

沙包游戏教案6篇

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/170786858648854.html>

范文网，为你加油喝彩！

2024年2月14日发(作者：五一假期安排)



沙包游戏教案6篇

(经典版)

编制人：_____

审核人：_____

审批人：_____

编制单位：_____

编制时间：____年____月____日

序言

下载提示：该文档是本店铺精心编制而成的，希望大家下载后，能够帮助大家解决实际问题。文档下载后可定制修改，请根据实际需要进行调整和使用，谢谢！

并且，本店铺为大家提供各种类型的经典范文，如总结报告、策划方案、条据文书、合同协议、应急预案、规章制度、心得体会、教学资料、作文大全、其他范文等等，想了解不同范文格式和写法，敬请关注！

Download tips: This document is carefully compiled by this editor. I

hope that after you download it, it can help you solve practical problems.

The document can be customized and modified after downloading, please adjust

and use it according to actual needs, thank you!

Moreover, our store provides various types of classic sample essays, such as summary reports, planning plans, documentary evidence, contract agreements, emergency plans, rules and regulations, insights, teaching materials, essay summaries, and other sample essays. If you would like to learn about different sample formats and writing methods, please pay attention!

第 1 页

共 17 页

沙包游戏教案6篇

教案应该包括了足够的练习和实践机会，教案的制定是一个综合性的过程，需要考虑学科的特点和学生的发展水平，本店铺今天就为您带来了沙包游戏教案6篇，相信一定会对你有所帮助。

沙包游戏教案篇1

教学意图：

沙包是孩子喜欢的自制玩具，对于大班孩子来说是非常熟悉并经常玩的，大班的孩子们好奇、爱探索，为了充分发掘沙包的多种玩法，激发孩子们玩沙包的兴趣，根据幼儿年龄特点，于是，设计了这节体育游戏活动《我和沙包一起玩》。在游戏中体验快乐。激发孩子的兴趣启发孩子的思维，体验用身体保持平衡的方法。强化锻炼效果。

教学目标：

- 1、激发幼儿玩沙包的兴趣，想出玩沙包多种方法。
- 2、发展幼儿的创造性，锻炼幼儿手、脚灵活性。
- 3、促进幼儿骨骼、肌肉的发展。
- 4、培养幼儿的观察力和动手操作能力。
- 5、通过活动幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。

教学准备：

- 1、沙包、垫子。
- 2、玩沙包

活动计划：

第 2 页

共 17 页

（1、游戏传沙包、2、踢沙包、3、左右手抛接沙包、4、自抛自接、5、膝盖夹沙包跳游戏、6、游戏丢沙包、7、头顶住沙包、8、投沙包玩法、9、幼儿自由玩）

1、传沙包

幼儿站立成纵队，前面的幼儿拿着一个沙包传给第二个，第二个传给第三个依次传递，老师放上音乐，音乐一响开始传，音乐一停沙包停止传递，这时沙包在谁的手里谁就表演一个节目。

2、踢沙包

玩法：让幼儿把沙包放在脚上使劲往外踢。比比看，看谁踢的远

3、左右手抛接沙包

玩法：教师示范，用一只手把沙包抛起另一只手接住，自己左右手交替抛接沙包。

4、自抛自接

玩法：两手托着沙包，头仰起使劲向上抛，沙包落下时尽量用手接住。

5、膝盖夹沙包跳

玩法：游戏的人分成两队，用膝盖夹住沙包，然后向前跳，跳约3米的距离，然后跑回传给第二个幼儿。

6、丢沙包

玩法：让幼儿围成一个大圆圈坐在地上，让其中的一名幼儿将沙包轻轻放到另一个幼儿的背后，放下沙包的幼儿围着圈快跑，收到沙包的幼儿拿起沙包快去追，前面快跑的幼儿要跑到收到沙包的幼儿的第3页

共 17 页

位置坐下，如果被追上这个幼儿要到圈内表演节目，依此进行。

7、顶沙包

孩子把沙包平方在头顶上，向前走动，使沙包不掉下来，锻炼孩子的平衡能力。

8、投沙包

玩法：

(1) 让孩子站在圆圈上，手拿沙包投掷到圆圈中，左手和右手交换着练习。

(2) 在一定的距离内，让幼儿向另一头的圈内投包。玩时可以不断将另一头的圈缩小或换成垫子。

9、幼儿自由玩，老师为整个活动配上合适的音乐。

教学反思：

让每个孩子都能积极主动的玩起来，幼儿对体育活动的兴趣是不用怀疑的。活动中幼儿能够很愉快的进行游戏，能够听从教师的口令完成动作。吸引幼儿兴趣，符合幼儿园指导纲要精神。活动中充分调动了幼儿的积极性，发挥了幼儿做为活动主体的作用。

