

最新大班户外活动跳长绳教案(通用5篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。既然教案这么重要,那到底该怎么写一篇优质的教案呢?下面是我给大家整理的教案范文,欢迎大家阅读分享借鉴,希望对大家能够有所帮助。

大班户外活动跳长绳教案篇一

活动目的:

- 1、练习新玩法,提高幼儿身体的灵敏性。
- 2、培养幼儿健康活泼的性格。
- 3、锻炼幼儿手臂的力量,训练动作的协调和灵活。
- 4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力,让他们的身体得到锻炼。

活动准备:

将本文的word文档下载到电脑,方便收藏和打印

推荐度:

[点击下载文档](#)

搜索文档

大班户外活动跳长绳教案篇二

活动目标：

- 1、初步掌握向前甩绳，双脚并拢向上跳的跳绳方法。
- 2、培养幼儿不怕失败，不断努力的坚韧精神。
- 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。
- 5、锻炼平衡能力及快速反应能力。

活动准备：

每位幼儿一根绳。

活动过程：

一、开始部分。

- 1、两两拉手排好队到操场，进行队列练习。

教师：进行基本队列练习，幼儿由一路纵队站成六队：立正、向前看齐、成体操队形散开。

- 2、进行热身运动。

教师带领幼儿做上肢运动、下蹲运动、体侧运动、体转运动、腹背运动、跳跃运动、放松整理。

二、基本部分

1、引导幼儿自由结伴探索跳绳的方法。

教师：跳绳有许多玩法，现在我们用手中的跳绳玩一玩，可以怎么玩呢？

2、请幼儿说说可以如何玩，并请幼儿到前面示范。

教师小结：跳绳我们可以两只手拿着跳，也可以两个人甩绳一起玩，也可以两个人拿着一起用来跳高。

3、学习跳绳，重点讲解双脚并拢向上跳的`跳绳的方法。

教师：请你说说你是怎么跳的？看清楚他是怎样跳的吗？谁来试试？教师小结并示范：我们跳绳的时候，双手拿着绳柄，双手摇绳向前甩，双脚并拢跳过绳。

4、带着幼儿练习动作。

教师：现在我们一起来练习跳绳的动作。（幼儿用双脚并拢向上跳的方法练习跳绳。）

5、发放跳绳，组织幼儿练习跳绳的动作，交代组织事项。

教师：我们在练习跳绳的时候，要注意旁边的人，要保持距离，以免跳绳的时候会甩到人。

6、教师巡回指导幼儿练习跳绳。

三、组织幼儿进行游戏，游戏后小结游戏中孩子们的表现。

四、活动结束。

整理队伍，进行放松活动。

活动反思：

（1）幼儿能够积极参与跳绳游戏，兴趣很高，符合幼儿年领阶段的发展。

（2）有个别幼儿不能坚持，没有耐性。觉得自己不会就不再练习跳绳了，结合《指南》我给予了幼儿鼓励与耐心的指导，幼儿还是会继续练习跳绳，效果不错。

（3）本节活动还须有活动延伸才能有更好的效果。

大班户外活动跳长绳教案篇三

一、活动目标：

- 1、引导幼儿参与跳绳活动
- 2、引导能力强的'幼儿尝试花式跳法
- 3、重点指导还未掌握跳绳的幼儿。

二、活动重点难点：

幼儿在活动中看见绳子到脚时，双脚要跳起

三、材料与环创创设

户外塑胶地、绳子

四、设计思路：

现在天气越来越冷了，要加强幼儿的身体锻炼，增强他们的体制，从而预防感冒等疾病。跳绳是一项传统的体育项目，它能锻炼全身的肌肉组织，从而提高幼儿的身体素质。提高幼儿预防疾病的能力。为此针对这一情况，我开展了这次活

