

2023年大班健康体育活动教案记录 大班 体育活动教案(大全9篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么教案应该怎么制定才合适呢？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

大班健康体育活动教案记录篇一

- 1、能想出绳子的多种玩法，会一物多玩。
- 2、在活动中积极动脑，有一定的创造力。
- 3、体验与同伴合作，共同前行的乐趣，努力与同伴共同完成游戏。

经验准备：有并排走的经验

物质准备：粗细不同的绳子若干

1、热身活动

2、基本活动：

(1) 个人自主探索

师：今天我们来做一次科学家，每个人有一条绳子，动脑筋，找出多种玩法。

请3~4名幼儿展示，第二次练习。

(2) 两人、多人合作进行游戏。（老师拿走一半绳子，让幼

儿自己发现问题并解决问题，学会合作)

师：刚才有小朋友问我，他没有绳子，怎么办呢？谁能帮他解决这个问题？

幼：找个好朋友一起玩

接下来请幼儿找好朋友一起玩绳

(3) 提升游戏

师：恭喜你们学会了如何合作，我就奖励你们一个游戏——
“穿越侏罗纪”

玩法：孩子把绳子放在腰间，老师拉住绳子的两端，孩子要冲破老师的阻力用力往前走，知道达到终点。

小结：从这个游戏中，感受到团结就是力量。

3、综合活动

孩子们一起玩游戏“大风车”自主分配，完成“风车”的四个方向的站位

大班健康体育活动教案记录篇二

《指南》建议我们要“利用多种活动发展身体平衡和协调能力，促进动作的协调和灵敏。”大班体育活动《快乐玩杆》的设计就围绕了《指南》的精神，利用几根简单的pvc塑料杆子，预设和创想了多个趣味的游戏，让幼儿在游戏的过程中体验快乐、积极互动、团队合作。活动流程“绕杆变速跑——自由玩杆——持杆听口令动作——小组过杆——变离场”的设计，体现了围绕器械主题逐层深入，并有多元的发展指向和价值。本次活动中许多环节蕴含了社会性的发展目

标，“小组集体过杆”和“变”游戏特别需要孩子们互相协商、达成一致、友好合作、配合默契。另外，生活中，幼儿对站立位主体的不同方位感受和认知机会较多，但对客体方位的感知和体验较少，至于“仰卧、俯卧”的体态中理解方位的机会就更少了，所以“集体举杆”环节设计了不同体态的口令要求，既富有趣味性又有新奇的体验，从不同的视角感知理解和体验了不同的方位。

- 1、通过杆子游戏发展幼儿跑跳躲闪的能力，提高动作的协调性，促进运动方位的感知。
- 2、引导幼儿合作创想完成任务，提高幼儿的团队协作能力。
- 3、幼儿能自主结队进行游戏，学会与他人协作，提高团结协作能力。
- 4、让幼儿初步具有不怕困难的意志品质，体验健康活动的乐趣。

提高幼儿跑跳躲闪动作的协调性。

不同体态下“前后左右上下”的方位感知。

10根约1.5米长的pvc塑料管音乐及播放器

一、开始部分

- 1、绕杆子变速跑：今天我们要来玩一些非常有趣的游戏，先让我们大家运动一下身体，绕着地上的杆子跑一跑，注意，跑动的时候不能碰到杆子。
- 2、自由玩杆：除了绕着杆子跑，不碰到地面的杆子，我们还可以怎样玩？请你试一试，注意安全。

二、基本部分

（一）四人一组举杆，促进运动方位的感知。

2、四人一组持杆听信号做动作：接下来，我们四个人一组，每根杆子后面站四个人，一起把前面的杆子拿起来，听口令做动作。（慢速示范——快速示范——快速无示范）。

3、四人一组持杆仰卧听信号做动作：原地蹲下，躺在地上，把脚伸直，向后躺，把管子放在肚子上，两脚并拢，听口令：向前看齐、向上看齐、向下看齐、向左看齐、向右看齐、原地踏步走、立定。

