

最新大班健康跳纸板教案及反思 大班健康教案及教学反思(模板6篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来看看吧。

大班健康跳纸板教案及反思篇一

1、通过在游戏中的观察和探索“渔夫”和“小鱼”角色的动作要领，团结协作开展游戏，发展观察力、解决问题的能力 and 协调合作等能力，形成初步的规则意识。

2、进一步发展跑的基本动作和快速躲闪等灵敏性的身体素质，在逐渐增加难度的游戏中大胆探索跑、躲闪和合作捕鱼等方法。

1、律动音乐

2、游戏音乐

3、“拉网捕鱼”幼儿游戏示范录像。

4、用粉色自粘纸贴成一个圆形场地。

一、导入

幼儿跟随教师听音乐进入活动场地站四队做准备活动。（重点活动下肢和腰部）

师：小朋友们好，今天的天气这么好，老师带小朋友们去做做游戏吧，在游戏之前我们先神气的走一走，，绕大圆走，

四路中队走。

二、展开

（一）在游戏情境中探索、练习“合作追捉”“跑”和“躲闪”的基本动作。

师：小朋友们请坐，黄桥有很多的池塘，里面的小鱼苗都长大了，渔夫们要去捕鱼了，前几天，我们幼儿园的小朋友也变成了小渔夫去捕鱼了，小朋友们想不想看，那再看的时候，一定要仔细观察，看小渔夫如何捕鱼，小鱼是如何逃脱的。

1·观看“拉网捕鱼”游戏视频，使孩子初步了解游戏玩法与规则。

提问：游戏中的渔夫是怎样追捉小鱼的？小鱼是怎样逃脱的？

师：刚才谁看到了小渔夫是怎样捕鱼的？

2、探索、练习渔夫“合作追捉”的基本动作。

（1）鼓励幼儿模仿、探索渔夫捕鱼“合作追捉”的基本动作。

师：首先是什么样的？（手拉手），当小鱼跑过来时小渔夫是怎样抓的？（师边说边走到小渔夫中间，让幼儿围起来）

（2）邀请几名幼儿分组示范基本动作，引导其他幼儿观察练习。

师：刚才小朋友观察的十分仔细，小渔夫是双手打开，当要抓住小鱼时一下把小鱼给保住了，这就是小渔夫的本领。

（3）教师小结动作要领，指导大家一起练习基本动作。

3、探索练习小鱼“跑”和“躲闪”的基本动作。

(1) 鼓励幼儿模仿、探索小鱼“跑”和“躲闪”的基本动作。

师：刚才小朋友模仿了小渔夫捕鱼，那刚才谁在看视频时，看到小鱼是怎么样的？

(2) 邀请几名幼儿逐一示范展示动作，引导其他幼儿观察、学习。

师：这么多小朋友看到啦，那我请几个小朋友上来，她是小鱼，我是渔夫（师捕，幼儿逃），她是怎么多开的？（从老师胳膊下钻过去，再请幼儿上来演小鱼）

师：还有谁有不一样的方法？

(3) 教师小结动作要领，指导大家一起练习基本动作。

师：好，现在小朋友把手先放下，刚刚小朋友想了这么多的办法，我们是不是也要学习小鱼的本领“快速躲闪”，全体起立，先学习第1个本领，往右躲闪，1，2，3（2遍），我们加快速度好不好？（以同样的方式学习往左躲闪）刚才还有小朋友想到了转圈躲闪（2遍，加快速度2遍），非常棒，快坐下。

(二) 开展游戏，总结动作要领和应对策略，强调游戏规则。

1、分组游戏两遍，总结动作要领，强调游戏规则。

(1) 请1、2组的幼儿扮作渔夫，3、4组的幼儿扮作小鱼进行游戏。

师：刚才我们联系了渔夫捕鱼的方法和小鱼躲闪的方法，那老师要让小朋友们进行分组联系了，看看是渔夫厉害还是小鱼厉害。现在请听好游戏规则，音乐开始，渔夫手拉手捕小鱼，小鱼要用刚才学习的方法快速躲闪，注意在游戏中小渔

