

大班体育跑教案 大班体育教案(大全20篇)

初一教案的编写旨在帮助学生通过系统的学习和实践，掌握相关知识和技能，提高综合素质。希望以下这些高三教案范文能对大家的教学提供一些帮助。

大班体育跑教案篇一

锻炼幼儿的腿部力量和协调性。

体验团结协作的乐趣，培养竞争意识。

1、观看赛龙舟的录像

2、节奏轻快的音乐，收录机

3、红旗一面

一、准备活动听音乐，师生一起做模仿动作（体育项目）游泳（活动上肢）射击（弓箭步，左右开弓）乒乓球（半蹲，体转）竞走（全身运动）体操（放松运动）

二、“开龙舟”游戏

1、幼儿自由结伴五人一组，后面的幼儿依次抱住前面幼儿的腰或者拉住衣服，蹲着向前走。（老师只交待“开龙舟”游戏的基本玩法，让幼儿自己在玩中体验怎样使“龙舟”前进的技巧）

2、老师观察：幼儿自由结伴的情况。开龙舟游戏时，幼儿能否步调一致，有节奏地蹲着向前走。

幼：我们“开龙舟”时有一个小朋友掉队了，他没跟上。

本次的活动内容“赛龙舟”选材教好。首先考虑到了幼儿的兴趣特点，有利于调动幼儿的积极性。整个活动是从幼儿的兴趣出发，注重综合性、趣味性，寓教育于生活、游戏之中。同时，“赛龙舟”活动具有民族特点，与亚运会也有相关性。

幼儿园活动目标基本上分三个部分，认知方面，技能方面，情感方面。幼儿体育活动更注重技能和情感，所以幼儿体育活动目标的设计要充分考虑幼儿在活动中学到的技能和产生的情感。对于技能方面，还要注意具体技能方面的问题，如“走，跑，跳等”。这方面容易被忽略，因为我们往往只重视整体技能，如“协调性，灵活性等”。此次活动目标的设计就忽略了具体技能方面的问题。

教师的语言很响亮，也很简洁，这也是幼儿体育活动所需要的。但语言不够自然，这方面的能力需要在以后的教学活动中加强锻炼。体育活动虽然注重活动的设计，但语言相当重要，并且有它自身的特点，尤其是幼儿体育活动。

口令和队列是体育课的基本要素，幼儿体育活动同样如此。此次体育活动口令和队列方面存在一定的问题，有些口令不够规范。这方面的问题在以后的体育活动中更要重视，要注意平时的点点滴滴。

大班体育跑教案篇二

活动目标：

- 1、能合作搭建“山洞”进行游戏，体验合作游戏的快乐。
- 2、学习匍匐爬得动作，掌握匍匐爬的动作要领。
- 3、游戏时能遵守规则互相谦让，轮流游戏。

活动准备：

- 1、经验准备：幼儿玩过“钻山洞”的合作游戏。
- 2、物质准备：垫子、做成树形的铺助物（可乐瓶做成树干、彩纸做成树冠）。
- 3、场地准备：在一块空旷的场地上布置好毛毛虫去旅行的路线：草地（垫子）——山洞（垫子两头放上两个拱形门）——树林（用榻榻米设置成宽窄不同的s形小路，小路两旁放上树形的铺助物），如图。

活动重点：

用边说儿歌边做动作的方法，引导幼儿学习匍匐爬的动作。

活动难点：

幼儿能姿势正确、协调地爬，掌握匍匐爬的动作要领。

活动过程：

- 1、教师带领幼儿做徒手操，帮助幼儿充分活动身体各部位：如头部、上肢、腰部、脚踝，要求幼儿按口令做，动作准确、有力。
- 2、通过谈话引发幼儿的活动兴趣。
 - （1）教师：“有一群快乐的毛毛虫要去旅行！在旅行的路上，要经过一片草地，毛毛虫可以用什么方法过草地呢？”
 - （2）教师引导幼儿说一说毛毛虫过草地的方法。
- 3、利用儿歌帮助幼儿掌握匍匐爬的动作要领。

(1) 教师边说儿歌，边示范匍匐爬的动作：“今天老师再教你们一种爬的方法。”

儿歌：“小朋友们排好队，握拳、弯臂做准备，身体紧紧贴地垫，肘膝着地向前爬。”

(2) 幼儿分成两组，边说儿歌，边根据儿歌的提示练习匍匐爬的动作，幼儿练习2-3次。

(3) 请动作规范的幼儿示范动作，教师再次重点讲解动作要领。

(4) 幼儿再次分组练习2-3次，教师重点观察并纠正动作不到位的幼儿。

4、通过游戏“毛毛虫去旅行”，巩固匍匐爬的动作。

(1) 教师介绍场地及游戏要求，幼儿开始玩游戏，教师纠正个别幼儿爬的动作。

(2) 幼儿分成两组，一组幼儿两两相对，蹲在第二组垫子的两侧，两只手拉在一起搭成“山洞”。另一组幼儿扮演毛毛虫去旅行，爬行草地、钻过山洞、穿过树林，变成蝴蝶飞回起点。

(3) 两组幼儿交换角色进行游戏。

5、教师引导幼儿听音乐玩游戏“毛毛虫变成蝴蝶”，在草丛里快乐地飞舞着，增加下肢的活动。

6、放松活动：“我是小小机器人”。帮助幼儿调整呼吸，放松身体各部位。

附儿歌：

我会变

我们都是机器人，

我们都是机器人。

我会变，我会变。

我会变成人。

活动评价：

以“毛毛虫去旅行”的游戏导入，幼儿充分地沉浸在游戏中，感受快乐。活动由易到难，从复习手膝爬和手脚爬的动作入手，引出匍匐爬，可以让幼儿直观形象地感知不同方式的爬。此外，活动中采用儿歌的形式对动作要领进行提炼，进一步帮助幼儿掌握动作。活动中大多数幼儿基本掌握了匍匐爬的动作，但是动作的协调性方面有所差异，所以幼儿爬的速度区别较大，尤其是“毛毛虫”在爬过宽窄不同的弯曲的树林时，体现得比较明显。