（二）四人一组逆向举杆并移动，培养幼儿的快速反应能力。

1、四人一组持杆听令向前、后、左、右正确移动（教师参与）。

2、四人一组持杆听令向前、后、左、右逆向移动：下面我们反过来试试，我往左你们往右？我往右你们往左。（方位、步幅难度逐步变化）

（三）四人一组持杆快速调整队形，促进集体动作协调性。

请四人一组持杆听令，根据教师提示方位快速调整步伐，协调一致的改变持杆排队方向，以正面对应老师的站立位置变化，准备好了吗？（教师顺着—个方向变化站立位置——不同方向快速转换站立的方位）

（四）四人合作，巧过杆子，促进幼儿思维的发展。

1、四人合作用相同的动作过杆子：

小朋友必须—组4人用相同的动作—起过杆，不能碰到杆子，并且，你们组要和别的小组用不同的动作，大家可以小组商

议一下。小组展示：（教师调整和帮助幼儿形成动作，在活动中及时用语言肯定动作变化、提示幼儿注意安全、及时阻止危险的动作）

2、场地上增加四根杆子，让四组幼儿把各组的过杆方法都体验一遍。

三、结束部分

1、组合车辆，进行开游戏，进一步提高幼儿的团队协作能力。

（1）幼儿4人一组持杆组成4辆。

（2）4辆变成2辆，开车不碰撞。

（3）将4辆变成一辆，跟随音乐，绕场开回教室。

整个活动以几根简单的pvc塑料管展开，鼓励孩子齐心协力进行游戏，由易到难层层递进。活动中别具一格的“转换方位列队”、“地上队列”，使幼儿超越平时的习惯定势，必须按照环境的变化（快速做相反动作快速变向跑、方位变化等）去改变习惯性的动作和行为，去适应环境，达到活动要求，特别是“巧过杆子”环节，对幼儿具有较强的挑战性。它大大提高了幼儿探索的欲望，激发起对活动新形式的兴趣，使幼儿寻求新动作，同时也强调了统一性，需要幼儿自己去商量决定用哪一种动作来过杆子，从而促进了幼儿思维的发展，在交流与讨论中，幼儿的社会性得到了发展，在情感、语言、情绪等方面得到了互动。在活动最后的开环节中还蕴涵着幼儿的合作，能帮助幼儿更好体会团队意识，要想车辆能顺利地开起来，就需要同伴间的合作，一个人出了问题，这车就开不起来，所以同伴与同伴之间的相互合作和交流显得尤为重要，随着难度的逐渐提升，由4辆车变2辆再到1辆车，层层递进的形式让孩子们一方面需要完成动作，另一方面更需要做到齐心协力，最后尝试获得成功。通过这一系列的体育游

戏，幼儿在和同伴、老师之间的互动中，团队协作意识增强，体会到了齐心协力玩杆的乐趣和成功。

大班健康体育活动教案记录篇三

- 1、通过各种跳跃动作的练习，发展跳跃能力
- 2、提高身体活动的协调性
- 3、体验运动带来的乐趣

小呼啦圈30个（全班幼儿每人一个）

一、准备部分1、幼儿听哨声进行大步走、慢跑、蹲走2、幼儿在场中成早操队形在教师带领下做准备操：头部、腹部、踢腿、下蹲、跳跃。

二、基本部分1、探索用圈锻炼身体的方法（1）幼儿每人拿一个圈，分散在场中自由进行跳圈活动。

（2）教师巡回观察指导，启发幼儿开动脑筋想出不同的跳圈方法。提醒幼儿注意安全。

（3）请几名幼儿将自己用圈锻炼的方法进行展示，教师进行解说并给予肯定。

2、学习蹲跳动作（1）集中幼儿，教师向幼儿进行蹲跳动作示范、讲解：两脚左右开立，与肩同宽，两臂前后摆动，前摆时，两腿伸直，后摆时，屈膝降低重心。

（2）请2~3名幼儿模仿教师的蹲跳动作，教师给予动作讲解和纠正。

（3）幼儿分散在场中，按教师要求进行蹲跳动作练习。

3、花样蹲跳动作练习（1）幼儿分散在场地中，蹲在自己所在的圈内，听教师口令，向圈外的前、后、左、右方向蹲跳。

（2）幼儿分小组依次站起点线后，场地中对应各组放置6个拼接成一条龙的圈。当教师发出“出发”口令后，各组幼儿一个接一个地用蹲跳的方式跳过一个圈，然后回到起点再接着出发。

