

最新体育跳圈圈教案(优质8篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？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。

体育跳圈圈教案篇一

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“小袋鼠跳跳跳”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。

体育跳圈圈教案篇二

1、发展走、跑、跳、钻的能力。

2、学习在竞赛活动中遵守游戏规则。

3、体验运动的乐趣。

1、各种有洞的体育活动器具，如轮胎、呼啦圈、纸箱等

2、幼儿对多数器械已有活动经验

教师带领幼儿做热身操。

师：这个月我们一直在学习《神秘洞》这个主题，待会我们会和洞洞器具一起玩游戏哦！在没玩之前，请小朋友们和老师一起来做一做热身操吧！

1、寻找有洞洞的运动器械。

师：老师知道，小朋友们最爱做体育运动了，在没做运动前老师要考考小朋友了。

你们知道哪些体育器械是有洞洞的？下面就请你们去拿着洞洞器械玩一玩吧！

2、自由探索洞洞器具的玩法。

师：这么多器械要怎么玩呢？谁愿意来介绍一下洞洞器械的玩法呢？

个别幼儿讲述，教师归纳总结玩法。

3、幼儿间分享洞洞器械的玩法：不同的洞洞器械有不同的玩法，同一样的洞洞器械也有不一样的玩法。

1、将器械平均分成四份，并组合成四组障碍关卡。

2、幼儿也分成人数相同的四组。

3、幼儿可以用不同的方法通过各种洞洞器械，哪队先完成任务，安全通过关卡就获得胜利。

师：老师看见今天有的小朋友在游戏的过程中表现的很不错哦，待会进班的时候，老师会给你们惊喜哦！

体育跳圈圈教案篇三

1. 在“爆米花”的游戏情境中练习爬、侧滚的动作，并学习双脚原地向上跳。

2. 能根据信号变化，改变跳跃的高度。

3. 在情境中体验师幼互动游戏的乐趣。

1. 丰富宝宝生活经验：活动前观察炸“爆米花”的过程并品尝“爆米花”。

2. 大鼓一个

3. 自制大铲子

4. 配合活动的节奏，分别设有三段轻快的音乐。

一、热身运动，玉米宝宝要长大

玉米宝宝跟着妈妈一起锻炼身体，让我们快快长大吧。（音乐起，师生一起热身）

小手小手伸一伸，小脚小脚蹬一蹬，小腰小腰扭一扭，转个圈儿站站好，小小玉米长大了。

师：玉米宝宝要变成一颗一颗的玉米粒喽。（幼儿从站立到蹲下，准备爬进锅子）

二、游戏;爆玉米

第一次爆玉米花:

1. 听指令，根据游戏情境练习爬和滚的动作。

师：看，那边有一个圆圆的大锅，跟着妈妈赶紧爬到锅子里面去吧。你们准备好了吗？出发！

(1) 练习爬、侧滚

?师：一会儿妈妈就要开始炒玉米了，妈妈炒一炒，宝宝在锅里会怎么样呢？（爬一爬）记住，不要爬到锅子外面去哦。

?妈妈用手翻一翻，玉米宝宝会在锅里怎么样呢？滚的时候，找一个空地方滚，不要踩到别人。

还有一个小秘密要告诉你们：滚的时候，我们可以抱着头，这样就不容易受伤了。

(2) 炒玉米

师：现在妈妈要开始炒玉米啦，先在锅子里面倒点油，再撒点糖，妈妈要开始炒咯。

（老师放音乐，边指导，妈妈炒一炒，宝宝爬一爬，妈妈翻一翻，宝宝滚一滚，妈妈停一停，宝宝不动了。）

2. 听鼓声节奏，玉米宝宝练习原地向上跳。

师：玉米宝宝要爆炸啦！（幼儿自由练习原地纵跳）

在幼儿练习的基础上用语言总结孩子的动作，并用夸张的慢动作进行示范：“小脚并并拢，膝盖弯一弯，用力往上跳”