建议“毛毛虫去旅行”的路线可根据场地、活动内容等因素进行调整。

大班体育跑教案篇三

1. 增强快速奔跑和追逐的能力。
2. 提高动作的反应速度和敏捷性，激发对体育游戏的兴趣。
3. 增强合作精神，提高竞争意识。
4. 感受运动的快乐，愉悦身心。

学会“荷花”这首儿歌、宽敞无障碍物的场地。

1. 儿歌对完后才能开始跑。
2. 被抓到时，两个幼儿要互换角色。

若干幼儿手拉手围成一个大圆圈，几个幼儿站在圈内扮作荷花，圈上幼儿围着荷花和荷花对歌。（圈上幼儿：荷花荷花几时开？圈内幼儿：一月开。）一月不开几时开？二月开。

……六月荷花朵朵开。

今天语言活动《荷花荷花几月开》中，游戏的部分需要幼儿通过问答的形式说出一年四季的花卉，当我问幼儿：“什么花儿春天开？”时，幼儿说出的花卉有迎春花、紫玉兰、杜鹃花等，而这些都是幼儿园里有的或者是在“春天”主题活动中带幼儿出去看到的，幼儿对于夏天、秋天、冬天的花卉却了解的比较少。虽然我已经通过家校路路通让家长告诉幼儿一些相关的知识，了解一些四季的花卉，然而今天的游戏活动中幼儿的回答却没有达到我预期的效果。

由此我想到了，课前渗透也需要讲究方式，最好是通过实物、图片等直观的东西引导幼儿，让幼儿亲身感受则是最好的方式，印象特别深刻。我想，对于今天的这个活动可以利用晨间谈话，一方面先了解幼儿在这方面的知识或是家长对其的丰富，另一方面也可以根据实际情况，教师本身也可以丰富他们在这方面的知识，这样才能使活动达到预期的效果吧！

大班体育跑教案篇四

活动目标

激发幼儿参加体育锻炼的兴趣。

学习单脚跳、双脚跳，及交替跳。

锻炼幼儿的身体协调能力及团队合作精神。

提高动作的协调性与灵敏性。

能根据指令做相应的动作。

重点难点

教学重点：掌握跳跃要领，及身体协调性。

教学难点：学会单双脚交替跳。

活动准备

沙包(人手一个)小兔头饰(人手一个)室外场地跳房(事先画好)。

活动过程

一、开始部分：

孩子在室外场地围一个圈，游戏大西瓜小西瓜(原地双脚跳单脚跳)。

二、基本部分：

1神奇魔法变变变，吃完西瓜变小兔，(每名孩子带上准备好的小兔头饰)，孩子站成两队，跟随老师站到跳房前，我们都是兔宝宝，跟着妈妈采蘑菇，踩到蘑菇放在哪，放在桥头大箱子里。兔宝宝学过桥。(教师示范手拿沙包单双脚交替跳过跳房)。

2请两名孩子示范跳一跳，请孩子们说一说怎样跳得对。教师

引导孩子学习单双脚交替跳。

3两队比赛采蘑菇，两队孩子依次跳到跳房前头，将沙包投进纸箱内，前面的孩子投完沙包，后面的孩子才可以跳房子。教师引导个别孩子正确的交替跳。

4游戏进行三轮，评出跳的最好的小朋友来当兔大哥，并评出获胜队。

三、结束部分

1小兔子们，我们采了这么多蘑菇，快送回家吧，请兔大哥把我们踩的蘑菇送回去吧（一名老师领四名孩子把沙包和纸箱收回班级）。

2大灰狼的肚子饿了，要出来找食物了，我们可不想成为他的晚餐，让我们静悄悄的回家吧。（孩子们站成一队跟随老师轻步回班级。）

活动反思：

本次体育活动孩子们非常喜欢，尤其是情境的设计，是孩子们更加喜欢玩这个游戏，并能轻声的站队，轻步的走路，在活动中，孩子们为了本队的胜利，前后的`小朋友配合的非常默契，即使出现投不进的情况，孩子们也不责怪，这一点很难得。不足之处是，1个别孩子交替跳的不好，老师要及时的鼓励并指导，2孩子们平时运动量较小，活动后明显感动疲乏，在以后的教学中一定要加强孩子们的体育锻炼。

大班体育跑教案篇五

椅子是孩子们最熟悉的东西，每天他们都与小椅子亲密接触。孩子们喜欢用椅子做玩具，从椅子上跳下来，跨过椅子，当马骑，为了满足幼儿玩椅子的乐趣，充分挖掘椅子这一生活

中常见的运动资源，我设计了一个利用椅子乐翻天这个体育游戏。

1. 积极动脑筋，听信号做游戏，能根据信号快速做出相应反应。
2. 有合作意识，能与同伴协调一致，体验合作成功的乐趣。
3. 通过椅子的各种玩法发展平衡能力和敢于挑战的'能力。
4. 发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
5. 鼓励幼儿积极参与游戏，体验游戏带来的快乐。