不足之处：

活动对于大班幼儿相对比较简单，幼儿活动量不大，教态过于严肃，应该用些儿话，这样就会更吸引幼儿的注意力，满足幼儿娱乐兴趣。

当一名幼儿园教师很容易，但要当一名优秀的教师却是难上加难。不管上的是什么内容，每一个环节都要设计巧妙，才能吸引幼儿的眼第4页

共 17 页

球，把注意力集中。

沙包游戏教案篇2

一.设计意图：

民间游戏是我园的园本教研课题，而沙包是孩子们经常玩的玩具。在课题的研究过程中，我发现单纯的让孩子们玩沙包已经让孩子们慢慢对沙包失去了兴趣。通过反复的摸索实践，我发现每一次玩沙包时给孩子们设计一个情境，让他们在情境活动中游戏探索创造，孩子们玩得不亦乐乎。而这次活动我把“好玩的沙包”设计成“小松鼠运松果”，相信孩子们会很喜欢。这次活动，我根据幼儿近期发展的特点，设计了这堂涵盖了幼儿运用沙包走、跑、跳、爬等技能的户外民间游戏课，目的在于培养幼儿的合作精神，促进身体敏捷性，平衡能力的发展，培养幼儿尝试探索精神和喜欢参加运动的兴趣。

二.活动目标：

- 1.通过玩沙包，培养幼儿的尝试探索精神，发展幼儿s跑、跳跃、攀爬等技能。
- 2.鼓励幼儿积极思考沙包的玩法，并与伙伴相互学习，体验游戏的快乐。
- 3.培养幼儿的合作精神，促进身体敏捷性，平衡能力的发展。
- 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。

三.活动重点：

体验游戏的快乐，培养幼儿的创造力

第 5 页

共 17 页

四.活动准备：

沙包，轮胎，梅花桩，障碍物，背景音乐，小松鼠卡通贴

五.活动过程

1.开始部分：

松鼠妈妈：“孩子们，今天天气很好，我们一起去散步吧!今天真暖和，好舒服啊，咱们来伸个懒腰吧!

——看，路边有许多漂亮的小花，我们蹲下闻一闻香不香啊?

——路边的小蘑菇，千万不要踩到，我们学“高人”走过去。

——这里的树枝太矮了，我们要学“矮人”走过去，躲开小树枝。

——孩子们，要过小河了，不要弄是自己的鞋子啊，现在我们跳过小河。

——远处飞来一只燕子，我们伸伸胳膊和它打个招呼吧。

——前面有一块空地，我们在这里休息一下吧。

咦，孩子们，这里好多松果啊!你们想不想和他们做游戏啊?今天，妈妈请大家来一起动脑筋想一想松果都能怎么玩，看谁玩的花样多，而且和别人的玩法不一样。但是我们今天在野外，大家一定要注意安全，不要离我太远。你

们愿意帮我吗？”

2. 幼儿探索沙包的玩法

自由玩

- (1) 抛接：向空中抛起沙包并接住。
- (2) 顶沙包：把沙包平放在头顶上，向前走动，使沙包不掉下来。
- (3) 夹包跳：用双腿夹住沙包跳

第 6 页

共 17 页

- (4) 背沙包：手、腿着地背上放沙包，背沙包爬

引导合作

- (1) 幼儿两人一组，投掷沙包
- (2) 两人夹沙包走
- (3) 互相扔沙包
- (4) 同时向空中扔沙包
- (5) 两人面对面或背对背运沙包

讲述玩法

孩子们，你们的玩法很多，谁来讲一讲你是怎么玩的？

3. 综合游戏

孩子们，现在秋天了，我们要准备过冬的食物了，你们能不能帮妈妈把这些松果运回家呢？记得我们要带着松果绕过一片树林，双脚跳过小河，爬过小山才能送到家，路上有好多困难，你们能不能克服？有没有信心帮妈妈送回松果？（勇敢的孩子）