（3）幼儿分2个小组，每组两个队，成迎面接力站好，场地布置同上。当教师发出口令后，各组第一名幼儿用蹲跳完对应圈，跟对应队伍第一名幼儿接力，另一队幼儿出发，直至全部幼儿跳完，以最先完成获胜。

三、结束部分1、教师带领幼儿做全身各部位的放松活动。

2、教师对活动进行总结。

大班健康体育活动教案记录篇四

小布袋是感觉统合活动器材中的一种，幼儿用布袋将双脚套住进行跳跃，借此发展跳跃能力，提高前庭功能。但如果一味地进行简单的跳跃，幼儿会感到枯燥，渐渐地对活动失去兴趣。为了进一步激发幼儿参加活动的兴趣，设计了“袋鼠跳跳跳”这一活动，创造性地利用小布袋开发新的玩法，并创设游戏情景来开展活动。这次活动，以小布袋为教具，以探索布袋的多种玩法为主线，开展一系列的活动，又穿插“袋鼠送水果”的综合游戏，为幼儿提供与环境相互作用的条件和机会，促使幼儿体、智、德、美和谐发展。

1. 探索布袋的多种玩法，发展想象力和创造力；

2. 通过布袋游戏，增强跳跃能力，提高身体协调性；

3. 勇于克服困难，体验合作乐趣。

重点：幼儿能够两腿并拢跳过不同高度和宽度的障碍物，增强跳跃能力，提高身体协调性。

难点：探索布袋的多种玩法。

1. 小布袋人手一个、桑叶若干、袋鼠卡片一张、树桩“轮胎”六

个，“篱笆”一座(橡皮筋三米长)、仿真“水果”若干，筐子四个。

2. 音乐：《跳跳跳》、《欢沁》、《蝴蝶飞》片段。

一、热身，引入。

师：(出示袋鼠卡片)小朋友你认识它吗?喜欢和它一起做运动吗?(播放音乐：《跳跳跳》)

二、探索布袋的各种玩法，发展想象力和创造力。

1. 教师出示小布袋，启发幼儿动脑筋想出各种布袋的玩法。

师：“小朋友，这是什么?”(布袋)

“想和布袋一起来玩游戏吗，请你开动自己的小脑筋，玩出与别人不同的方法来!”

2. 幼儿分头取小布袋，自己玩。

提示注意安全。教师巡回指导，注意观察幼儿玩布袋的情况。鼓励幼儿进行个体或协同地跳、爬、甩、跨等多种动作练习。

3. 教师请个别幼儿进行演示，其他幼儿集体跟着做。

三、游戏：袋鼠送水果。

1. 师：“刚才有的小朋友模仿小袋鼠真可爱，大家一起来学学吧。” 幼儿练

习双脚并拢跳。（鼓励幼儿尝试探索怎样跳得又稳、又轻、又快、又高，注意安全）

2. 展开游戏：

师：听说兔子的果园里大丰收了，想请我们袋鼠来帮忙运回家？你愿

意帮助他吗？（激发幼儿帮助别人的愿望，过渡到下一环节）

师讲解游戏玩法：

师：我们分两队去果园，路上要经过树桩和篱笆墙，请大家一定小心安全。先运完“水果”的一队获得胜利。

讲解游戏规则：在跳的过程中布袋不能掉下来，一定要拉紧袋口，“水果”一定要放进筐内。

3. 幼儿比赛。（播放音乐《欢沁》）

四、“蚕宝宝”游戏，帮助幼儿放松身体。

1、师：“帮助兔子运水果，大家真是辛苦了，请休息一下。”请幼儿随意躺下或者俯卧，蹲坐，捕捉像蚕样的姿势的孩子。

师：“看他多像一只蚕宝宝。真是太可爱了！”