幼儿人手一张椅子, 奥尔夫音乐、《彩虹的微笑□□□honey□

一、热身运动，激发幼儿参与活动的兴趣。

老师带领幼儿在奥尔夫音乐中开展热身运动，主要进行手、腰、腿、脚各部位的练习，为接下来的平衡动作练习做准备。

二、个人游戏：听一听、做一做，引导幼儿尝试根据信号快速做出反应。

游戏玩法：听指令做动作：(1)起立，(2)坐下，(3)跳到椅子左边，(4)跳到椅子右边，(5)绕椅子一圈，(6)交换位置。

游戏规则：教师在游戏的过程中，打乱数字顺序游戏，逐渐增加难度。重点引导幼儿要听清楚信号，耳朵、身体、脑子要反映准确。三、小组游戏：搭桥过小河，通过小组合作搭桥，发展合作能力，平衡能力和敢于挑战的能力。

游戏玩法：全体幼儿分成两组，每组第一个小朋友的旁边多了一把椅子，椅子从小朋友手上一个接一个的传给最后一个

小朋友，面前出现空椅子就要马上向前走，哪一组先搭好走到对岸就算赢。

游戏规则：注意椅子传递中的安全，不能从椅子上掉下来。

四、集体游戏：搭桥过大河，进一步发展合作、平衡的能力，体验协作的快乐。

游戏玩法：全体幼儿合成一组，5张空椅子交互传递搭桥。

游戏规则：不能从椅子上掉下来。

重点指导：一边传椅子，一边注意脚下的移动，还要注意转角的地方。

五、跟随音乐做放松动作，舒缓幼儿的情绪。

活动延伸1. 体育游戏中继续引导幼儿尝试椅子的新玩法。

大班体育跑教案篇六

锻炼幼儿的躲闪机制能力

沙包数个

用沙包作籽，游戏者分成两组。在场地上画两条直线，两线间隔5米。一组游戏者在两线的区域内，一组的游戏者站在两线的外面。站在区域外的游戏者用沙包打向区域内的游戏者，区域内的游戏者进行躲闪，不让沙包砸到。如果被砸中就停止游戏，如果能接住沙包就能救起被砸中的游戏者。两组可互换角色反复游戏。

大班体育跑教案篇七

- 1、在尝试、练习的过程中学习相互抛接球的技能。
- 2、发展身体协调性及锻炼手臂的力量。
- 3、激发幼儿积极参与体育游戏的积极性。
- 4、初步培养幼儿体育活动的兴趣。
- 5、培养幼儿的自信心，正确对待输赢，有良好的心理素质。

皮球若干、背景音乐

一、导入，活动身体

- 1、听信号进行队列练习
- 2、热身运动：球操

二、自由练习，激发幼儿探索皮球的多种玩法。

第一次探索：单人探索：幼儿自由探索各种玩球的方法，教师随机指导。并相互交流与学习。

第二次探索：双人组合玩球，在交流的基础上引出抛接球。

三、难点练习，重点指导抛接球的动作技能。

- 1、师幼互动，讲解示范抛接球的动作要领。
- 2、幼儿两两结对练习抛接球，教师观察与指导。
- 3、两两演示与交流，共同解决抛接球问题。

4、幼儿再次分散练习抛接球：鼓励幼儿挑战自我（如不同距离的尝试等）

四、游戏：玩球比赛

1、老师讲解游戏规则

2、幼儿示范游戏玩法

3、提出游戏要求幼儿游戏，教师在游戏的基础上提出新的要求

五、放松活动

1、围坐在老师身边，听音乐做放松练习

2、整理好皮球，幼儿跟着教师回教室

1、 这节玩皮球的活动课，孩子们活动热情很高，加上我班的孩子特别多（68人），现场都差点不受我控制了。想到孩子们年龄小，这节活动课我准备的合作传球都基本没什么难度，孩子们都掌握的很好，有些掉球的小朋友在我强调了之后就没有再掉球了。不过，孩子们的聪明、想象力令我异常欣喜，在自主玩球环节，他们玩出了很多花样，令我惭愧。如果重新上这节课，我想在合作传球环节增加点难度及趣味性，促进孩子们多方面的发展。