夫手拉住的网不能断开哦，断开了会怎么样？（鱼逃跑了）
请小渔夫和小鱼听好音乐。

（2）师幼共同讨论游戏中出现的问题，总结“合作追捉”“跑”和“躲闪”的动作要领，强调游戏规则。

师：好，请坐，刚刚小朋友表现的.很棒，但是老师发现了一个问题，当小渔夫抓小鱼时，手松开了，也就是说渔网破了个洞，刚才老师说过了，小渔夫在抓鱼时，渔网要怎么样？抓紧，对不对，不可以断开，被抓到的小鱼一定要快速变成渔网去抓别的小鱼，不能违反游戏规则。

（3）四组互换角色再次分组进行游戏。（方法同上）

师：接下来我们再来练习一次，这一次小朋友们要注意了，抓着手一定不可以分开了，那现在我们把小组分一下，全体起立，小渔夫把手拉好，小鱼站好，音乐响起，游戏开始，音乐结束，游戏结束。

2、增加游戏难度，在圆圈内进行“拉网捕鱼的游戏。”

（1）教师讲解新的游戏玩法与规则。

游戏玩法：请两名幼儿扮作“渔夫”，手拉手当渔网，其他幼儿扮作“小鱼”。音乐响起，“渔夫”开始追捉“小鱼”，被捉住的“小鱼”要立刻与“渔夫”手拉手编成渔网继续追捉剩余的小鱼。

游戏规则：音乐响起，游戏开始；音乐停止游戏结束；游戏过程中“渔夫”的手不能放开，被捉住的“小鱼”要立刻与“渔夫”一起继续追捉剩余的“小鱼”；所有幼儿不能跑出蓝色圆圈。

师：小朋友们刚才玩的真棒，这个本领学的非常好，现在请

闭上小眼睛，好，我们来想一想，刚刚我当小渔夫是有没有按照小渔夫的规则去玩游戏，第一，小手有没有拉在一起，第二，抓住小鱼时，2个小朋友有没有一起把小鱼抱住，第三，抓小鱼时小手有没有松开，当小鱼的时候有没有迅速变成渔网，本领学会了，接下来，一场真正的刺激的游戏开始了，在玩游戏之前，老师先说一下规则，第一，在玩游戏时，所有小朋友都不能离开粉色的池塘，万一离开了，小鱼会怎么样？渔夫离开了池塘能不能抓到鱼了？第二，渔夫的手不可以分开，手分开了渔网就怎么样了？第三，被抓住的小鱼迅速变成渔网，第四，音乐开始游戏开始，音乐结束游戏结束，注意安全哦。现在，我选出两名渔夫，剩下的都是小鱼（师与小鱼围起来，商量怎样躲开，小渔夫在边上商量如何抓到更多的小鱼）

（2）师幼共同总结游戏中出现的问题，讨论和解决问题。

提问：当渔网越来越大时，“渔夫”们应该怎样合作追捉小鱼？

师：小渔夫的表现非常好，但是我又发现了一个问题当渔网越来越大时，“渔夫”们应该怎样合作追捉小鱼？动脑筋想一想。

3、再次增加游戏难度，在同一场地内，增加一对“渔夫”开展游戏。

师幼共同总结游戏中出现的问题，一起讨论解决问题。“当有多个“渔夫”捕鱼时，“小鱼”应该怎样逃脱？”

师：刚才小朋友想了那么多的好办法，接下来有更刺激的玩法，有信心吗？接下来，我请4个小渔夫，有两张小鱼网，在游戏的过程中，不能离开池塘哦，注意安全，现在我要选4名更勇敢的小渔夫（请小渔夫悄悄地商量怎么抓小鱼，小鱼们商量如何逃跑，安静的蹲好，音乐开始，游戏开始，音乐结

束，游戏结束)

三、结束

教师小结活动过程，随音乐带幼儿扮作小鱼做放松活动，离开场地。

师：游戏进行的非常顺利，你们的表现也很好哦，老师发现，拉成大网时，要拉成弧形，网变大了，小鱼可以怎么逃跑呢？你们的表现太棒了，我要问一下，你们玩的开心吗？你们的小手小脚也很累了，请你帮助自己捏捏小脚，敲敲小腿，帮助前面的小朋友敲敲背，好了，我们跟着小鱼一起游回家吧。

幼儿园应开展多种有趣的体育活动，培养幼儿积极参加体育锻炼的兴趣。发展幼儿动作技能的同时，更应重视幼儿运动兴趣的培养及运动过程中愉悦情感的激发。根据大班幼儿身体协调性强，竞争意识浓，渴求交往。

大班健康跳纸板教案及反思篇二

1. 学习行进间掂球，促进幼儿注意力及手眼脚协调性的发展。
2. 通过练习、游戏等形式，逐步提高幼儿的掂球技能。
3. 喜欢乒乓活动，并在竞赛活动中增强幼儿的团队意识。
4. 培养幼儿乐观开朗的性格。
5. 培养幼儿的尝试精神。

1. 幼儿人手一块乒乓板、一只乒乓球。
2. 场地布置：运球绕障碍、行进间掂球、小球跳回家。
3. 幼儿分成红、黄、蓝、绿四组。

(一)热身运动，快乐乒乓操。

(二)花样掂球乐淘淘。

你会掂球吗?那我们掂球的秘诀是什么?

