

2023年小班体能课平衡木教案(优质5篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？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。

小班体能课平衡木教案篇一

《纲要》明确指出：“培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，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。”在小班身体动作技能的练习中，跑是练习的重点，如何在游戏中调动幼儿跑的兴趣，帮助幼儿掌握四散跑的技能呢？结合小班幼儿年龄特点，我设计了“开军舰”活动，以扮演角色的形式激发幼儿参与游戏的兴趣，发展幼儿四散跑、听信号向指定方向跑的能力。

活动目标

- 1、练习在指定范围内四散跑，并学会听信号向指定方向跑。
- 2、在跑的过程中学会互不碰撞。
- 3、喜欢并愿意参加游戏，体验游戏的快乐。

活动准备

- 1、物质准备：在场地中间用蓝色布条围成“大海”，一旁摆放与幼儿人数相等的小椅子（代表码头）。《军港之夜》音乐磁带、口哨。
- 2、经验准备：事先看过军舰的图片、录像，初步了解关于军舰的知识。

活动过程

一、队列练习

- 1、原地队列练习：立正——稍息——看齐。
- 2、行进间队列练习：齐步走——跑步走——立定。

二、军体拳教师：我们大家一起来练军体拳，看看谁的小手最有劲，谁的小脚最能踢。（带幼儿做简单的军体拳动作，为接下来的游戏热身。）

三、游戏：开军舰

1、教师：今天，我们来玩“开军舰”的游戏。小朋友们都来当舰长，老师当大队长，请舰长们驾驶着军舰到大海上，等大队长吹口哨发出信号“请把军舰开回码头”的时候，大家就把军舰开回码头，靠岸休息（坐在小椅子上）。当听到“我们出海去了”的信号时，就把军舰开到海面上。

2、交待游戏规则。

（1）只能在规定范围内开（四散跑），不能把军舰驾驶到“大海”外边。

（2）不能碰到其他军舰。

（3）只有听到信号时才能驾驶军舰“出海”“靠岸”。

3、幼儿游戏，教师提醒幼儿听信号向指定方向跑，不要与同伴相互碰撞。

4、为增加幼儿兴趣，在游戏中穿插向敌人军舰、飞机开炮动作。

5、简单小结，表扬能听信号及时反应的幼儿。

四、播放《军港之夜》音乐，做放松动作教师：今天，小舰长们赶走了敌人的军舰、炮击了敌人的飞机，都很累了，我们休息一下吧。（听音乐，幼儿坐在小椅子上轻轻地摆动身体，做放松动作。）

小班体能课平衡木教案篇二

1、通过探索铃铛球的多种玩法体验一物多玩的乐趣。

2、练习投掷等动作。

3、通过体育活动促进身体平衡能力的发展。

4、发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。

5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

1、打包带制成的铃铛球人手一只，用长度约55厘米的绳拴上；

2、充气不倒翁四只（装饰成老鼠），放于场地四周隐蔽处；

3、场地布置，音乐磁带和录音机。

1、活动导入：教师（扮演猫妈妈）带幼儿（扮演小猫）入活动场地。

2、热身运动。

（1）寻找铃铛球。（幼儿在草丛中找出铃铛球）。

（2）带铃铛球散步。

3、玩铃铛球。

(1) 幼儿自由探索铃铛球的多种玩法。

(2) 交流铃铛球的多种玩法。

4、游戏：打老鼠。

(1) 设疑引起幼儿注意：“妈妈发现四周有老鼠，这可怎么办呢？”