妈妈先请一个勇敢的宝贝试一下，大家看他是怎么过去的好吗？（重申要求：绕过树林，双脚跳过小河，爬过小山，回来的宝贝记得站到队伍的后面去）大家试着走一遍：

- (1) 头顶绕梅花桩走
- (2) 双脚夹沙包跳障碍
- (3) 拿沙包爬山坡
- (4) 连贯游戏

孩子们快看，松果不多了。我们最后来个比赛，看那一组的宝贝第 7 页

共 17 页

先回到家，好吗?送完松果要记得回来跟妈妈一起整理场地奥!注意安全，遵守游戏规则。

4.游戏结束，整理放松运动

孩子们今天我们跟松果玩了好多游戏，并且把它们都送回了家，你们真是勇敢的好孩子，也是妈妈的好帮手!来，我们一起整理下场地，弯弯腰看看有没有垃圾记得要带走，要保护我们的大自然奥!伸伸胳膊跟蓝天白云说声再见，我们回家喽!拍拍胳膊拍拍腿。又到小河边了，我们要跳过小河，注意安全。别让树枝划着你，“矮人”走了。不要踩到蘑菇，“高人”走了。

六.活动反思

本着丰富幼儿课余生活，提高幼儿身体素质，使其得到全面、科学、协调发展精神，我园把民间游戏作为园本教研进行研究和实践。通过对一个个游戏的研究实践，通过一次次的分析研讨，取得了一定的成效。

民间游戏有时单纯的玩会很枯燥，孩子们不太感兴趣。但是针对孩子们的喜欢听故事的特点，把游戏设计到故事情境中，孩子们会玩得很高兴。通过一次一次的带领孩子们玩民间游戏，我发现开始部分的身体准备活动如果只是单纯的拍拍肩、拍拍膝盖、活动手腕脚腕，孩子们也不会感兴趣。此次活动，我把准备活动设计成带松鼠去大自然玩耍，路上跟小花、小燕子打招呼，高人走矮人走这些有趣的情景，孩子们在不知不觉中活动了身体的各个环节。整个活动，老师都是在引导孩子们自己想办法去玩，引导他们想出不同的玩法，引导他们去第 8 页

共 17 页

合作游戏。在综合游戏中设计了小松鼠帮妈妈运松果的环节，不仅增加了游戏的趣味性，还对孩子们进行了德育教育。在最后的放松环节，我通过带领孩子们整理场地，和蓝天白云再见，跳小河，高人走矮人走等情景，引导孩子们去做放松活动，同时还和游戏前的准备活动相呼应。总之，孩子们在故事情境中自由的游戏，孩子们在快乐的游戏得到了发展。

沙包游戏教案篇3

活动目标：

- 1.探索将沙包夹在两脚间向前掷包的动作，锻炼幼儿的协调运动能力。
- 2.主动尝试练习，发现问题，并积极表述自己的解决方法。
- 3.积极参与竞赛游戏，与同伴一道体验胜利的快乐。
- 4.发展身体协调性。
- 5.培养幼儿不怕困难、坚强、勇敢、积极向上的良好品质。

活动准备：

沙包人手一个，游戏材料若干。

活动过程：

1.准备活动。

(1)听音乐随老师做模仿动作：上肢动作、下蹲动作、踢腿动作、体侧动作、腹背动作、跳跃动作。

(2)听音乐玩沙包游戏，分小组进行。

2.尝试学习夹沙包。

第 9 页

共 17 页

(1)幼儿第一次尝试。

(2) 幼儿第二次尝试。

(3) 幼儿再次练习，可两两合作，比比看谁掷的更远。

(4)小组接力竞赛游戏：运果子。

3.听音乐做放松运动

教学反思：

让每个孩子都能积极主动的玩起来，幼儿对体育活动的兴趣是不用怀疑的。活动中幼儿能够很愉快的进行游戏，能够听从教师的口令完成动作。吸引幼儿兴趣，符合幼儿园指导纲要精神。活动中充分调动了幼儿的积极性，发挥了幼儿做为活动主体的作用。

活动对于大班幼儿相对比较简单，幼儿活动量不大，教态过于严肃，应该用些儿话，这样就会更吸引幼儿的注意力，满足幼儿娱乐兴趣。

当一名幼儿园教师很容易，但要当一名优秀的教师却是难上加难。不管上的是什么内容，每一个环节都要设计巧妙，才能吸引幼儿的眼球，把注意力集中。

沙包游戏教案篇4

活动目标

- 1、培养幼儿大胆参与游戏的情感，体验游戏的快乐。
- 2、发展幼儿动作的协调性、灵敏性、准确性及培养幼儿的耐力。
- 3、练习幼儿双腿夹物跳的动作及准确投掷的能力。