1. 幼儿练习原地掂球。

2. 幼儿创编不同的掂球姿势。

教师：除了这样原地掂球，你还能怎样掂球？

(1)幼儿反馈，并集体练习。

(2)听口令灵活变换姿势掂球。

3. 多种方式练习行进间掂球。

(1)个别幼儿练习行进间掂球。

(2)师幼共同小结行进间掂球要点。

(3)幼儿练习。

(三)游戏：送乒乓球回家。

1. 教师介绍场地与玩法。

教师：玩了这么久，乒乓球也累了，就让我们送它回家吧。

2. 个别幼儿练习。

3. 幼儿集体鱼贯练习。

4. 小组比赛：哪一组最先送乒乓球到家。

要求：(1)1号送乒乓球回家后，马上举板，2号才能出发。

(2)遵守规则，按照刚才的方法，送乒乓球回家。

(3)如果乒乓球掉下来了，原地捡起来继续前进。

(四)放松并小结活动。

教师：乒乓球都回家休息了，我们也赶紧放松放松吧。

继续探索乒乓球的其他玩法。

在欢快的音乐声中孩子们的探索活动结束了，从他们意犹未尽的脸上可以看出，孩子们是玩得开心，学得快乐的。在探索过程中，我用交流会的形式，鼓励孩子大胆地向同伴展示自己的探究成果，较好地达到的预设的要求。

大班健康跳纸板教案及反思篇三

活动目标：

- 1、理解牙齿健康的标准，知道蛀牙的原因。
- 2、懂得要爱护自己的牙齿，养成4个护牙好习惯。

活动准备：

ppt

活动重点：

懂得要爱护自己的牙齿，养成早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。

活动难点：

理解牙齿健康的标准，知道蛀牙的原因。

活动过程：

师：我们班的小朋友是不是非常喜欢猜谜语呀？

师：张老师今天请小朋友猜一个谜语，竖起你的小耳朵认真的听，如果你猜出谜底，请你把你的小手举起来。

师："小小石头硬又白，整整齐齐排两排，天天早起刷干净，结结实实不爱坏"（牙齿）。

1. 让幼儿自己说自己认为健康的牙齿是什么样的？

师：你们知道什么样的牙齿是健康的吗？（你认为的）（请个别幼儿回答。）

2. 请牙博士为幼儿解答。

（1）牙齿干净。（2）没有蛀牙。（3）不会疼痛。（4）牙龈颜色正常。（5）没有出血。

3. 请小朋友想想自己的牙齿是不是健康的

（请个别幼儿回答，引出蛀牙。）

（请个别幼儿回答，说出自己的想法。）

师：我们一起来看看蛀牙是怎样形成的？

（播放蛀牙形成视频。）

进行总结：如果口腔不干净，牙齿表面会堆积大量的细菌，细菌在食物中的糖的帮助下，产生大量的酸，时间久了，酸对牙齿进行破坏，造成龋洞，蛀牙就形成了。

（请幼儿来说一说。）

师：我们一起来听听牙博士是怎么告诉我们小朋友的？

（播放护牙视频。）

师：小朋友们，你们想不想知道为什么吃完喝完嚼无糖口香糖可以保护牙齿吗？

（播放唾液护齿的原理视频。）

教学反思：

通过本次活动的学习，利用了小视频，让孩子们能够清楚的知道蛀牙的原因，健康的牙齿直接关系到全身发展。因此，保护好幼儿的牙齿具有重要的意义，幼儿要养成好的护齿习惯，才能拥有健康的牙齿。孩子们上课时听的，学的都很认真，对孩子的影响应该还是比较大的。