动。

五、活动流程：

做准备活动dd自由练习dd集体活动dd放松

1、做准备活动

幼儿跟老师做热身操

2、幼儿自主练习

让幼儿自主练习跳绳。

3、集体活动，比比谁跳的好。

介绍玩法，规则。幼儿进行活动。

4、放松、休息、擦汗

大班户外活动跳长绳教案篇四

活动目标：

1、初步掌握向前甩绳，双脚并拢向上跳的跳绳方法。

2、培养幼儿不怕失败，不断努力的坚韧精神。

活动准备：

每位幼儿一根绳。

活动过程：

一、开始部分。

1、两两拉手排好队到操场，进行队列练习。

教师：进行基本队列练习，幼儿由一路纵队站成六队：立正、向前看齐、成体操队形散开。

2、进行热身运动。

教师带领幼儿做上肢运动、下蹲运动、体侧运动、体转运动、腹背运动、跳跃运动、放松整理。

二、基本部分

1、引导幼儿自由结伴探索跳绳的方法。

教师：跳绳有许多玩法，现在我们用手中的跳绳玩一玩，可以怎么玩呢？

2、请幼儿说说可以如何玩，并请幼儿到前面示范。

教师小结：跳绳我们可以两只手拿着跳，也可以两个人甩绳一起玩，也可以两个人拿着一起用来跳高。

3、学习跳绳，重点讲解双脚并拢向上跳的跳绳的方法。

教师：请你说说你是怎么跳的？看清楚他是怎样跳的吗？谁来试试？教师小结并示范：我们跳绳的时候，双手拿着绳柄，双手摇绳向前甩，双脚并拢跳过绳。

4、带着幼儿练习动作。

教师：现在我们一起来练习跳绳的动作。（幼儿用双脚并拢向上跳的方法练习跳绳。）

5、发放跳绳，组织幼儿练习跳绳的动作，交代组织事项。

教师：我们在练习跳绳的时候，要注意旁边的人，要保持距离，以免跳绳的时候会甩到人。

6、教师巡回指导幼儿练习跳绳。

三、组织幼儿进行游戏，游戏后小结游戏中孩子们的表现。

四、活动结束。

整理队伍，进行放松活动。

活动反思：

(1) 幼儿能够积极参与跳绳游戏，兴趣很高，符合幼儿年领阶段的发展。

(2) 有个别幼儿不能坚持，没有耐性。觉得自己不会就不再练习跳绳了，结合《指南》我给予了幼儿鼓励与耐心的指导，幼儿还是会继续练习跳绳，效果不错。

(3) 本节活动还须有活动延伸才能有更好的效果。

大班户外活动跳长绳教案篇五

活动目标：

1. 进一步丰富拍球、抛球、传球、投篮等动作技能，提高玩球的多样性。
2. 能用动作表演多种玩球方法，提高肢体运动的表现能力。
3. 能参与小组成员的商量，共同合作表演，体验合作的快乐。

活动准备：

1. 小篮球人手1个，儿童篮球架若干。
2. 障碍物、彩色布条、塑料圈、饮料瓶、标志物等辅助材料若干。
3. 场地上设置4个圈（或方形场地）为表演区。

活动过程：

1. 熟练玩球技能。

幼儿自主结伴玩球，教师观察指导，重点关注幼儿是否分散玩了、是否结伴了以及用了哪些玩法。

2. “小小表演赛”。

教师讲解方法与要求：这里有四个表演区，按1~4组每组一个表演区，你们自己选一个组长，听从组长安排，可以先商量轮流表演的内容，然后再轮流演练。练习完后，我们要各组轮流表演！比哪组表演得精彩，动作多，方法多，失误少，每个人都可以表演。

各组在表演区商量和预演，教师巡回观察、指导。

3. 欣赏“小篮球表演赛”。

教师组织幼儿按1~4组的顺序在表演区表演小篮球动作，引导幼儿观摩并鼓掌喝彩。根据时间，可以表演多次。

教师加入表演一个小篮球动作，引发幼儿表演的热情。

教师讲评“小篮球表演赛”，对动作多、方法多、动作难、失误少的小组和个人予以表扬，请大家拍手鼓励。

4. 放松活动。

师幼用球做放松活动。

引导幼儿擦汗后回活动室。

活动反思：

本次活动通过创设表演赛的情境让幼儿复习已掌握的篮球动作技能，激发幼儿通过结伴自主游戏，展示以往掌握的技能。活动开始，教师通过语言的引导，调动幼儿参与活动的积极性。在“小小表演赛”环节中，教师提出“表演赛”的规则后，将自主权完全交给幼儿，如每组选一个组长，共同商量同伴表演的顺序及内容。在各组自己表演的过程中，幼儿通过自发的商榷探讨多种“玩”球的方法；当他们遇到困难或意见不统一时，教师不断地鼓励他们自己想方法，自己解决问题。教师扮演的始终是“观察者”的身份。当幼儿“表演”时，教师引导大家鼓掌喝彩，调动活动的气氛，让幼儿的情绪更高涨，使活动达到高潮。幼儿也在自主实践和借鉴同伴经验的基础上，提高了玩球的多样性，培养了合作与交往能力，提高了自己解决问题的能力。活动最后教师给予讲评，对动作多、方法多、动作难、失误少的小组给予奖励，提升了幼儿的经验。

这个活动比较适合大班下学期篮球经验丰富的幼儿。因为大班的幼儿具有较强的自主性，喜欢竞争和比赛，同时也具有与同伴合作的意识与能力，而此活动对于幼儿篮球方面的技能要求比较高，只有幼儿有了相应的经验，才能达到学习及提高的目的。而对于小年龄的幼儿来说，因年龄特点及经验的缺失关系，本次活动不适合于小班和中班幼儿。