2、模仿“蚕吃桑叶”——“蚕吐丝”——“蚕作茧”——“蚕变飞蛾”。

(1) 教师作为养蚕人，引出蚕吃桑叶的情节，活跃气氛，调动

幼儿爬行的积极性。不断地变动自己的位置，“蚕儿”也随之改变爬行方向。

(2)教师随机引出“蚕吐丝”的情节，再次激发幼儿兴趣。幼儿可以摇头吐气并发出“嘶”之声。

(3)幼儿团身藏入袋内，模仿“蚕作茧”。教师适当搬动几个模仿较好的“蚕茧”，进一步激发全体幼儿的积极性。

(4)“蚕变飞蛾”。幼儿从袋内钻出，就近范围模仿飞蛾的飞行动作四

散跑。(播放音乐《蝴蝶飞》)

整理活动，收拾场地。

教师:谁能想出好办法把布袋变小?鼓励幼儿折叠布袋，整理场地。

本次活动遵循了《纲要》中组织与实施中教育性、互动性、针对性的原则，整个活动符合大班幼儿的学习特点，由浅入深，循序渐进，充分体现幼儿的主体地位，通过幼儿的自主探索达到了本次活动的目标，利用布袋设计了这节有情境性的课程，目的旨在能够两腿并拢跳过不同高度和宽度的障碍物，提高跳跃能力，培养不怕困难、克服困难的勇气和决心；体验成功后的乐趣。该活动充分体现了《指南》的精神，通过每一个具体活动来落实到幼儿身上，且设计新颖，能以布袋游戏贯穿始终，幼儿的参与性较强，兴致较高，活动中教师能兼顾幼儿的听觉、动手能力及团结互助等方面的情感。

在活动中，教师的语言简练、生动，能用激励性的语言帮助、鼓励幼儿，再加上场景的渲染，孩子们非常投入。

这次活动设计，来源于幼儿的日常生活中的一个兴趣点，并

且在整个活动中幼儿始终处于自主积极的状态，让幼儿动静交替，以一种朋友的身份参与到幼儿的游戏活动中，再加上有老师的鼓励完成了动作，探索到了一些有关布袋的玩法。孩子们充满激情，完全没有疲惫的意思，这次活动满足了孩子喜欢刺激的欲望，增强了勇气与自信心。

大班健康体育活动方案记录篇五

幼儿园健康教育是要根据幼儿身心发展特点，综合运用多种活动形式，提高幼儿活动锻炼的兴趣。《幼儿园教育指导纲要》指出：“用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性。”“要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与”。球是幼儿最喜爱的活动器械之一，具有会滚动、能弹跳等特性，不仅能发展幼儿走、跑、跳、平衡等动作，对其非智力因素的发展也具有潜移默化的影响。而幼儿期孩子们仅限于对皮球的认识及玩法，但大班幼儿随着运动经验的积累，常会把皮球当作足球踢着玩。

足球运动是最具魅力的体育项目之一，具有活泼型、丰富性、生动性及竞赛性等特点。如果把足球设置成适合幼儿玩乐的足球游戏，幼儿便会对其感兴趣，并在足球运动中身心健康发展。因而，针对大班幼儿对球类活动的兴趣点和需要，特设计此活动以进行足球技能游戏的练习为主，提高其运动能力，使幼儿在足球运动中体验快乐玩足球的乐趣。