(2) 幼儿自由“打老鼠”。

(3) 交流“打老鼠”的经验，

(4) 幼儿再次玩游戏“打老鼠”。

5、放松活动：收拾铃铛球，幼儿抬着“老鼠”念儿歌（自编）绕圈一周后离开活动场地。

小班体能课平衡木教案篇三

教案目的：

1、幼儿在游戏中学会与朋友相处

2、幼儿将报纸不断对折，与朋友一起站在报纸上，保持身体平衡。

教案准备：

报纸、音乐

教案过程：

- 1、教师向幼儿介绍海龟长得什么样子？有什么本事？并教幼儿学会有关小海龟的儿歌：我的小海龟，住在龟壳里，饿了——把头伸出来，困了——缩头打磕睡。
- 2、教师播放音乐，幼儿扮演小海龟，边念儿歌边自由地做小海龟爬行、游泳等动作。
- 3、教师扮大鲨鱼，小海龟在场地内随意游泳。当大鲨鱼发出“我要吃掉小海龟”的信号时，小海龟便迅速自由结伴拉手，大鲨鱼设法追逐那些没有找到朋友的小海龟。
- 4、教师拿一张报纸，两个幼儿自由组合成一对海龟朋友
- 5、教师将报纸比作大海里的快乐岛，音乐响起，海龟围着快乐岛游泳。音乐停下时，两只海龟同时站在快乐岛上，相互拥抱，保持身体平衡，以脚不离报纸为胜。
- 6、将报纸不断对折，使报纸面积越来越小，鼓励幼儿相互合作，使自己依然能站在报纸上保持身体平衡。
- 7、幼儿坐在报纸上，听音乐想象自己坐在船上，在平静的大海上飘荡。
- 8、活动结束，幼儿在老师带领下收拾好报纸

小班体能课平衡木教案篇四

【活动目标】

- 1、幼儿主动探索滚球、自抛自接、拍球、传球等玩球的方法和技能。
- 2、乐意参加体育活动，体验玩球的兴趣。

3、提高幼儿控制能力，锻炼幼儿手眼协调的能力。

【活动准备】

圈、皮球、体操垫、小椅子、球架、磁带、红黄绿大球若干

活动重难点：练习自抛自接球；按颜色进行分类

【活动过程】

一、开始部分

导入游戏：教师边演示边对幼儿说：“大皮球真好玩，拍一拍，它就跳，滚一滚，到处跑，踢一踢，就前进。”（引发幼儿玩球的愿望）

二、基本部分

1、幼儿探索玩球的方法。幼儿自由玩球鼓励幼儿想出多种玩球的方法，并让幼儿做示范（拍球、滚球、抛接球等）。

2、教师表演花样玩球，吸引幼儿组织幼儿练习玩球的方法。

3、《夺球游戏》：三分之二的幼儿有球，要有球的孩子保护好球，没球的孩子动脑筋把别人的球夺过来。

情景表演：《赶小猪》

隔壁王大爷家的养殖场的小猪跑出去了，他打电话给老师让咱小朋友去帮忙，我们要助人为乐，帮王大爷把小猪赶回家。这里有一群小猪（红黄绿若干大球），你喜欢什么颜色就参加哪个队，想各种办法把小猪赶回家。

（1）集体赶：分三路纵队进行滚球接力，哪队先完成为胜。

(2) 个别赶：请幼儿探索多种玩法赶小猪。

三、结束部分

播放音乐做放松活动。（教师领幼儿做皮球韵律操） 多元价值分析：

- 1、通过玩各种游戏，启发幼儿动脑思考、动手操作，培养了幼儿的想象力。
- 2、通过游戏培养了幼儿助人为乐的良好品质，有助于幼儿的良好个性发展。
- 3、整个活动中，幼儿积极参加各种游戏，使幼儿的肌肉不同层次的得到了发展，幼儿也体验到了玩球的乐趣。

小班体能课平衡木教案篇五

目的：

培养幼儿动作的协调性，发展平衡能力。

准备：

画宽30厘米的两条线做“独木桥”，小红旗4面。

玩法：

将幼儿分成人数相等的4队，站在起跑线后上。

教师发出“预备”信号后，每队的第一名幼儿向后转，背对对岸。当听到“出发”的口令时，幼儿两脚沿“独木桥”快速跑回，拍第二名幼儿的手。依次进行，最后一名幼儿拔下红旗，以最快的队为胜。

规则：

- 1、必须向后退着跑过“独木桥”，不能转身。
- 2、如有“落水”的应重新开始。
- 3、最后一名幼儿要拔下红旗跑回才算完成。

注意事项：

开始时，先让幼儿慢慢地练习，掌握要领后再加快速度。