

2023年大班种子健康活动 大班体育活动 教案(大全10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大班种子健康活动篇一

- 1、引导幼儿探索布袋的多种玩法，发展幼儿的想像力、创造力。
- 2、通过合作玩布袋，培养幼儿的合作精神。
- 3、激发幼儿对民间游戏的兴趣。
- 4、培养幼儿团结合作的观念。
- 5、培养幼儿健康活泼的'性格。

红色的布袋人手一个，里面订上纽扣，画上鳞片。龙头一个。
音乐两段，录音机。

- 1、今天天气真好，我们大家来锻炼身体吧！走，跟老师出发(播放音乐)
- 2、(幼儿手拿布袋随意走到位置上站好)好，我们跟着音乐一起跳起来吧！

(一)尝试独自一人玩布袋。

1、提问：

刚才你们手上拿着的是什么?(布袋)现在，老师请小朋友想想这个布袋可以怎么玩呢?(请个别幼儿说说并展示自己的玩法)

2、每个幼儿自由探索布袋的玩法，教师巡回指导。

3、小结：

你们刚才玩得真不错，想出了这么多好玩的方法。其实，这个布袋不仅可以一个人玩，还可以是几个小朋友一起玩。现在，老师就请大家自己找几个好朋友再去玩玩这个布袋。

(二)尝试多人合作玩布袋。

1、幼儿互相合作继续探索布袋的各种玩法，教师巡回指导。

2、集中，互相学习不同的玩法。

刚才，我看到了小朋友想出了好多的玩法，我请你和你的小伙伴上来玩一玩，让大家学习学习。(请个别幼儿上来示范)看了这么多的玩法，我们再去试试看好吗?(全体幼儿再次与同伴共同探讨玩法)

3、小结：

这个布袋可真神奇，它不仅可以用来跳舞，还可以玩出这么多好玩的游戏。你们知道吗?布袋里还藏着一个秘密呢!我们把它翻过来瞧瞧。

1、提问：

它像什么?(幼儿自由回答)我们把布袋都连起来看看，又像什么?(幼儿将布袋一个个用纽扣连好，变成一条“长龙”)

2、出示龙头、龙尾，幼儿合作舞龙。

在我们民间有一个习俗，每逢过年，大家都喜欢用“舞龙”来庆祝。接下来，新年也快到了，让我们也用“舞龙”的方式来庆祝新年的到来吧！

(放音乐)教师与幼儿高高举起长龙，一起跟着音乐舞动起来。

教学反思：

本次活动开展的比较顺利，基本达到了教学的目标。幼儿对布袋很熟悉，但很少拿它来玩游戏，所以她们很感兴趣，课堂气氛也相对活跃。第一次探索布袋的玩法时，她们只顾独自玩，看到一个小朋友在玩袋鼠跳，几乎所有的幼儿都模仿，所以在玩之前我应鼓励他们玩出和别人不一样的玩法。再次探索的时候，经过提醒，他们知道除了一个人玩，还可以多个人玩，有更多不同的玩法。

大班种子健康活动篇二

1. 幼儿喜欢玩梯子，能学着用创造性的方法玩梯子。
2. 通过游戏发展幼儿四肢的协调性。
3. 提高与同伴间合作游戏的能力，培养幼儿的勇敢顽强的个性。

梯子，垫子，圆桶，小桥洞等. 录音机及相关音乐

准备活动（律动操）——幼儿主动探索（发现创造各种组合玩法）——教师发现提炼（基本活动）——教师本领传授（集体游戏）——幼儿分组竞赛——放松运动（简单律动）

热身运动 1. 老师带领幼儿做手脚关节的'基本运动.

自由探索 1. 幼儿利用操场上所散放的器械自由组合创造性的玩。（教师指导帮助/纠错）

基本活动 1. 以摆臂跑的方式迅速的通过梯子。（教师指导帮助/纠错）

2. 用双腿夹梯子的方式依次通过不能让梯子倒下。（教师指导帮助/纠错）

3. 将梯子与圆筒等组合起来, 幼儿各自做出不同的动作。（如爬, 单脚跳, 等通过.）（教师指导帮助/纠错）

集体游戏1. 将幼儿分成三组, 幼儿把梯子当小马以跳越的方式前进.

规则：分三组玩, 每组各7人, 分别拿着梯子集体以骑小马的方式跳跃向终点前进, 看哪组动作最整齐, 并且能最快到达终点.

（老师保护指导，加入游戏）

2. 幼儿分成三组在老师的带领下以大爬虫的姿势向前进.

规则：分三组玩, 每组各7人, 分别拿着梯子集体做小爬虫的动作左右晃动向终点前进, 看哪组动作最整齐, 并且能最快到达终点.