体育——快乐小足球

- 1、喜爱足球运动，对足球游戏有兴趣。
- 2、学习左右脚交替运球。

重点：学习左右脚交替运球的动作要领。

难点：能左右脚交替运球。

1、知识准备：在上一节教学活动中，幼儿已玩过足球游戏，学会了传接球和定点射门。

2、物质准备：足球人手一个、足球门、背景音乐。

（一）开始部分

1、教师出示足球，引起幼儿兴趣。教师：小朋友们看这是什么？（足球）。教师用脚将球踢出去，激发幼儿兴趣。

2、教师带领幼儿做身体的拉伸练习。

3、听音乐做足球操。

（二）基本部分

1、复习传接球和定点射门。

（1）教师：“小队员们，上节课我们一起玩了足球游戏，传接球和定点射门，现在我们就来复习一下这两个本领”。

（2）幼儿与同伴合作练习传接球。

（3）集体练习定点射门。

2、学习左右脚交替运球。

（1）教师：“你们会用两只脚来配合踢球吗？谁来试试”？请幼儿来试一试。

（2）教师示范用左右脚交替向前运球，注意脚部用力要适中，并控制好球的方向。

(3) 幼儿跟着教师边念儿歌边自由练习左右脚交替运球：“小足球，真听话，轻轻踢，朝前跑，左一下，右一下，我的双脚本领大”。教师进行个别指导。

(4) 幼儿集体用左右脚交替运球至目的地并运回。

3、教师引导幼儿左右脚交替运球与射门结合，幼儿自由练习，教师巡回指导。

4、游戏：运球射门对抗赛

(1) 幼儿分成红蓝两队，每队10人。明确各队球门后游戏开始，各队第一位小队员左右脚交替向球门方向运球，到达球门前射门，然后跑回起点，第二个小队员依次出发，进球多的队获胜。

(2) 小结比赛情况，总结经验，再次进行比赛。

(三) 结束部分放松运动：亲亲小足球。幼儿每人抱一个小足球，用球轻敲自己的身体部位，并和同伴用足球轻轻敲打肩、背、手、脚等部位，以达到放松的目的。

在日常体育活动中继续增设足球游戏，为幼儿提供练习，游戏的机会，开发新的玩法，丰富足球游戏的内容，提高幼儿对足球运动的认识和喜爱。

大班健康体育活动教案记录篇六

1. 在愉悦的游戏中练习躲闪、甩等动作技能。

2. 初步尝试以解决问题的方式完善游戏的玩法与规则。

3. 提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

4. 体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。

长绳若干条。

1. 出示长绳，请幼儿说说：长绳象什么？可以怎么玩？

说起长绳的玩法，幼儿肯定首选跳绳、拔河等一些比较传统的玩法。在引导幼儿将长绳的特征与客观事物相联系时，较为鲜明地指向了本次活动的主题“蛇”，也自然地引发了幼儿“学蛇”的兴趣。

2. 引导幼儿学习“甩”的动作(1)提问：“蛇是怎样爬行的？在什么状态下长绳会象一条爬{亏的蛇？”并请幼儿尝试将长绳动起来，看看谁的长绳最象蛇。

(2)请个别幼儿介绍自己的甩法，突显“甩”的动作及其要领。

(3)幼儿再次练习“甩”长绳。

“将长绳甩动起来”是整个“捕蛇”游戏的核心。此重点也是难点的前置，将为游戏的顺利开展奠定良好的基础，提供坚实的保障。而且，幼儿的自由探索、分享、交流也有利于他们将“甩”的动作要领内化成自身的动作行为。

3. 介绍游戏的名称及最基本的玩法“今天，我们就用长绳玩‘捕蛇’的游戏：一个小朋友尾长绳当蛇，其余的小朋友要争取踩住绳子“捕”到“蛇”，要是被绳子碰着了就算是被“蛇”咬了。小朋友在游戏当中看看会遇到哪些问题，待会儿我们一起来解决它。”游戏的玩法简单明了，这给幼儿‘发现问题’留下了宽广的空间。我想，让幼儿借助亲身体验在游戏中感受规则、形成规则远比我们单纯的罗列、强调更为具体、鲜明、直接。

4. 幼儿游戏(1)启发幼儿根据游戏的实际情况，提出游戏中存在的问题；(2)引导幼儿小组协商、讨论解决问题的办法；(3)