2、 这次活动还应该在安全意识上多强调，因为在活动中有小朋友在自主玩时转身时撞到了人，还有调皮的小朋友故意用皮球撞人。下次在活动前要先强调。

大班体育跑教案篇八

1、通过健康游戏发展幼儿绕障碍走、跑的能力，提高幼儿动

作的灵敏性；

2、培养幼儿在活动中积极动脑的意识，以及教育幼儿爱护小树苗。

皮球四个，装水饮料瓶幼儿人手一个，用废旧饮料瓶制作的小树苗若干，录音机，磁带。

一、准备活动。

1、四路纵队入场，向右转，成体操队行散开，老师带幼儿一起跟音乐做准备操，活动幼儿全身各个部位。

二、基本部分。

1、给小树苗巡逻。启发幼儿想办法，绕小树苗花样走，鼓励幼儿想出多种不同的办法。

2、给小树苗浇水。幼儿持瓶双臂侧平举绕小树苗走。（加大手臂负荷绕障碍走）

3、接力赛。加大活动量，绕障碍跑。接力赛三次。距离为10米。

三、结束部分。放松活动，打“保龄球”。分为四组，玩若干次。

大班体育跑教案篇九

1、通过篮球基本动作（拍球）及篮球运球比赛，促进幼儿肌体的发展。

2、在集体游戏中培养团结协作，遵守规则，合作竞争的良好品质。

重点：运球时能根据运球方向准确地接触球的部位。

难点：手对运球的控制能力及持续性。

幼儿人手一只篮球（皮球）、红绿黄蓝四队标记、口哨

一、开始部分（跑步热身：听鼓声变速跑）

1、听鼓声变速跑，跑步热身。

2、篮球热身操：听口哨的8拍子节奏做热身操，包括伸展运动、体侧运动、体转运动、踢腿运动、压腿运动、跳跃运动、高手运球和低手运球。

二、基本部分（幼儿练习原地运球、行进运球）

1、四散练习：幼儿自由练习左右手交替拍球、原地运球。

2、幼儿探索练习，老师巡回观察指导。

原地运球动作要领：两腿弯曲，上体稍前倾，抬头，眼看前方或侧方；五指自然分开，手心空出，用手指和指根部控制球；肘关节自然弯曲，以肘关节为轴，上下摆动。

行进运球动作要领：向前运球时，按拍球的后上方，同时后脚蹬地运球行进，球的落点在同侧脚的前侧方，跑动的步伐要与球弹起的节奏协调一致，手背的动作与原地运球相同。

3、个别幼儿示范“让球走起来”，老师提升要求。

4、游戏：找朋友：行进间运球和好朋友握手。

三、运球接力比赛（在拍球、运球集体比赛，增加幼儿的运动量）

幼儿分成红绿、黄蓝四队，共二组，进行拍球、运球拉力比赛。

红、黄两队第一名幼儿同时运球，把球分别运给对应的绿队和蓝队，接到球的幼儿继续运球，给球的幼儿站在接球幼儿一队的排尾。

四、结束部分（放松运动，结束后的放松整理）

1、太极球操。

2、整理器械玩具，整队回教室。

六、推荐体育游戏：老狼老狼几点了

游戏规则：每人手持一球，游戏开始进甲同学背对大家，当老狼在前面运球前进，其他同学运球紧随其后，后面的同学齐声喊“老狼老狼几点了，”老师答“几点钟”经若干次后当老师喊到六点时，老狼转身向后追拍他同学，其他学生向预设的（罚球区）家中跑去，当跑到“家”中则安全了。

大班体育跑教案篇十

幼儿活泼好动，摸、爬、滚、打是他们自娱自乐，相互嬉戏的最爱。大班幼儿对自己的身体各部份有一定的认识，在嬉戏中能有意识地积极寻找多种方法运用身体某些部位去完成一些高难动作。我根据本班幼儿的实际能力，设计了“灵巧的身体”系列活动，在活动中，幼儿积极思考、尝试，利用身体各部分来移动，满足了幼儿的兴趣与需要。为尽量地满足幼儿创造游戏的兴趣与欲望，特设计本次活动。活动旨在让幼儿在愉悦的情绪下，积极动脑，大胆参与，主动地探索箱子的不同玩法，在不断地尝试、游戏中，促进幼儿在原有水平上获得发展。体验创造的乐趣，提高对体育活动的兴趣，从而在活动中不断提高对基本动作的掌握以及身体的灵敏性

与协调性。

- 1、幼儿借助箱子进行自主活动，综合发展幼儿的基本动作，提高身体灵活性、协调性。
- 2、积极探索、交流箱子的多种玩法，提高创造能力与探索能力。
- 3、通过活动，培养幼儿勇于克服困难的精神，体验成功的快乐。

小组个别

借助箱子，发展幼儿的基本动作

创新游戏方法，提高幼儿创造力

（一）、利用纸箱进行准备活动

利用纸箱做走、跑等动作，活动身体各部分，跟随音乐做动作，活跃活动的气氛。

（二）、鼓励幼儿自由探索与交流分享

1、启发观察，激发兴趣。

师：“刚才小朋友们做的都特别好，所以老师奖励给每个人一辆小汽车。”教师神秘的语气，引导幼儿观察纸箱、变成汽车，激发幼儿参与活动的兴趣。

2、创设情境，自由探索

1) 以游戏的情境调动幼儿积极探索的欲望，鼓励幼儿想出不同的办法来开动汽车。幼儿自由想象、实践，完成规定要求。教师观察指导，鼓励好的方法，对有困难的幼儿进行个别帮

助。

2) 师：“现在小朋友开动自己的汽车，我们一起到果园去摘果子吧！”

以摘果子的情境调动幼儿兴趣，延长移动距离，提高幼儿动作的灵敏性、协调性。

3、激发兴趣，创新活动形式。

师：“刚才我们小朋友把纸箱当成小汽车开着玩，那你们再想想，还能怎样玩呢？你们试试看吧！”

教师启发性的语言，调动幼儿继续探索不同的玩法，教师观察指导，发现好的及时鼓励，并有意识引导幼儿练习助跑跨跳动作。鼓励幼儿在游戏中与同伴交流玩法，尝试别人的玩法，体验游戏的乐趣。

（三）、游戏竞技《送水果》

师生共同布置场地（如图），把幼儿分组，进行平行游戏。

集体玩法：各队的小猴子要跨过小山坡（纸箱），钻过山洞（纸箱），在开着小汽车（纸箱）快速将果子运到医院，在沿原路回来。用时最短的一队获胜。

（1）在钻爬的环节中，教师特意为幼儿设置了两只纸箱，以此来培养幼儿在竞技中安全、有序，共同进去的体育精神。

（2）在跨跳环节中，教师设置了高低不同的纸箱，满足不同水平幼儿的需要，使幼儿在活动中体验成功，树立活动的自信心。

（3）评价环节中，对速度最快的一队进行鼓励，把彩旗发给各队。

(四)、结束部分:

播放音乐放松身体, 结束活动。

大班体育跑教案篇十一

1、体验一物多玩的乐趣。

2、发展幼儿的创造力、想象力及合作能力。

幼儿准备: 请家长帮幼儿准备不同的绳子, 丰富幼儿对绳子的感性经验, 了解不同绳子的特点。

教师准备: 提供各种绳子(跳绳、大绳、毛线绳、布绳、麻绳、草绳、钢丝绳等)。

(一) 谜语导入:

谜语: 绑人绑的紧, 剪刀剪的断, 粗粗细细有, 长长短短有, 请你猜一猜?

(二) 扩散思维活动: 谈话, 你见过的绳子?

