

大班户外体育活动跳绳教案及反思(优质5篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

大班户外体育活动跳绳教案及反思篇一

当前，城市中幼儿的生活环境，遏制了幼儿好玩的天性，精巧的玩具、电视“保姆”等满足不了幼儿发展的需求。

幼儿好奇心强，赤足玩耍会感到稀奇、简便、愉快，并且赤足有利于踝关节的活动和发展脚趾的灵活性，锻炼其柔韧性，能促进血液循环，增强体质，并有助于改善大脑皮质功能，提高对外界环境的适应本事。

所以，我根据幼儿的天性和发展需求，利用废旧物品和天然材料，设计了这个赤足活动。

- 1、发展幼儿脚部肌肉的灵活性和协调性。
- 2、体验赤足活动的乐趣。
- 3、养成活泼、开朗的性格。
- 4、培养幼儿关心和保护环境意识。

- 1、活动场地内塑料玩具、石头、沙包、纸团、积木铺满地。
- 2、有塑料玩具、石头、沙包、纸团、积木标识的塑料篮子各一，垃圾筐四个，充气气球和报纸若干。

3、幼儿头戴小丑，教师扮演小丑妈妈。

4、音乐磁带，录音机。

一、准备活动

师：小丑娃娃们，今日妈妈要带你们到一个地方去做一件事情，你们愿意去吗我们出发吧！

音乐声中，孩子们跟着妈妈做走、跑、跳等基本动作到达目的地。

大班户外体育活动跳绳教案及反思篇二

1. 练习快跑和闪避动作，以提高孩子的身体素质，如敏感性和协调性。

2. 培养孩子在游戏中友好互助的良好品德。

废报纸条、彩布条、音乐游戏光盘

热身练习-自主探索-练习-分享与交流

2. 听音乐，做热身运动。老师自己写的，上肢蹲身翻肚皮踢腿完成练习

1. 请想想两个人是怎么玩布条的。请随意找朋友，单独练习，老师巡回指导。

2. 请让孩子们看看谁能拉尾巴玩。把布塞进腰部，让另一方拿出布。老师解释了游戏规则：两个人应该站在对面，数一、二、三，同时开始左右移动。看机会拉对方的尾巴，但不要推或拉。先拉对方的尾巴赢，孩子们玩游戏。

3. 老师的问题：我怎样才能抓住别人的尾巴而不被对方抓住？鼓励孩子们灵活地闪避和快速捕捉。孩子们再次练习抓住尾巴来获胜。

2互相交流，分享他们的新玩法。

3探索用报纸纸条拉尾巴的游戏。

孩子们非常喜欢这个游戏，但他们只是不理解正确的游戏方法。今天，我们在户外游戏活动中玩这个游戏。这项活动主要是训练孩子的灵活性和快速逃避能力。经过几次练习，孩子们在游戏中仍然更加灵活。让孩子们在整个活动中自由玩耍，让孩子们独立探索。孩子们在玩耍中学习，他们的智力得到了提高，他们的身体得到了锻炼，他们的情绪得到了升华。从而培养孩子团结友爱的良好品质。

大班户外体育活动跳绳教案及反思篇三

1、能探索出绳子多种玩法掌握跳绳的基本技能发展幼儿的身体动作。

2、活动中体验创造性跳绳的乐趣发展幼儿的想象力与创造力，培养幼儿的合作意识与合作能力。

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。

双人合作花样。

一根长绳子。短绳若干。

一、教师带领幼儿做热身运动。

二、听老师口令练习跳跃及上肢动作。

师;跳、跳、跳，幼儿跟着老师跳、跳、跳，原地双击此处师问;“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。

三、上肢活动师绕绕臂，绕绕臂。幼儿跟着老师绕绕臂。

师问“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，发展幼儿动作的灵活性。

四、引导幼儿探索跳绳的多种玩法

1、单人双脚跳。幼儿两人或三人一组，有人单脚跳绳，其他人跟着节奏数数。看一看谁跳的多。

2、双人双脚跳。 两人一根绳子，幼儿面对面，两人同时双脚一起跳，跳得多者为胜。

3、幼儿自由结伴2人、3人或多人合作探索跳绳的玩法。

长绳一根，两名幼儿在两头摇动绳子，其他幼儿2-3 人一起跳。看谁跳得多，多者为胜。

4、请幼儿相互交流合作玩游戏的方法。

五、活动结束随着老师做整理运动

大班户外体育活动跳绳教案及反思篇四

1、有用绳子进行体育活动的兴趣，能创造性地探索绳子的多种玩法，有初步的求异求新意识。

2、有与同伴互相合作玩耍的意识，培养团结协作精神。

3、培养幼儿动作的协调性，灵活性。

4、培养幼儿关爱动物、保护动物的意识。

幼儿跳绳每人一根，各种玩具动物若干，音乐带，贴地彩纸。

设置一条5米宽的河流。

1、幼儿随着教师在音乐声中简便进入活动室。

2、准备活动：幼儿跟着教师在音乐声中简便运动。

3、适时集中幼儿，教师出示跳绳，启发小朋友想一想：跳绳除了能够跳以外的其他各种不一样的玩法。适时，教师给予提示。对幼儿的各种不一样玩法予以充分的肯定和鼓励。

4、让幼儿自由玩耍，大胆探索各种不一样玩法，启发幼儿与同伴合作探索更多新的玩法。教师巡视，发现有新玩法及时肯定，并可让幼儿团体学习。

5、以接到电话，小动物遇险，幼儿营救为由引出游戏“营救小动物”。

6、讲解玩法，明确游戏规则。鼓励幼儿大胆参加游戏，启发幼儿利用绳子变成各种营救工具。如：小桥、船、石礅、飞机等经过小河到达河岸，救出小动物。

7、结束：教师以“送小动物回家”为由，在音乐声中带幼儿离开活动室。

大班户外体育活动跳绳教案及反思篇五

全脚掌着地走、前脚掌走、脚跟走、交叉走、高抬腿走、后踢步走、弹簧步走、轻轻的走、跨步走、顶脚走、闭目行走、屈体向前（后）走、半蹲走、全蹲走、后退走、侧身并步走、变向行走、结合上肢及躯体动作的行走、持物走、推拉物品

走、踩高跷走、双人及多人协同走等方式。

听我指挥；我要慢慢长大；看谁做的像；写个字你认认；跨下抓棒；大家一齐来帮忙；踩石过河；踩着高跷晃悠悠；掉不下来；闭着眼睛找一找；绳子上的舞蹈；椅子上的行动；小猪别跑；三打“白骨精”；二人三足走；朋友总是在一齐。

小小班：边走边从低矮的障碍物（如绳子、积木等）上跨过；

一个跟着一个走；

听信号向指定方向走等。

小班：在指定范围内四散走；

模仿各种动物或人物走的姿势；短途远足等。

中班：听信号有节奏地走；

用脚尖走、蹲着走；高举手臂走；

在物与物之间或平衡板上走；

倒退步走、上下坡走等。

大班：一对一整齐地走；听信号变速或变换方向走；

较长距离的远足等。