活动准备

第 10 页

共 17 页

小沙包若干、跨栏四个、圆圈四个。

活动过程

一、导入

1、教师以游戏口吻：今天天气真好，小朋友一起跟老师来做运动吧！

教师组织幼儿来到活动场地，师生共同念儿歌：

“今天天气真正好，小朋友们来做操，伸伸臂，伸伸臂，弯弯腰，弯弯腰，踢踢腿，踢踢腿，蹦蹦跳，蹦蹦跳”。

2、出示沙包

教师：你们看这是什么？我们一起来玩沙包好吗？

二、展

教师：沙包有许多玩法，让我们动脑想一想，沙包可以怎样玩呢？

1、幼儿自由玩沙包，教师观察指导。

（启发幼儿积极参与，想出了许多办法，有用沙包投掷物体的，有踢沙包的，有像小乌龟一样背着沙包爬的，有的夹在腿间像小白兔跳的，有用头顶，肩扛的，有几个小朋友相互结合传沙包等等，幼儿想出了许多好玩的玩法）。

2、师生共同讨论沙包的多种玩法，幼儿相互模仿。

（让幼儿展示自己与其他幼儿不同的玩法，让幼儿相互交流，相互模仿，体验游戏的快乐。）

3、重点练习双腿夹物跳、准确投掷。

（1）龟兔赛跑

第 11 页

共 17 页

玩法：把幼儿分成两组，一组扮小白兔双腿夹沙包，进行跳跃前进，另一组扮小乌龟背着壳（沙包）进行着地爬，两组一起前进，看那组最先到达终点为胜。

规则：中途沙包掉落，需放好后继续前进。

（2）炸碉堡

玩法：把幼儿分成四队，人手一颗“手榴弹”（沙包）分别站在起跑线，教师发出信号：“1.2.3出发！”每队第一个幼儿立即跑出，到跨栏前拿起“手榴弹”（小沙包）

向敌人“碉堡”（圆圈内）投去，如此依次进行，打中“碉堡”次数最多的对为胜。

要求：必须到跨栏前才能将“手榴弹”扔出。

三、结束

教师：敌人的碉堡炸掉了，我们胜利了”。

一起做放松运动，结束活动。

沙包游戏教案篇5

活动目标：

练习单手肩上用力的投掷，发展全身协调力。

活动准备：

投掷用的沙包，场地一端画一起点线，距起点线5、6、7米处各画三条线，在起点线前2米处系一高1、5米左右的绳子。

玩法：

(一)幼儿集体练习投掷，要求幼儿按操作要领做，用上蹬腿、转第 12 页

共 17 页

身挥臂的综合能力，将沙包从前面的绳上投过。

(二)幼儿分组比赛，可同时五六个儿童一起投，投到5米线得一分，投到6米得二分，投到7米得三分，没有投到线的不得分，投到后把三次所得的分加在一起为总分。最后比赛谁得分最多谁为优胜者。

(三)顶沙包走。

游戏讨论：

沙包不掉下来还要走得快应该怎么办？

1、保持头部不动腿要快走。

2、练习头顶沙包。

3、几个人一起比赛，从起点到5米处返回来看谁快。（沙包掉了必须捡起来顶上。）

教学反思：

本次活动通过幼儿及家长的共同参与，完成了基本教具沙包的准备工作，即弥补了园内玩具不足的现状，又在某种程度上让家长了解到孩子在园的一些活动，有助于促进家园交流。

活动一开始，材料的投放工作(在安全有序的条件下)也让孩子参与，符合“生活即教育”的思想。到活动结束的“打扫战场”也都有孩子参与其中，他们愿意干而且快乐着。

教育工作也是一份良心工作，与能力有多高关系不很大，只要你愿意去做，没有做不好的事。

沙包游戏教案篇6

【主题选择】

第 13 页

共 17 页

“踢沙包”是孩子们非常喜爱的游戏之一、在这个游戏的基础上，为更好的发展幼儿弹跳能力，培养幼儿的发散思维能力，而且在游戏过程中还能培养孩子们的竞争意识，所以我设计了《玩沙包》的游戏用于孩子们的户外活动。

【活动目标】

- 1、练习双腿夹住大沙包跳的动作，发展弹跳能力。
- 2、能用双腿内侧夹住沙包，控制腿部肌肉，双脚连续向前跳。
- 3、培养幼儿的发散思维能力。
- 4、发展幼儿的观察比较能力。
- 5、体验合作创编游戏的乐趣。

【活动准备】

大沙包人手一个、大垫子4块、课前画好货物的家。

【活动过程】

开始部分幼儿手持大沙包四散站在活动场地，跟随教师做热身活动，重点活动踝关节和做双腿夹包跳的动作。

【基本部分】

一、1、师：今天我们玩一个送货的游戏，大沙包就是我们的货物，我们要把货物从东边的这个家送到西边的家里，要求是不能用手拿。请小朋友动脑筋想一想，怎样既不用手又能把货物稳稳的送到西边的家里。

