行。

三、游戏：长颈鹿套圈。

四、教师小结结束。

在这个过程中，教师很难把要点讲清楚，但因为听不清应该怎么做，孩子学得很累；同时孩子没有经历探索的过程，也就体验不到通过自己的探索获得成功的喜悦。能不能让孩子从动作开始，通过自己的探索，最终获得成功的体验？在活动中不仅让孩子学会游戏，更重要的是让孩子获得一种遇到困难可以自己试一试，如果不行可以换一种方法再试，最终总能成功的经验。

爱游戏是孩子的\'天性，选择孩子喜欢的内容，让孩子通过自己喜欢的方式进行活动，是一个活动成功的基础。给孩子展示的机会和舞台，让每个孩子都能自信地在集体面前表演，让每个孩子都能体验到成功，是这个活动的一个重要目标。在这个过程中，孩子一开始的以自我为中心的情况慢慢减少，取而代之是同伴之间的互相协调和合作。孩子出现了问题，不是教师指出的，是同伴指出的；不是恶意指出的，而是善意指出的，这对于孩子来说感受是完全不同的。这是一种同伴之间的资源利用，一种同伴间的互动。通过互相的提醒，孩子们不断地调整自己的行为，在不知不觉中学到了很多很多。

**中班体育游戏套圈圈教案篇五**

1.学习双脚合�闾�跃动作

2.体验身体与空间的关系

3.训练手眼协调的动作能力

4.能尝试各种不同的跳跃的动作

方形砖块5块（可用方形积木替代）体能环1个x60cm（圈圈） 引导：

教唱儿歌“青蛙”并配合动作模仿青蛙跳跃的动作，让孩子动动身体，并熟悉“跳”的动作。

大人可布置一个水池的情境，将砖块或积木比拟为石头排列成直线的路径，体能环（圈圈）做为青蛙休息的莲花叶。

2.请孩子模仿小青蛙跳水的.动作，跳过每一个障碍，最后在莲花叶上休息。

3.待孩子熟悉基本跳跃的动作后，则可以变化各种不同路径的玩法及跳跃的动作。

观察注意事项：

1.双脚合�闾�时，双膝与并节弯曲；落地时双脚着地。

2.先让孩子练习弹起身体往上跳，熟悉身体动作的控制后再进阶练习跳跃的动作。

活动评量：

1.能灵活控制身体的动作

2.能移动身体并往上弹起

3.能双脚合�闾�跃

4.双脚跳跃时双膝及并节弯曲

游戏后让大家一起分享活动的喜悦，让幼儿在优美和谐的音乐声中慢慢放松身体，使原来兴奋的神经逐渐恢复到相对安静的状态，在轻松愉快的气氛中结束游戏。

每天晨间活动可以练习小青蛙跳跳跳。

小孩子在这次活动中，都能懂得遵守游戏规则 ，孩子们积极投入到这个游戏之中，大家兴致很高，从活动中学会了双脚向前跳的技能，锻炼其腿部力量。设计教案时，紧紧抓住幼儿年龄特点，以游戏为主，通过让小孩子玩一些富有情趣的游戏，活跃课堂气氛，激发幼儿的学习兴趣，让孩子在活动的过程中去发现问题，拓展思维，让他们在尽享学习成功的喜悦中，使求知之欲望、探索之精神得到升华，同时也在潜移默化中培养了孩子的合作意识和进取精神。

**中班体育游戏套圈圈教案篇六**

《套圈》这个活动是一个老教材。孩子们都非常熟悉。体育游戏是孩子最主要的活动，也是孩子最喜欢的活动，爱游戏是孩子的天性。而且孩子喜欢一些自由的，较开放的教师介入很少的游戏。为此设计了《套圈》活动。我想通过这个活动进行一下尝试，充分给予孩子发现问题、提出问题、解决问题的时间，使孩子真正成为活动的主体。