1、绳子有许多宝宝, 你见过什么样的绳子? 这些绳子有什么用处?(相互说、个别说)

2、孩子们这么喜欢绳子宝宝, 我们把这些绳子宝宝请到了我们班。(依次出示不同的绳子)

3、幼儿自由观察、自由选择自己喜欢的绳子。

(三) 通过实际操作, 培养幼儿的合作能力和创新意识, 体验合作的乐趣。

1、孩子们都找到了自己喜欢的绳宝宝, 下面请孩子们说一说,

你手里拿的是什么绳子？。(毛线绳、跳绳、草绳等)它有什么用处？(绑东西、织毛衣、缝衣服、拖车等)用它可以做什么游戏？(引导幼儿说出：一人玩、两人玩或多人玩)

2、孩子们想出了这么多玩法，下面请你们找到自己的好朋友，两人或多人来玩这些绳子，你觉得还有什么更好玩的玩法吗？(引导幼儿相互合作，体验玩绳的乐趣，在合作中创新绳子的玩法，感受绳子的奇妙。比如：翻绳、花样跳绳、套圈儿、跳格子、钓鱼、扎辫子、捆绑货物等)

(四)展示花样玩绳，体验成功喜悦。

1、幼儿相互欣赏同伴的玩绳过程。

2、找几组有代表性的展示玩绳过程，提示幼儿讲解说明。

(五)概括总结、拓展知识。

其实，在我们的生活中还有一些特殊的绳子，让我们在今后的生活中继续关注它吧！

激发幼儿在活动中团结合作，没有朋友会很孤单的。

师：孩子们和自己的同伴相互合作，用绳子做了许多游戏，真是让老师打开眼界。

在这高兴的时刻是谁在哭呀？(出示被遗忘的大绳)我问它为什么？它说

--

它没有朋友！怎么办？(孩子们一致表示要与大绳交朋友)

(六)活动结束：

绳子哥哥找到了朋友很高兴，我们一起到院子里跳大绳

孩子们的探索活动应用身边的事物开始。本活动的内容、材料来源于生活，有效的利用了绳子。结合活动引导孩子们关注周围生活和环境中常见的事物，发现其中的有趣和奇妙，教师不用浪费太多的时间和精力去做准备，但活动时孩子们兴趣还是很高昂。活动在笑声和掌声中结束。

不足之处：

场面出现混乱，孩子们游戏时规则意识还不够强。

幼儿的学习能力和老师的教育能力都得到了充分发挥和发展。但就是常规比较乱，在这方面还要加强。

大班体育跑教案篇十二

教学内容及学情分析：跳绳是孩子常玩的游戏之一，也是孩子锻炼身体的良好方法，户外活动中孩子对跳绳非常感兴趣，并且能创造出多种玩法，如：将两条绳平行，过小河等。总之跳绳的玩法多种多样。本次活动旨在：幼儿原有跳绳的基础上，引导幼儿探索不同的跳绳方法，体验创造性玩绳的乐趣，发展幼儿的身体动作。

1、启发幼儿大胆想象，探索不同的跳绳方法，掌握跳绳的基本技巧。发展幼儿的想象、合作、创新能力。

2、训练幼儿的跳跃能力，增强动作的协调性。

用不同的方法练习跳绳。

幼儿合作玩绳。

录音机 磁带 跳绳（幼儿每人一根）大绳一根

一：热身活动：绳操

头部运动：双手叉腰头部跟着节奏做前、后、两侧后的摇动。

腿部运动：伸脚、勾脚、屈腿、伸直等。

手腕和脚踝运动：双手五指相叉摇动手腕，脚尖点地绕环等。

二、集体学习几种跳绳方法。如：正跳、双脚跳。

三、自由探索：

1、幼儿分散在场地上，练习用不同方法跳，鼓励幼儿创造性地变换花样，尽量与别人跳的不一样。

如：反跳、单脚跳、绕花跳、带人跳、边跑边跳、双脚交替跳……

2、阶段性小结，请幼儿相互交流示范各自的玩法。并请跳法独特的幼儿展示，大家都来跟着尝试。

四、启发幼儿集体合作，探索跳绳的花样跳法，教师引导：

1、两人一根绳，幼儿结伴跳绳。教师指导幼儿双人合作跳绳。

(1) 两幼儿分别单手持绳同时甩绳同时跳；

(2) 一幼儿站着不动，一手甩绳，另一个幼儿边一手甩绳边跳。两人交替进行。

(3) 一幼儿双手持绳并甩绳，带另一个幼儿前跳、后跳。

2、启发幼儿把一人跳绳的方法迁移到两人合作跳绳的过程中。

(1) 两人同时甩绳单脚跳，向后甩绳跳。

(2) 两人合作转身跳。

(3) 两人同时甩绳，边跑边跳。

3、引导幼儿分组合作，探索跳绳的另类玩法。体验创造性玩绳的乐趣。

(1) 套圈：将绳子两头扣在一起再套成圈，将绳圈摆在地上。练习单、双脚跳圈。

(2) 跳格子：将多根绳子中间处交叉起来，搭成米字形，放在地上，幼儿各自站在一个空格子上，循环跳起来。

(3) 走独木桥，过小河：将一根绳子直线摆在地上，幼儿在上面走独木桥；将两根绳子平行摆放幼儿从中间过小河。

(4) 跳栏：将多根绳子平行摆好练习单、双脚跳过。

(5) 钻山洞：将多根绳平行举起，幼儿排队钻山洞。

4、将幼儿分成四组，进行接力跑比赛。

5、将幼儿分成四组，由教师轮大绳，幼儿分组循环跳大绳

五：放松活动：

幼儿听音乐，做放松运动。幼儿将绳子整理好，活动结束。

活动总结与反思：跳绳是一项积极的、健康的、有趣的户外活动，它可以锻炼身体，增强体质，我们尝试着各种不同的玩绳方法，所以幼儿非常喜欢这一活动，并体验到了成功感和进步的愉悦感。在活动中，女孩子相对男孩子更富有想象，有些男孩子在活动中略显笨拙，针对这种情况，我们分析相关原因，及时调整正确策略，引导幼儿主动的练习与探索。