师：现在我们来听鼓声，鼓声快，宝宝跳得快，鼓声慢，宝宝用力往上跳。

第二次爆爆米花

1. 听指令，根据游戏情境在第一次爬和滚的动作基础上添加方向和速度的变化

师：第一次爆爆米花，我们很成功。你们还想再爆一次吗？

这一次，你们要看清楚妈妈往哪个方向炒，你们就往哪个方向爬。

2. 过渡：“妈妈的铲子不动了玉米宝宝停一停坐下来歇会儿吧”

跳：“玉米花熟啦！看看哪个爆米花爆得又高又大”

三、放松活动（放松音乐）

老师：爆米花都熟啦，让我们一起来散一散热吧。

米花转一转，热气散一散；米花转一转，上面散一散；

米花转一转，下面散一散；米花转一转，热气散一散。

小班幼儿的年龄原因，本次活动以幼儿最喜欢吃的爆米花入手，通过视频了解爆米花逐渐加热膨胀过程中，会发出乒乒乓乓的声音，大胆地想象，模仿爆米花被爆开时的样子，学习双脚原地向上跳，轻巧落地。活动重点是学习双脚原地向上跳，轻巧落地。难点是在情境中改变跳跃的高度。

情景大大加大了幼儿参与活动的积极性，听信号变跳的高度幼儿动作表现的不是很明显。玉米粒开始爆玉米了，孩子们兴奋起来，一上一下玉米粒自由爆起来。我就跟着鼓声的节

奏，使劲的用自己夸张的动作和快慢的速度来提示幼儿。此次活动选用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，来提高动作的协调性、灵活性，所以孩子们自始至终兴趣高涨，注意力集中。教学环节安排紧凑，层次清晰，重点突出。

接下来更要注意的是：

1. 游戏规则要强调

体育跳圈圈教案篇四

影子是生活中常见的自然现象，幼儿对其有强烈的好奇心，常常可以看到他们在操场上、草地上自由奔跑，跟影子捉迷藏，欢快的笑声表达出内心的愉悦。结合幼儿的兴趣点及提高幼儿在一定范围内追逐、躲闪跑技能的要求，特设计本次活动，通过“观察影子”、“影子变变变”、“双人踩影子”、“多人踩影子”、“追影子”等环节层层推进，不断提高练习的难度，发展幼儿追逐、躲闪跑动作的灵敏性。

1. 练习在一定范围内追逐、躲闪跑。
2. 能观察同伴的位置并及时调整自己的动作追逐或躲闪。
3. 对影子感兴趣，愿意和同伴一起玩“踩影子”游戏。
4. 锻炼平衡能力及快速反应能力。
5. 培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