1．练习快跑。

2．学习套圈的方法。

3．发展腿部肌肉。

4．激发幼儿参与游戏的兴趣和体验游戏的快乐。

5．愿意与同伴、老师互动，喜欢表达自己的想法。

经验准备：幼儿课前看过大班幼儿玩圈的场景。

物质准备：事先布置好场地，塑料圈每人1个。

让幼儿学习双手手心朝上握圈，翻圈从头顶套下的方法。

热身运动：教师带领幼儿做以下几种队列练习。

（1）分队走（2）合队走（3）“z”字形走。

（4）小跑步成3路纵队。

1．回忆大班幼儿的活动，引起幼儿的兴趣。

教师出示一个塑料圈提问：孩子们，这是什么玩具？你们玩过呼啦圈吗？今天我们就先来学习哥哥姐姐玩套圈。

2．套圈练习

（1）幼儿自由探索套圈的方法

师：孩子们，今天我想请你们每人拿一个圈套一套，然后告诉我什么样的套圈方法是最快又省力的。（幼儿自由练习套圈）

（2）组织幼儿讨论：什么样的套圈方法是最快又省力的？

幼儿自由发言，并请幼儿示范自己的套圈方法。

（3）教师总结并示范正确套圈的方法：人站在圈外，然后蹲下身，双手手心朝上握住呼啦圈，将圈翻过来迅速地从头顶套下去。

（4）幼儿再次按正确的方法练习套圈。

3．游戏：小乌龟套圈

（1）教师示范讲解游戏的玩法：将幼儿分成人数相等的三组站在起跑线后，当教师发出“开始”的口令时：每队第一位幼儿学小乌龟快速地爬到第一个呼啦圈处，蹲下身，然后双手手心朝上握住圈，接着翻圈迅速地从头顶套下去，再跑到第二个圈以同样的方法将圈从头顶上套下，然后迅速地跑回来拍下一个幼儿的手，然后站到队伍，被拍到手的幼儿以同样的方法游戏。游戏依次进行，最后看哪一组最快就为胜。

（2）教师请两个能干的幼儿示范玩一次后幼儿开始游戏。

游戏规则：

（a）幼儿必须是双手手心朝上握住呼啦圈，翻圈从头顶上套下。

（b）幼儿必须被拍到手后才能跑出。

1．放松活动：高人走与矮人走。

师：孩子们，好累呀，现在我们来学“高人走与矮人走”放松一下吧。

2．师：孩子们，现在我们把呼啦圈当汽车方向盘，跟随我开着车子回教室去吧。

（幼儿在教师的带领下，幼儿扮司机开车回到教室）

鼓励幼儿尝试更多的套圈游戏。

在这个过程中，教师很难把要点讲清楚，但因为听不清应该怎么做，孩子学得很累；同时孩子没有经历探索的过程，也就体验不到通过自己的探索获得成功的喜悦。能不能让孩子从动作开始，通过自己的探索，最终获得成功的体验？在活动中不仅让孩子学会游戏，更重要的是让孩子获得一种遇到困难可以自己试一试，如果不行可以换一种方法再试，最终总能成功的经验。

爱游戏是孩子的天性，选择孩子喜欢的内容，让孩子通过自己喜欢的方式进行活动，是一个活动成功的`基础。 给孩子展示的机会和舞台，让每个孩子都能自信地在集体面前表演，让每个孩子都能体验到成功，是这个活动的一个重要目标。在这个过程中，孩子一开始的以自我为中心的情况慢慢减少，取而代之是同伴之间的互相协调和合作。孩子出现了问题，不是教师指出的，是同伴指出的；不是恶意指出的，而是善意指出的，这对于孩子来说感受是完全不同的。这是一种同伴之间的资源利用，一种同伴间的互动。通过互相的提醒，孩子们不断地调整自己的行为，在不知不觉中学到了很多很多。

小百科；圈指的是任选一个顶点为起点，沿着不重复的边，经过不重复的顶点为途径，之后又回到起点的闭合途径称为圈。

**中班体育游戏套圈圈教案篇七**

1、在用圈摆成的图案中练习单脚、双脚、左右交替等各种跳的能力。（重点）

2、提高玩圈的兴趣，激发玩圈活动中的创造性。

3、学习与同伴商量合作玩的方法。

1、不同大小、不同颜色的塑料圈占全班人数的三分之一。

2、音乐、录音机。

一、引出主题，激发兴趣

“今天，我要带大家到儿童乐园表演节目，你们喜欢吗？在马路上开车，可要注意红绿灯。”