大班体育跑教案篇十三

在户外活动时我发现孩子对跳绳非常感兴趣，并且能创造出多种玩法，如：将绳子两头扣在一起，可做套圈游戏。总之，此绳的玩法多种多样，本次活动旨在引导幼儿探索出绳子更多的玩法，体验创造性进行体育活动的乐趣，发展幼儿的身体动作。

1. 能探索出绳子的各种玩法，掌握玩绳的基本技能，发展幼儿的身体动作。
2. 会一物多玩，体验创造性玩绳的乐趣，发展幼儿的想象力与创造力。
3. 培养幼儿的合作意识。

1. 录音机、磁带，幼儿每人一根绳子。
2. 幼儿有跳绳和一物多玩的经验。

一. 准备活动

1. 听老师口令，练习跳跃及上肢动作。

(1) 师：跳、跳、跳，跟着老师跳、跳、跳，（原地）
问：“还可以怎么跳？”引导幼儿：向前跳，向后跳，向上跳，蹲跳，向左跳，向右跳，单、双脚跳。

(2) 师：绕绕臂，绕绕臂，跟着老师绕绕臂。问：“还可怎样绕？”引导幼儿向前绕，向后绕，单、双手绕，举起手臂绕等。

2. 游戏：与我说的相反。

玩法：师说向上跳，幼则蹲跳，师说向前跳，幼则后跳，发展幼儿动作的灵敏性。

二. 引导幼儿探索跳绳的多种玩法

1. 幼儿自由探索跳绳的各种玩法，体验创造性玩绳的乐趣。

2. 在教师的引导下，相互交流示范各自的玩法。

(1) 练习套和跳的玩法。

将绳子的两头扣在一起套圈，将绳圈摆在地上练习单、双脚跳圈，或将两根绳子平行摆好练习单、双脚跳过小河。

(2) 练习走和平衡的玩法。

再一根绳子上走钢丝，在两跟绳子中间走小桥。

(3) 练习跑的玩法。

游戏：揪尾巴、骑马。

(4) 练习上肢的玩法。

单、双手绕绳、手臂举起绕绳，将许多根跳绳连接在一起做舞龙游戏等。

3. 引导幼儿探索合作玩绳的方法，培养幼儿的合作意识。

(1) 幼儿自由结伴，2人、3人或多人合作探索跳绳的玩法。

(2) 请幼儿相互交流合作玩游戏的方法。

(3) 幼儿自愿组合成若干小组，做自己喜欢的游戏。

五、[结束]：随着音乐做“骑马”的放松动作。

大班体育跑教案篇十四

编花篮是我们小时候经常玩的游戏，趣味性强，操作简单，不需要什么器械，它不但能锻炼幼儿单腿站立、单脚跳跃的能力，还能促进幼儿之间的相互团结，培养他们之间的感情，是孩子们非常喜爱的游戏。

- 1、锻炼幼儿单腿站立、单脚跳跃的能力。
- 2、通过游戏提高孩子们的合作能力，培养他们互相协调、团结友爱的精神。
- 3、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
- 4、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

《健康歌》光盘、一块平坦的场地。

一、准备活动播放《健康歌》，幼儿随着《健康歌》的音乐在教师的指导下做热身运动。

二、游戏指导游戏玩法：孩子们先手拉手站好，其中一名孩子将自己的一只腿放在旁边两孩子的手上，单腿站立，然后，孩子依次将自己的一条腿放在另一小孩的腿上，所有孩子将腿搭好后，最先那个孩子的腿放在最后一名孩子的腿上，开始游戏，边单腿跳边唱儿歌：“编、编、编花篮，花篮里面有小孩，小孩的名字叫花篮”。

游戏规则：

- 1、参加游戏的人数在三人以上。

2、若有一个小孩的腿掉下来了，游戏必须重新开始。

三、放松活动幼儿在音乐的伴奏下，活动活动四肢，使身体完全放松。

回家和小朋友们继续玩《编花篮》的游戏。

《编花篮》是首有名的河南民歌，它具有典型的豫剧风格。戏曲对于学生们来说总显得较为陌生，它离我们的实际生活较远。这样一首带有豫剧风格的歌曲，学生能唱好吗？上课一开始，我就我国的戏曲向同学们稍稍做了铺垫，从戏曲的种类、起源地以及服装、唱腔等特点展开，没想到学生听了出乎意料地感兴趣，有些学生对某些剧种还挺了解的，比如有的学生还向同学们介绍了他所了解的国粹京剧。他提到了京剧的脸谱，不同颜色图案的脸谱就代表不同性格的人物。瞧这些鬼灵精，还真别小看了他们。这么一来，我心里就有底了，孩子们对于戏曲并不排斥，相反还表现出极大的兴趣来。我接下来顺理成章地引入了歌曲《编花篮》，在初听歌曲时，孩子们就被其欢快的旋律吸引住了，很多孩子在听的时候就在不由自主地轻声哼唱。我向同学们介绍了这首作品背景并向大家简单介绍了豫剧的风格以及唱腔特点。学唱的过程中，还是感觉有难度的，毕竟带有了戏曲元素，更何况这首民歌的旋律迂回辗转，起伏较大，不是十分容易上口。见此状况，我首先把歌曲中出现的所有装饰音一律去除以降低难度，在唱熟以后再逐句加入。戏曲元素的体现很大程度取决于装饰音的把握，在教唱过程中，我始终注意示范，让学生反复听，反复模仿，不断纠正。渐渐的，孩子们已经基本掌握了演唱。最后，我又让学生欣赏了联欢会上小演员表演的《编花篮》，让孩子们不光做到声似，并尽可能地做到形似。