大班健康跳纸板教案及反思篇四

活动目标：

1. 使幼儿知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。
2. 引导幼儿寻找正确渲泄自己不良情绪的方法。
3. 培养幼儿健康活泼、开朗的性格。
4. 学会保持愉快的心情，培养幼儿热爱生活，快乐生活的良好情感。
5. 初步了解健康的小常识。

活动重点难点：

活动重点：

使幼儿知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。引导幼儿寻找正确渲泄自己不良情绪的方法。

活动难点：

真正掌握渲泄不良情绪的正确方法，调整自己的情绪，保持愉快的情绪。

活动准备：

1. 记号笔、情绪记录图。
2. 合作活动材料：二人三足、呼啦圈、棋子、扑克、布飞碟、齐拉珠子、象棋拼图、袋鼠相斗、陀螺、拳击手套。

活动过程：

一、感受快乐的情感，知道知道愉快的情绪有利于身体健康，不良的情绪影响身体健康。

2. 师生同乐游戏(游戏法、情绪体验法)。

3. 游戏后讨论：(讨论法、回忆法、比较法)

(1) 玩游戏的时候你们的心情怎样？

(2) 除了游戏的时候很快乐，还有什么时候你也觉得很快乐？

(4) 你们觉得快乐和不快乐哪个对身体健康有帮助？为什么？

(5) 小结：情绪愉快身体就会好。

二、引导幼儿寻找正确渲泄不良情绪的方法，将不快乐转化为快乐的方法，培养幼儿健

康、活泼、开朗的性格(讨论法、回忆法、评价法)。

1. 我们有什么好办法让自己不快乐的时候快乐起来呢?

2. 小结。

三、再次体验快乐的意义，并在活动中逐步掌握正确渲泄自己不良情绪的方法。巩固认识情绪愉快身体就会好(游戏法、记录法、评价法)。

1. 提出活动要求。

2. 出示情绪记录示范图，引导幼儿记录自己的情绪及渲泄方式，并尝试自我评价那些方法有利于身体健康。

3. 出示一份记录样图，引导幼儿分析。

4. 结束并延伸活动，幼儿自然结伴自选器械进行活动并尝试记录。鼓励幼儿自己尝试不同表格设计及记录方式。

教学反思：

幼儿心理健康教育是人生教育中最重要阶段，所谓“心理健康从娃娃抓起”就是这个道理。因为，幼儿阶段是孩子语言、思维发展的关键时期，也是其性格、情绪、意志及社会行为发展的重要阶段。幼儿心理健康教育的活动，主要靠幼儿教师和家长去实施。

利用师生同乐游戏，使幼儿充分感受快乐。通过谈话引发幼儿的共鸣，使幼儿理解“快乐使人精神健康，不快乐会影响人的健康，所以我们要时常保持快乐的心情”的道理。大部分幼儿对“快乐”似乎有了一定的理解。也激发了孩子与快

乐做朋友的愿望。

让幼儿体验生活中会遇到不如意、不快乐的事情，体会快乐是可以分享的。在欢快的氛围中，让孩子进一步体验自己快乐和别人也快乐的意义，再次提升活动快乐的气氛。

从整个活动来看，我觉得自己在活动的准备中比较用心，从材料的准备、环节的设计。但在细节方面还有待进一步关注例，教师语言还不够简练。

总之通过活动，帮助幼儿寻找快乐，留住快乐，并引导他们运用自己的行动去调节和保持快乐的情绪，提高对学习生活的认识。

大班健康跳纸板教案及反思篇五

带领幼儿随着好习惯歌曲做律动。

二、基本部分

2、安静听故事，情境导入。

教师提问：小熊和大熊为什么上学会迟到？

教师总结：小熊和大熊因为喜欢看动画片，所以看到很晚很晚，第二天早上上学都迟到了，还有了大大的黑眼圈。小朋友，我们要养成按时睡觉按时起床的好习惯，这样上学才不会迟到，才会有更健康的身体。