（教师扮演杂技团团长，幼儿当杂技演员，手拿塑圈为方向盘，听音乐在场地四周自由地作边跑边开车，教师用红灯停，黄灯准备，绿灯开的口令为信号，控制幼儿的身体动作，使幼儿准备活动有一个动静交替的过程。）

二、准备动作练习

“杂技演员穿过几条马路，终于来到了儿童剧院，请小演员们跟着音乐来活动一下身体吧。”（听音乐，幼儿手拿塑圈，跟着教师做圈操。）

三、基本动作练习

“我们小演员们已经学会了用圈作方向盘开汽车，用圈做操的本领。这个圈还可以帮助我们练习跳呢！看谁最动脑筋和别的小演员想得不一样？”（幼儿想出多种用圈练习跳的方法，并亲自尝试，教师个别指导，互相启发交流。）

四、“我们请最受欢迎的\'小演员来表演给大家看。”（个别幼儿示范表演跳圈的方法。）

1、单圈跳：将一个圈x放在地，在圈里单脚或双脚跳进跳出。

2、多圈跳：幼儿把圈排成一排，从圈的这头练习用单脚、双脚或左右交替等方法跳到圈的那头。

3、带圈跳：幼儿三四人一组，站在圈里，手拉手，用脚踏着圈向前快跳。

五、增加难度，重点指导

“刚才，小演员们用圈各自表演了观众喜欢的节目，接下来，我们再表演更精彩的节目吧。”

（幼儿自由结伴，将圈摆在地上搭成各种图案，进行单脚或双脚连续跳，左右交替跳，左右脚开合跳等跳圈活动。）

六、放松游戏

“杂技表演结束了，我们一起来欢庆自己的成功。”（幼儿用圈打扮自己，如：用圈放在头上当花环；套在脖子上当项链；套在手上当风车等。听着喜庆音乐唱歌、跳舞。）

**中班体育游戏套圈圈教案篇八**

1、通过玩圈，发展幼儿走、跑、跳等基本动作。

2、发展幼儿的创造力、协调能力及合作能力。

3、培养遵守纪律的习惯。

4、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

圈人手一个，录音带、两根长绳

（一）做圈操跟音乐，做操：上肢、下肢、体侧、体转、腹背、跳跃运动。

（二）1、请幼儿用各种方法玩圈、发挥想象与创造力。

2、集中请幼儿演示、其他幼儿向他学习。

3、用刚才没用过的方法再去玩一玩。

（三）游戏“看谁钻得快”

（四）请幼儿以组为单位，合作摆圈，进行跳圈游戏。

体现合作、讨论、看哪组设计的与众不同。

看一看，互相跳一跳。

（五）游戏“开火车”，音乐。

游戏“坐缆车”，以比赛的形式进，要遵守规则：站到队尾。

（六）“开火车”结束，请幼儿收拾整理。

幼儿园体育活动是幼儿最喜欢的.活动形式之一，对幼儿身心的健康发展有着不可忽视的重要作用。 圈是幼儿园常用的体育器械之一，幼儿对此器械较为熟悉，因此，设计了这次“玩圈圈”活动。本次活动利用圈的特点，鼓励幼儿探索、掌握用圈来锻炼身体的各种方法，发展幼儿基本动作，促进幼儿各种基本动作的协调性和灵敏性。培养幼儿的尝试，激发幼儿参与身体锻炼活动的兴趣，通过身体活动，克服各器官、组织的惰性，激活主要肌群，提高活动能力。