小小的一首《编花篮》让学生们感受到了中国民族音乐的魅力，由衷地希望他们能将我们的民族文化发扬光大！

大班体育跑教案篇十五

- 1、通过游戏训练孩子走、跑、跳、平衡、钻、爬的技能；
- 2、培养孩子对体育活动的兴趣；
- 3、提高孩子动作的协调性和灵敏性。

1、平衡木

2、音乐磁带

3、毛巾

一、准备活动：幼儿在音乐声中跟老师做热身操

二、游戏部分：

1、（训练幼儿双脚踏和高低踏步的能力）

2、遇到了倒下的大树（训练幼儿跨越障碍物的能力。）

3、遇到了山洞（训练幼儿钻爬的能力）

4、天晴了，小兔们都到山坡上去晒太阳，（训练幼儿平衡的能力）

5、天黑了，小兔看不见路了，怎么回家呢（训练幼儿根据已有经验，越过障碍物）

三、游戏总结。

鼓励孩子们要做个有本领、勇敢、合作的好孩子。

大班体育跑教案篇十六

- 1、培养幼儿的灵活性。
- 2、乐于参加体育活动，感受帮助有困难的人的快乐体验。
- 3、鼓励幼儿积极参与游戏，体验游戏带来的快乐。
- 4、培养幼儿边玩边记录的学习技能，并能够用自己简短、流利的语言表达自己记录的意思。

纸盒一只、球一个

幼儿坐成圆圈，圈上留有缺口，请一个幼儿站在缺口处，当守门员，另请四至五名幼儿各拿一只球(可用塑料球或其他适当的球)，放在地上，用脚将球踢到缺口处，守门员如果没有踢回球或抱住球，就算输了，换一个守门员。注意：踢球幼儿要经常轮换。守球门(大班体育游戏)目的：培养幼儿的灵活性。方法：幼儿坐成圆圈，圈上留有缺口，请一个幼儿站在缺口处，当守门员，另请四至五名幼儿各拿一只球(可用塑料球或其他适当的球)，放在地上，用脚将球踢到缺口处，守门员如果没有踢回球或抱住球，就算输了，换一个守门员。

大班体育跑教案篇十七

设计思路：

能够正确的认识自我、评价自我，建立自信，对于大班孩子来说非常重要。结合主题《我就是我》，我设计了本次活动，力求通过引导孩子们在一次次挑战新难度的过程中，培养战胜困难的勇气和信心，让孩子们真切地感受到“我勇敢、我能行、我的本领真大！”

活动目标：

- 1、利用长凳练习平衡、走、高跳下等基本动作，提高身体协调性。
- 2、探索长凳的多种玩法，体验一物多玩的乐趣。
- 3、克服恐惧心理，培养勇于挑战的意志品质。

重点：探索长凳的多种玩法

难点：从擦高的长凳上走过并跳下

活动准备：长凳8条（高凳4条、矮凳4条）、海绵垫3块
活动过程：

一、热身活动

伴随背景音乐，幼儿跟随教师做热身活动。

二、探索与练习

探索一条长凳的多种玩法。

- 1、幼儿介绍本领，教师出示长凳，激发幼儿探索长凳的兴趣。

“今天老师带来一条长凳，我要来看看大家玩长凳的本领怎么样？想一想，长凳可以怎么玩？”

- 2、请个别幼儿示范玩法。

主要玩法：从凳子上走、爬、骑马，从凳下钻、爬、滚等。

- 3、提供多条长凳（散放），幼儿自由探索。

- 4、教师讲解高跳下动作。

?探索两条长凳的多种玩法。

1、两条长凳并排放，请个别幼儿示范玩法。主要玩法：从两条长凳上走、爬等

2、两条长凳摞高。

主要玩法：从两条长凳中间及下面钻、爬过去。

3、提供4组不同的长凳，供幼儿自由探索练习。?探索多条长凳的玩法。

1、幼儿摆小桥，从两条高矮不同的小桥上通过。

2、从两组高矮不同、三层摞高的长凳上走过并跳下。

3、从四层摞高的长凳上走过并跳下。

三、放松活动。

伴随舒缓的音乐，带领孩子做放松活动。

大班体育跑教案篇十八

1、引导幼儿探索绳子的多种玩法。

2、发展幼儿发散思维的能力。

3、进一步锻炼幼儿身体的平衡、协调能力。

1、跳绳人手一根

2、音乐光盘、录音机、磁带

3、塑料玩具若干，篮子三个，小旗一面，小熊一只

1、活动准备：事先让幼儿拿好绳两队站好。

随着欢快的音乐，幼儿和教师一起做绳操。（啊，做完绳操，浑身好舒服呀！快快都到老师身边来）

2、教师引发幼儿玩绳的兴趣：小朋友，绳除了可以做操，还可以怎么玩，请大家动脑筋，想一想，看谁想的玩法多，小朋友可以自己玩，也可以说给你的同伴与他们一起玩。

3、幼儿自由玩绳：教师观察并鼓励幼儿想出和别人不一样的玩法。并提醒幼儿注意安全，绳不要打到别的小朋友。

4、展示自己的玩法：幼儿个别展示自己玩绳的方法，教师和其他幼儿给予肯定和表扬。师：谁能把你的好玩法讲给老师和小朋友听听。幼儿讲述并做动作，师及时表扬鼓励。问：你喜欢这个玩法吗？如果喜欢可以玩一玩。（让幼儿相互交流玩法）