- 2、幼儿用自己想到的方法，把货物运到目的地。
- 3、幼儿换一种方法再把货物从西边送回东边。

第 14 页

共 17 页

4、个别幼儿示范自己的送货方式，其余幼儿模仿其动作送货一遍。大约请4-5名幼儿示范。幼儿示范时可以请其余幼儿坐在地上观看，以缓解下肢的劳累。

二、增加大垫子，提高送货难度，并调节下肢活动强度。

1、师：在送货的路上，多了两个障碍物，就是大垫子。小朋友过垫子的时候是不能用脚踩的，要注意保护它。请小朋友想一想，怎样不用手拿货物，又能带着货物爬过垫子呢？

2、幼儿分坐在大垫子的两边，请个别幼儿示范。

3、幼儿站成两队，一个跟一个用自己喜欢的方式把货物运过垫子，绕过前面的两堆货物，从两边返回，站到最后一个小朋友的后面，继续送货。规则是不能用手拿货物。

三、进行送货比赛。

1、师：现在我们来进行一个送货比赛，每队第一个小朋友把货物运过大垫子，再把货物夹在两条腿之间往前跳，绕过本队的货物后，从两边返回，拍第二个小朋友的手，站到队伍的最后面，第二个小朋友再进行送货。哪队最后一个小朋友先把货物送回来，哪队是胜利者。

2、教师示范。

3、幼儿按要求比赛两次。

四、讲评比赛情况。幼儿为胜利欢呼(把沙包扔向空中接住)。

【结束部分】

1、幼儿站在大垫子旁边做"机器人"的游戏放松。

2、幼儿帮教师收拾场地，回教室。

第 15 页

共 17 页

【活动反思】

沙包是孩子们熟悉并且经常玩的自制玩具，在平时的晨间活动中，我发现孩子们已经掌握了一些沙包的玩法，比如：向上抛沙包、扔沙包、顶沙包等。为了充分发掘沙包的多种玩法，激发孩子们玩沙包的兴趣，我设计了这节体育游戏活动。

本次活动目标定于让幼儿体会一物多玩的乐趣，发展幼儿的创造力，利用沙包特点探索沙包的多种玩法，提高幼儿动作的灵敏性、协调性。

活动前，让孩子们先做放松运动，活动自己的身体，在放松的音乐节奏中，激发了孩子们参与游戏的乐趣。大班的孩子们好奇、爱探索，教学过程中为了发挥孩子们的想象力，让幼儿说说沙包的玩法有哪些？我很注意我的角色，充分发挥支持者、合作者、引导者的身份与幼儿探索沙包的多种玩法。在孩子掌握多种玩法后，引导孩子进行

小组比赛。在指定位置上转5圈，然后跑到终点投进篮子里，投进篮子的算1分，没投进篮子的算0分。直到全队的完成比赛，得到最多分数的那对为获胜。提出要求，要听老师的口令进行转圈，不可以挤，推同伴。幼儿进行游戏，教师指导幼儿完成比赛。在整节课下来了，我觉得幼儿能够很愉快的进行游戏，能够听从教师的口令完成动作。充分调动了幼儿的积极性，充分发挥了幼儿做为活动主体的作用。

但是活动中也有些不足的地方：由于我的考虑不周，这节课对于大班的幼儿相对比较简单，使幼儿活动量不大，我觉得可以先让幼儿自由玩沙包，创造宽松的活动氛围，引导孩子进行锻炼，尝试沙包的第 16 页

共 17 页


不同玩法；根据孩子们在活动中的表现，通过提醒、示范的方式，让孩子们练习投掷沙包、双腿夹包跳、和背着沙包爬行的能力。这样既让孩子们学到了新的玩沙包的方法，又为后面的比赛做了铺垫。在后面的比赛可以在路程上设计一些障碍物，锻炼幼儿的钻，爬等动作。或者可以孩子们每人一个沙包，每人身上有三角形、圆形或正方形的图案，地上也有上述三种图形，要求把沙包投进相应的图形中。

我觉得当一名幼儿园教师很容易，但是要当一名优秀的教师却是难上加难。不管上的是什么内容，每一个环节都要设计巧妙，才能吸引幼儿的眼球，把注意力集中。在以后的教学中我要充分发扬教师主导孩子主体的师生关系，于教育与活动中，寓教于乐，让孩子快乐学习，健康成长。

沙包游戏教案6篇终于写完毕了，希望能够帮助到大家，谢谢！

第 17 页

共 17 页



要想飞得高
就该把地平线忘掉

更多 在线阅览 请访问 https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发