引导幼儿通过实践检验方法的可行性；(4) 引导幼儿用简单的图示记录改进的方法。

预计幼儿在游戏中会遇到以下问题：多少人游戏合适？大家四处走动总是捕不到“蛇”怎么办？什么时候开始第二轮的游戏？……这其中已涵盖了游戏人数、场地设置、游戏规则、游戏后续等方方面面的问题。

5. 组织幼儿交流：你们在游戏中遇到了什么困难？你解决了吗？是怎么解决的？

在幼儿的分享、交流、探讨中，老师借助图示帮助幼儿梳理经验，形成完整的认识。

6. 幼儿再次游戏有了问题的解决为铺垫，这次幼儿的游戏应该是有序的、完整的、愉悦的，真正感受到游戏的乐趣。

大班健康体育活动教案记录篇七

1. 能灵活地侧身钻过50厘米高的障碍物，巩固侧身钻的动作要领。

2. 能快速完成跳、爬、钻、跑的整套动作，提高身体动作的协调性。

彩圈(红花)若、平衡木、轮胎、拱形门。

1. 组织幼儿进行热身运动，介绍活动场地，激发幼儿游戏的兴趣。

2. 请幼儿自由探索过拱形门的不同钻法，重点引导幼儿掌握侧身钻的动作要点。

3. 以小组竞赛活动进行游戏，提供侧身钻的动作技能，提醒

幼儿遵守游戏规则。

教师交代玩法：(1)游戏开始时，每组名幼儿依次走过独木桥(平衡木)，跳过石头(轮胎)，钻过山洞(拱形门)，跑到放置彩圈(红花)的地方，用时最短的一组获胜。

4. 引导幼儿把彩圈(红花)献给老师。

大班健康体育活动教案记录篇八

活动目标：

- 1、探索纸盒的多种玩法，促进幼儿创造性思维的发展。
- 2、提高幼儿身体运动的协调性及平衡能力。

活动准备：

活动流程：

一、热身活动：数字宝宝变变变你们看过超级变变变的游戏吗？今天我们就用自己的身体做一个“变数字”的游戏，你想变数字几就变数字几。

1、自由变数字：找个空地方，变出一个自己喜欢的'数字。你变的是数字几？

2、听老师信号变数字：现在要难以点了，老师报一串数你们自由走动，听到最后一个数字就立刻停下，把这个数字作出来。（及时表扬、鼓励）

二、探索活动

1、自由选择材料、自由结伴、自由探索纸盒的多种玩法

刚才我们是用身体来做游戏的，现在老师准备了许多纸盒，请你们用纸盒来做游戏好吗？想一想，纸盒可以做什么游戏？可以一个人玩，还可以几个人一起玩。

教师巡视观察：（重点观察怎么玩，和谁一起玩）

幼儿玩纸盒的不同程度幼儿玩纸盒的多种方法从单个玩——合作玩的状况

集中交流：刚才有的小朋友玩的方法又多又好，请他们来介绍介绍。请个别幼儿演示。你是怎么玩的？和谁一起玩的？（他是用纸盒玩跳的游戏……），鼓励幼儿多种玩纸盒的方法。（从幼儿兴趣点来捕捉，集体学一学）。

2、用纸盒扮演机器人并作各种动作：（猜谜），这是什么？机器人有什么本领？现在请你们用纸盒变机器人，变的时候想一想：你的机器人叫什么名字，有什么本领？然后练机器人的本领。

幼儿听音乐自由探索：教师边观察边指导。

交流分享：机器人本领练好了吗？现在就来比比谁的机器人本领大：告诉大家你的机器人叫什么名字，并把本领表演给大家看。

我们小朋友本领真大！个个都是有本领的机器人。现在请你们听口令练本领，你们行吗？我来做指挥中心的指挥官来发口令（老师举旗指挥），你们做动作，口令一定要听仔细了，准备好了吗？走走走向前走——走走走向后走——蹲下——一起立——绕个圈来走一走——跑跑跑快快跑——绕个圈来跑跑跑——走走走慢慢走——立停。机器人耳朵真灵，个个是好样的。（游戏重复2、3次，）