师：刚才小朋友都想出了玩绳的好多种方法，老师为你们感到高兴和自豪。下面请找到你的好朋友，看看好几根绳子能不能玩出花样。

幼儿自由结伴交流合作玩出花样。师及时发现好的玩法，请幼儿互相展示练习。

5、游戏：捉尾巴

教师交待玩法：幼儿两人一组，各自在后腰带上系上彩绳当尾巴。游戏开始，四散跑开，每一对幼儿要想办法捉对方的尾巴，同时你要保护自己的尾巴。抓到对方尾巴者为胜。

（只能在圆圈内跑，抓到后快速回到老师处）提出要求后，与幼儿共同游戏。游戏结束后教师针对情况，及时表扬鼓励。

6、竞赛游戏：帮熊伯伯运东西

将幼儿分成三组，教师交待玩法，提出要求，（首先要走过一座独木桥，然后跳过房子，在小心的走过小路，最后拿起绳子，双脚踩绳向前跳过小河，运上东西后跳绳返回，放入小篮内，拍第二个小朋友的手，游戏以此进行，在规定的时间内运回最多的胜利）幼儿游戏：走钢丝—跳房子—走小路—踩绳跳—运东西返回。

7、教师小结：表扬肯动脑筋，想出各种玩绳的方法。

今天小朋友真棒，都动脑想出了绳的好多玩法，希望你们以后继续探索关于绳的其他玩法，想出后再告诉老师和小朋友。

教：好，小朋友和绳宝宝都累了，让我们听着音乐，放松放松我们的身体吧。

8、结束：随着音乐领幼儿做放松运动。

让幼儿以“玩绳”为主题绘画，并布置环境。

在户外活动中，引导幼儿继续玩“花样跳绳”的游戏。

大班体育跑教案篇十九

1. 探索通过调节滑板来控制前进的方向，提高幼儿运用滑板的技能动作协调性。

2. 在游戏活动中体验快乐，激发幼儿对滑板活动的兴趣。

水、滑板、交通障碍物若干个、平衡木数条、大箩筐、录音机、音乐。

1. 激发幼儿活动兴趣

师：小朋友，你们喜欢玩滑板吗？（喜欢）那我们先一起来做做

热身运动吧!(教师带领幼儿听音乐做热身运动。)

师：今天老师给你们准备了许多滑板你们可以玩一玩，但是老师有个要求：玩好之后要把你们的好办法告诉老师和小朋友。

2. 幼儿自由练习

请幼儿自由探索玩滑板的多种方法。

教师提出要求：活动时，同伴间要分开距离，保护自己小心碰撞。

教师有目的地观察幼儿，提醒幼儿进行适当的休息。

3. 总结幼儿滑板经验，引出双腿跪滑

先请个别幼儿上前来演示自己的玩法请全体幼儿进行模仿。

由幼儿的示范引出双腿跪滑。

教师示范正确的姿势方法(边讲解边示范)：双腿正前方放置，双腿并拢跪于滑板上，身体坐在小腿上，双手放在两侧地面，上体自然前倾，手掌同时向前或向后用力推地使滑板后退或前进，同时眼睛平视前方。

4. 幼儿自由练习，教师指导观察

幼儿自由练习，教师提醒幼儿进行适当休息。

纠正错误的滑板姿势，请个别幼儿进行示范。

教师针对幼儿的活动进行总结：今天小朋友都很能干，又学会了一种玩滑板的新方法。希望你们以后还能够想出更多玩滑板的方法。

5. 游戏环节(运水)

今天我们学会了一种新的玩滑板方法叫双腿跪滑，现在老师要请你们去完成一个任务帮老师去把马路对面的一些水去运过来放进箩筐里。

教师提出要求：

1. 每人每次运一瓶水。
2. 运水过程中必须绕过交通障碍物。
3. 运用双腿跪滑的方式进行运水。

幼儿进行运水活动，教师进行观察指导，给幼儿发现问题解决问题的空间。

运水比赛：把幼儿分成人数等同的四队，要求幼儿又快又稳地把水从对面送到终点，那组最快的一队就为获胜的队。

做放松运动，整理器材，组织幼儿进行擦汗喝水。

大班体育跑教案篇二十

1、探索轮胎的多种玩法，练习走、跑、跳、钻等动作，发展身体的协调性。

2、在互相合作中体验玩轮胎的快乐。

1、幼儿有玩轮胎的经验。

2、轮胎若干。

1、热身活动。

(1) 幼儿听音乐做健身操。教师可自编动作旋转身体的各个部位。

——教师：今天天气真好，我们开着小汽车一起去运动吧！

(2) 师幼随音乐做模范动作。

2、玩轮胎。

(1) 幼儿交流玩轮胎的方法大班体育《玩轮胎》大班体育《玩轮胎》。

——教师：谁能说说你会怎么玩轮胎？

——教师：刚才小朋友能说出轮胎的很多玩法，现在请你们拿着轮胎去试试各种玩法吧！

(2) 幼儿自由尝试轮胎的各种玩法，教师观察指导。

——教师：你是怎么玩轮胎的？

——幼儿边讲边演示轮胎的方法，其他幼儿练习。

——重点练习：双脚并拢跳进跳出轮胎动作。

(3) 在此探索轮胎的玩法。

——教师：小朋友想了那么多的方法，请你试试刚才还没有玩过的方法。等你们能玩好轮胎的每一种方法，我们就可以玩游戏了。

3、做游戏“闯关取宝”。

(1) 布置有走、跑、跳、钻功能的比赛区域。

——教师：在我们的前面有很多宝藏，但是必须穿过很危险的山路，你们愿意挑战吗？

(2) 玩游戏“闯关夺宝”

——幼儿分成四组练习，进行游戏，最先到终点的小组为胜利。

——教师简单点评，为幼儿颁发奖章。

4、放松运动。

(1) 幼儿随音乐做放松运动。

(2) 简单讲评，整理场地。