3、“看”动画提问导入：小朋友，你们平时会睡懒觉吗？

4、认真看动画，启发思考，教师提出如下问题：

(1)妈妈为什么说宝宝是个乖孩子？

(2) 故事告诉我们睡觉时最好的姿势是什么样的？

(3) 宝宝听小鸟说了哪句话才没有睡懒觉？

5、幼儿有疑问可再次观看动画，老师根据本班级幼儿共性特征及个体差异，对动画进行暂停或播放，结合剧情节点，在幼儿已有经验上进行选择性互动提问教学。

教师总结：宝宝每天早睡早起，是个乖孩子，故事告诉我们每天睡觉的时候要盖好被子别着凉，右侧睡，对身体好，衣服鞋子摆放整齐，这样才是人见人爱的好孩子。

6、图谱演示

教师出示两张图片并讲述图片故事，让幼儿判断对错并说明原因。

教师看图总结：小朋友我们要向宝宝学习，早睡早起，每天和太阳公公一起做运动，身体棒棒的，太阳公公喜欢早睡早起的好宝宝。

三、结束部分

游戏名称：《手指宝宝》

游戏玩法：教师念儿歌，幼儿根据儿歌内容做相应的手指动作。

儿歌：大拇哥睡了，二拇哥睡了，中三娘睡了，你睡了，我睡了，大家都睡了。大拇哥醒了，二拇哥醒了，中三娘醒了，你醒了，我醒了，大家都醒了。

儿歌动作讲解：双手打开，“大拇哥睡了”大拇指收起，“二拇哥睡了”食指收起，“中三娘睡了”中指收起，“你睡了”双手手心向上伸出去，“我睡了”双手放在

胸前，“大家都睡了”双手放脸侧做睡觉状，后面儿歌“大拇哥醒了，二拇哥醒了，中三娘醒了，你醒了，我醒了”是将手指一个一个打开，“大家都醒了”做一个伸懒腰的动作。

四、活动延伸

(1)带领幼儿唱读《弟子规》经典：

“朝起早夜眠迟老易至惜此时”

(2)教师多鼓励幼儿早早来幼儿园参加活动，并适当给予称赞；

(3)和家长联系，习惯养成延续至家庭中落实。

大班健康跳纸板教案及反思篇六

通过活动让幼儿感受与他人合作跳绳的乐趣，探索三人跳绳的玩法和学习三人跳绳的技巧，能不怕失败小组合作进行跳绳。

设计意图：

《指南》中指出：“遵循幼儿的发展规律和学习特点。珍视幼儿生活和游戏的独特价值，充分尊重和保护其好奇心和学习兴趣，创设丰富的教育环境，最大限度地支持和满足幼儿通过直接感知、实际操作和亲身体验获取经验的需要。”我班幼儿都会双脚跳绳，对跳绳活动充满着兴趣，本次我选择了跳绳这项民间游戏种的三人跳绳，这是有一定的难度，需要小组合作，需要一定的技巧，还需要孩子已有跳绳的经验，它是对人的耐心和合作的考验，对现在的幼儿来说，是非常好玩的合作游戏。根据幼儿的年龄特点，我设计了这节课，主要锻炼幼儿的身体素质，培养幼儿的合作意识和大胆尝试的勇气。从而进一步在游戏活动中增强幼儿的应变和灵活掌

握技巧。

活动目标：

1. 感受跳绳的乐趣和他人合作的快乐。
2. 探索三人跳绳的玩法，初步学习三人跳绳的技巧。
3. 能不怕失败小组合作进行跳绳。

重点难点：

活动重点：三人跳绳的技巧。

活动难点：小组合作进行三人跳绳。

活动准备：

1. 材料准备：人手一根跳绳，音乐
2. 知识准备：会双脚跳绳

活动过程：

一、热身运动

1. 师生问好，集合整队。
2. 热身律动：我们一起动起来。

二、幼儿探索三人跳绳的玩法。

1. 说一说，我们玩跳绳除了自己一个人跳绳以外还可以几人跳绳呢？

小结:三人一组两人甩绳，一人跳。

2. 试一试，幼儿组队，尝试三人跳绳，教师巡回观察。

小朋友们尝试三人跳绳，并且自己思考怎样才能跳的好跳的多。

3. 教师请个别幼儿示范，并且讲解主要动作要领。

(1) 甩绳方法

甩绳小朋友的方向一致、节奏一致，绳子甩起来最高点要超过跳绳小朋友的头顶，甩到最低时绳子要打到地面。

(2) 跳绳方法

站在绳子中间跳绳，跳绳时双脚离地跳起来，并与甩绳的节奏保持一致。

儿歌小结：三人跳绳真好玩，小小绳子长又长，甩绳两人面对面站，一人一头手中拿，检查弧线在地上，一人跳绳站中间，面对小朋友准备好，喊了口令准备跳，123甩过头顶，听到响声要跳起，1234不要停，坚持最后是胜利。所以三人跳绳是要学会共同合作，三人的节奏要一致。