三、游戏活动：机器人运瓜机器人交给需要你们完成一个任

务，用小车把西瓜地里的西瓜运回来，你们有没有信心完成任务？交待游戏规则：分成三队，每队第一个机器人推小车将西瓜运到指定地点，并将小车交给第二机器人，游戏依次进行。比一比哪一队运的瓜多。

四、放松活动：听音乐放松身体我们机器人运瓜的任务完成得真不错！指挥官谢谢你们。现在请机器人将纸盒收好。听音乐活动四肢。附：谜语一个铁娃娃，全身四方方。吃饭用电池，事事都会做。

文档为doc格式

大班健康体育教案记录篇九

- 1、通过各种跳跃动作的练习，发展跳跃能力
- 2、提高身体活动的协调性
- 3、体验运动带来的乐趣活动准备小呼啦圈30个（全班幼儿每人一个）

1、幼儿听哨声进行大步走、慢跑、蹲走

2、幼儿在场地中成早操队形在教师带领下做准备操：头部、腹部、踢腿、下蹲、跳跃。

1、探索用圈锻炼身体的方法

（1）幼儿每人拿一个圈，分散在场地中自由进行跳圈活动。

（2）教师巡回观察指导，启发幼儿开动脑筋想出不同的跳圈方法。提醒幼儿注意安全。

（3）请几名幼儿将自己用圈锻炼的方法进行展示，教师进行

解说并给予肯定。

2、学习蹲跳动作

(1) 集中幼儿，教师向幼儿进行蹲跳动作示范、讲解：两脚左右开立，与肩同宽，两臂前后摆动，前摆时，两腿伸直，后摆时，屈膝降低重心。

(2) 请2~3名幼儿模仿教师的蹲跳动作，教师给予动作讲解和纠正。

(3) 幼儿分散在场地中，按教师要求进行蹲跳动作练习。

3、花样蹲跳动作练习

(1) 幼儿分散在场地中，蹲在自己所在的圈内，听教师口令，向圈外的前、后、左、右方向蹲跳。

(2) 幼儿分小组依次站起点线后，场地中对应各组放置6个拼接成一条龙的圈。当教师发出“出发”口令后，各组幼儿一个接一个地用蹲跳的'方式跳过一个一个圈，然后回到起点再接着出发。

(3) 幼儿分2个小组，每组两个队，成迎面接力站好，场地布置同上。当教师发出口令后，各组第一名幼儿用蹲跳完对应圈，跟对应队伍第一名幼儿接力，另一队幼儿出发，直至全部幼儿跳完，以最先完成获胜。

1、教师带领幼儿做全身各部位的放松活动。

2、教师对活动进行总结。

下面我对我组织的大班体育活动《蹦跳长得高》进行简单的反思，我认为这节课有如下几点成功之处：

- 1、设计目标明确，重、难点突出，以发展幼儿各种姿势的跳跃动作为主，提高了幼儿的弹跳能力、灵敏性、协调性。
- 2、发展了幼儿的创造性、探索能力和团结协作的能力。
- 3、该活动是在幼儿基本掌握跳跃动作的基础上，再进行结组一起跳的练习，收到了较好的效果。
- 4、本次活动能根据幼儿年龄特点，做到动静交替，幼儿参与活动的积极性较高，合作较好，并能互相学习、共同提高。
- 5、注重教师与幼儿之间的互动，教师和孩子之间不再是师生关系，而是成了孩子们游戏的合作伙伴和朋友，更亲近了孩子，走进了孩子们的世界。

但也有许多不足：

- 1、由于活动的场地不够宽敞，以至于孩子们在玩的过程中比较拥挤，不能够完全发展孩子们的创造力和探索能力，孩子们在练习跳跃的动作稍微有些拘束，如果能在户外开展这个活动效果会更好些。
- 2、孩子们在练习每一个协同跳跃动作的时间稍微长了点，以至于孩子们在体力上消耗稍大，如果在练习时间上缩短些，做到劳逸结合，我想效果会更好。