选择有阳光的天气开展活动。

一、引导幼儿观察影子，进行热身活动，为游戏做准备。

请幼儿看看、说说自己的影子，随音乐玩“与影子一起跳

舞”和“影子变变变”游戏，充分活动身体各部位，为“踩影子”游戏做准备。

二、组织幼儿玩“踩影子”游戏，练习在一定范围内追逐、躲闪跑。

1. 介绍游戏玩法：幼儿两人一组，一个人踩影子，另一个人躲，练习在一定范围内追逐、躲闪跑。

讨论：怎样才能不让别人踩到影子？

2. 提高游戏难度，引导幼儿多人玩“踩影子”游戏。

可先由教师当踩影子的人，引导幼儿练习四散躲闪跑，待幼儿熟练掌握游戏后，请1-3个幼儿、踩影子的人继续游戏，被踩到影子的幼儿与踩影子的人互换角色，游戏重新开始。

三、组织幼儿玩“影子造型”游戏，带领幼儿随音乐进行放松活动。

引导幼儿自己或与同伴合作，创造性地用身体动作表现不同动物的形象，如小鸟、小狗、小兔等，也可用手影表现，自由放松身体各部位。

这个体育活动不但能锻炼幼儿身体，还能开发孩子智力。在玩“踩影子”过程中，使幼儿进一步了解光和影子的关系。并且通过创新玩法，培养孩子的创新意识和发散思维。

通过游戏，幼儿练习在一定范围内四散跑，增强幼儿跑的能力，初步培养幼儿在奔跑过程中的躲闪能力。

体育跳圈圈教案篇五

1、学会听指令，练习一个跟着一个跑。

2、能用身体动作表现小雨点的样子。

1、学会听指令，练习一个跟着一个跑。

能用身体动作表现小雨点的样子。

每位幼儿一个“小雨点”的胸饰。

一、导入活动

1、准备运动

给每个幼儿戴上“小雨点”胸饰，让幼儿自己随便找一颗星星跟老师做小雨点落下来的样子。

2、幼儿抬抬手、伸伸腿，弯弯腰，做热身运动。

二、游戏活动

1、游戏玩法

师：当老师说“下雨啦！”时，小朋友们自由跑。当老师说“小雨点变成一条小河啦！”小朋友们马上跑大盘老师身后，一个跟着一个跑步。当老师说“小雨啦！”小朋友们自由跑。幼儿做游戏数次。

2、放松动作

师：“雨水流到农田里啦！”小朋友们找一个位置站好，跟着老师做小雨点在农田里流来流去的样子。

3、游戏重复进行。

体育跳圈圈教案篇六

1. 能利用纸箱的变化进行跳、走、爬、钻的动作练习。
2. 让幼儿在活动中体验积极、愉快的情绪。
3. 在游戏中培养孩子创造能力，发展幼儿的发散性思维。
4. 培养幼儿具有合作能力和团结友爱的品质。

已剪去上下遮盖的纸箱若干，可折叠。作为奖励用的小红花。

一、准备部分：开场舞——《魔术手指》

（念）：手儿搓搓，手指点点，眼睛眨眨，头儿摇摇，我的手指多灵巧，我的手指变变变。

（唱）：一个手指头变成毛毛虫，爬呀爬呀，爬一爬；两个手指头变成小白兔，跳呀跳呀，跳一跳；三个手指头，变变变，变成小花猫，喵喵喵；四个手指头，变变变，变成螃蟹走，走走走；五个手指头，变变变，变成大老虎，嗷嗷嗷；我用手指头变变变，我的手指头真好玩。

二、基本部分：纸箱游戏

地上放了很多纸箱，教师告诉小朋友今天要用纸箱来做游戏。

1. 自由玩纸箱。

（2）引导幼儿动脑筋探索纸箱的玩法，鼓励幼儿合作游戏。

2. 集中练习。

（1）有间距地摆放纸箱，幼儿鱼贯进行单脚和双脚的跳跃练习。

(2) 穿山洞：请小朋友将纸箱一个一个连起来，象一列火车，然后请幼儿一个一个从纸箱的一头爬向另一头。

(3) 两人套箱走：将纸箱套在两人的腰间侧身走。

(指导重点：引导幼儿根据自己的能力选择练习的难度，探索两人走的方法。)

3. 游戏：比比谁快。

玩法：幼儿分两组进行两人套箱走的比赛，给予优胜组的幼儿贴小红花的奖励。

三、结束部分

1. 引导幼儿学习收拾游戏教具，教幼儿把纸箱折叠起来堆放。

2. 游戏：会变的机器人。

幼儿一边说“变、变、变，猜猜我变成了什么？”一边用身体摆出物体的造型来。

活动建议：

1. 纸箱应该由低到高，让幼儿分别跳跃，逐步进步。

2. 提醒幼儿在摆放纸箱时要拉开距离，以免跌倒。

3. 待幼儿玩熟练纸箱后，可以适当提供辅助材料，激发幼儿想象进行综合性游戏。

体育跳圈圈教案篇七

1、体验当小特工的乐趣，激发幼儿乐意挑战的情感。

- 2、探索过障碍物的多种方法，学会匍匐爬行。
- 3、能用不同方式，动作协调地过障碍物。
- 4、培养幼儿有礼貌、爱劳动的品质。
- 5、教育幼儿养成做事认真，不马虎的好习惯。

重点：学会匍匐爬行。

难点：探索通过低障碍物的方法。

体育跳圈圈教案篇八

- 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。

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。