**中班体育游戏套圈圈教案篇九**

1、学习双脚并拢跳进或跳出圈。

2、通过游戏儿歌联系快速反应。

3、体验游戏中放松和紧张的不同情绪。

4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

5、乐于参与体育游戏，体验游戏的乐趣。

幼儿人手一个大圈。大灰狼头饰。

一、游戏活动――吹泡泡

1、幼儿手拉手站成一个大圆圈，介绍游戏玩法。

2、教师带领幼儿边念儿歌边做相应的动作，当老师说：“泡泡飞回来了！”，小朋友就8回来，站在大圆圈上站好，游戏结束，游戏可进行2――3遍。

二、游戏活动――跳圈游戏

1、跳圈

幼儿四散地站在场地周围，幼儿人手一个大圈放在自己的\'前面。教师带领幼儿练习双脚跳进和跳出大圈。

教师发出指令：“下雨了！”幼儿跳进“家”（大圈）里面；

教师发出指令：“天晴了！”幼儿跳出“家”（大圈）门；

2、兔子和狼

教师扮演大灰狼，幼儿扮演小兔子，幼儿人手一个大圈，四散分布在呈递周围，并站立在“洞”（大圈）里。

介绍游戏玩法：游戏开始，大家边念儿歌边从洞里双脚跳出来，然后随着儿歌的内容，蹲下吃草、左顾右盼等动作，儿歌念完，听到教师大声喊“狼来了！”便从场地的另一端跑出来，追逐小兔子，（老师。）小兔子立即跳进身边最近的任何一个“洞”里面。如果被大灰狼拍到或抓住，就站在场地的一旁。

配班老师扮演大灰狼，教师带领“小兔子”们念儿歌玩游戏，当大灰狼抓住2――3只“小兔子”后，可请较能干的小朋友扮演大灰狼，游戏继续进行。

三、游戏活动――拉个圆圈走走。

教师带领幼儿一起手拉手，边唱歌曲，边做相应的动作。

幼儿的兴趣非常浓，能积极回答老师的问题，但在幼儿讨论的这个阶段，我应该创设情景，让幼儿体验。我会多看看多学学，让以后的教学活动能够更好。

**中班体育游戏套圈圈教案篇十**

1、学习双脚并拢跳进或跳出圈。

2、通过游戏儿歌联系快速反应。

3、体验游戏中放松和紧张的不同情绪。

4、能根据指令做相应的动作。

5、愿意参与体育游戏，体验在游戏中奔跑、追逐的乐趣。

幼儿人手一个大圈。大灰狼头饰。

一、游戏活动――吹泡泡

1、幼儿手拉手站成一个大圆圈，介绍游戏玩法。

2、教师带领幼儿边念儿歌边做相应的动作，当老师说：“泡泡飞回来了！”，小朋友就8回来，站在大圆圈上站好，游戏结束，游戏可进行2――3遍。

二、游戏活动――跳圈游戏

1、跳圈

幼儿四散地站在场地周围，幼儿人手一个大圈放在自己的前面。教师带领幼儿练习双脚跳进和跳出大圈。

教师发出指令：“下雨了！”幼儿跳进“家”（大圈）里面；

教师发出指令：“天晴了！”幼儿跳出“家”（大圈）门。

2、兔子和狼

教师扮演大灰狼，幼儿扮演小兔子，幼儿人手一个大圈，四散分布在呈递周围，并站立在“洞”（大圈）里。

介绍游戏玩法：游戏开始，大家边念儿歌边从洞里双脚跳出来，然后随着儿歌的内容，蹲下吃草、左顾右盼等动作，儿歌念完，听到教师大声喊“狼来了！”便从场地的另一端跑出来，追逐小兔子，小兔子立即跳进身边最近的任何一个“洞”里面。如果被大灰狼拍到或抓住，就站在场地的`一旁。

配班老师扮演大灰狼，教师带领“小兔子”们念儿歌玩游戏，当大灰狼抓住2――3只“小兔子”后，可请较能干的小朋友扮演大灰狼，游戏继续进行。

三、游戏活动――拉个圆圈走走

教师带领幼儿一起手拉手，边唱歌曲，边做相应的动作。

教学过程中，幼儿积极配合，认真尝试，在自主练习里获取了经验，又在集体练习里感受到了快乐和喜悦，达到寓教于乐的目的，教学目标也得到了圆满的完成。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找