4. 幼儿再次进行尝试练习三人跳绳，巩固三人跳绳技巧。

三、游戏:跳绳大擂台

1、跳绳我最棒——比赛规则:一名幼儿跳绳，两名幼儿甩绳子，规定音乐时间内每组能跳完十个则挑战成功。

2. 我和老师比一比。

四、放松活动

1. 我的老师真厉害。
2. 师生评议，共同小结。
3. 放松音乐律动。
4. 收拾整理。

活动反思：

大班幼儿的力量、速度、耐力均处于初步发展的时期，骨骼肌肉有所发展但是非常柔弱；在心理方面，他们的感知能力和活动兴趣逐渐增强，他们喜欢和同伴一起玩耍，会与同伴分享快乐，在相互交往过程中开始有了合作意识。跳绳是一项比较剧烈的全身性活动，摇绳练臂力，跳绳练腿劲，快摇练速度，多跳练耐力。孩子手脚协调配合，还可以促进幼儿的协调性。

根据孩子的年龄特点和身心发展规律，我设计了游戏看谁反应快——自由探索三人绳子玩法——发现问题，解决问题——巩固三人跳绳——跳绳打擂台游戏——我的老师真厉害放松环节等环节，引导幼儿主动参与活动，在达到技能、体能目标的同时，充分感受到了体育游戏的乐趣。

第一环节，我带领孩子进入活动，带孩子和绳子一起热身活动入手，做好全身的准备活动。通过活动手腕、脚腕、拿着绳子活动身体最后与小朋友合作拉绳子的动作，创造性、趣味性地引导幼儿活动身体的多个部位，孩子们的兴趣被激发起来，个个都很兴奋，在做好运动准备的同时，也为后面的快乐游戏创设了轻松愉悦的氛围。

第二环节：自由探索三人绳子玩法，是本节课的教学重点也是教学难点。我引导幼儿充分调动孩子的积极性，我边组织幼儿自主探索三人跳绳的玩法，大家思考怎样才能跳得好跳

的多，我首先让幼儿自我合作尝试进行三人跳绳，然后再进行动作要领的讲解，请个别幼儿示范，讲解主要动作要领。通过自由探索，发现问题大家共同解决问题，这样的环节设计，在一定程度上提高了幼儿的语言表达能力，同时也锻炼了他们自我表现的勇气，最后我们用一首好听的儿歌来总结三人跳绳的玩法：三人跳绳真好玩，小小绳子长又长，甩绳两人面对面站，一人一头手中拿，检查弧线在地上，一人跳绳站中间，面对小朋友准备好，喊了口令准备跳，123甩过头顶，听到响声要跳起，1234不要停，坚持最后是胜利，这有效帮助幼儿初步掌握三人跳的技巧和动作要领。活动中我们一起练习了甩绳，大家共同听甩绳的声音，听到声音跳绳小朋友就数数字。《3-6岁儿童学习与发展指南》指出，对于跳绳等技能性活动，不要过于要求数量，更不能机械训练。本着这个原则，本节课幼儿的合作三人跳绳我认为是成功的，基本达到了教学的目标。

第四环节：我设计了“跳绳打擂台”在这环节中孩子与孩子比拼跳绳，孩子和老师比拼跳绳激发孩子的挑战欲望，最后观看老师跳大长绳鱼贯顺序跳，小朋友给老师加油，给孩子们心中埋下了颗小小运动的种子。

放松环节：我们听着音乐捶捶腿捏捏手，加以趣味性的放松动作，帮助幼儿充分调整今天运动较多的身体部位，很自然也很有趣，孩子们接受起来非常容易。

总之，在整节活动中，孩子们都是在一种快乐温馨的氛围中进行的，游戏有趣好玩，贴合孩子们的心理特点，自由探索活动有效。背景音乐的运用，也让体育与音乐有了一个良好的契合，孩子们在玩的过程中受到了美的熏陶，这些从孩子们那洋溢着快乐的小脸上便可以轻松感受到。整个教学活动，自己感觉还是比较顺利的，幼儿积极参与每一个环节，孩子们能够乐于探索三人绳子的不同玩法，感受到玩绳子的乐趣，顺利完成了教学任务。课后反思活动中如果在孩子们第二遍探索跳绳是发现问题及时停止解决问题，相信活动效果会更

加的好，今后的路还很长，我会继续努力！