（老师保护指导，加入游戏）

3、游戏一斜坡翻越，将梯子斜放，幼儿用走或爬的方式到顶端。然后翻过障碍物跳到垫子上迅速回到起点，依次循环看哪组幼儿最快完成任务。（教师指导帮助/纠错）

放松运动 三组以开小火车的方式放回梯子。

最后——冲淋.

需要两种不同尺寸的梯子。

1梯子中间的空格必须可以让孩子进由（大）（2把）

2梯子侧立时的高度必须可以让孩子分腿站立，不影响孩子前进。（2把）

大班种子健康活动篇三

1. 尝试彩绸的不同玩法，发展侧身钻、单双脚跳、手膝着地爬和躲闪跑等基本动作。

2. 与同伴合作开展游戏，体验彩绸游戏的乐趣。

1. 幼儿每人一块宽 50cm 的绸子。

2. 用红绸布做的爬、跳、钻的教具一个。

3. 放松音乐。

一、 利用彩绸进行热身运动，激发幼儿玩彩绸的兴趣。

随音乐用绸子做上肢、体侧、体转、腹背和单双脚的热身活动。

模仿微风起（活动手腕）；转大风（活动上肢）；狂风来了（活动腰部）。

二、 幼儿自主探索绸子的多种玩法，发展躲闪跑、单双脚跳等基本动作

1. 幼儿自由探索并介绍自己运用绸子玩的游戏, 相互学习

师：“绸子还可以怎么玩？我们来试试吧！”

引导幼儿想出不同的玩法，幼儿之间相互学习，共同游戏。
如投手榴弹、两三人合作跳、过障碍、揪尾巴等游戏。

2. 玩游戏：揪尾巴，激发幼儿追逐躲闪跑的锻炼欲望，提高奔跑能力和协调性。

教师和幼儿玩揪尾巴的游戏，教师揪幼儿躲避保护自己的尾巴，锻炼幼儿躲闪跑的基本动作，被揪到尾巴的小朋友做 5 个小兔跳，为接下来的活动做准备。

小结：有什么好办法能保护好自己的尾巴不被老师揪到？
（急停、转身、倒着走等）

三、玩自制绸带玩具，练习侧身钻、爬、双脚跳的动作。

1. 出示玩具，引导幼儿猜想、实验玩具玩法。

提问：老师还用绸子做了一个更有趣的玩具，你们猜猜它可以怎么玩？”

第一遍游戏练习手膝着地爬和双脚跳。

第二遍游戏提高难度，双脚跳改为单、双脚交替跳。

幼儿尝试，教师引导幼儿总结爬、跳的规则。

2. 变换玩具的形状，引导幼儿练习侧身钻。

提问：玩具又变样了，现在可以怎么玩？

幼儿探索尝试玩具的玩法并示范，师幼共同总结侧身钻的动作要领：侧蹲，一条腿先过障碍，移过身体，再移过另一条腿。并能连续做 8 次。

四、利用绸带玩具，带领幼儿玩放松游戏“烤香肠”。

以烤香肠为情节，引导幼儿躺在绸子上滚一滚，放松一下。

《好玩的彩绸》作为一节大班的体育活动，在设计初，我就从目标、以及幼儿现有动作水平做了细致的研究与思考，由于各方面准备充分，教学手段和策略恰当，因此达到了较好的活动效果，目标达成度较高。

首先,我本着自主探究在前的理念,给予幼儿充分探究、游戏的时间和空间,并始终以绸子作为游戏道具,使每个幼儿都能自然地融入情境,自始至终处在一种积极、主动、愉快的学习状态中。其次,整个活动的过程兼顾了趣味性、层次性与安全性。整个游戏过程在环节的创设、活动密度、和创新教玩具的使用等方面都考虑了幼儿的兴趣和发展需求,如绸子的热身活动激发幼儿玩绸子的兴趣;探究绸子的多种玩法时,先给幼儿自主创新的时间,再总结积累经验,让幼儿间相互学习;教师制作的创新教具发展了幼儿的各种基本动作。最后,教师对整个活动节奏、活动密度及活动量的把控和适时介入使集体教学活动的效应得以充分体现。

另外,整个活动我除了有效把握体育活动的核心目标之外,把整个主题的核心价值自然融入到其中,时刻关注他们的情绪及情感需要,调动他们参与游戏的积极性,鼓励他们合作分享,真正做到生活游戏化、教学生活化。

大班种子健康活动篇四

1. 幼儿能创造性地拍球，促进四肢运动的协调性、灵敏性。
2. 活动中能克服困难，团队合作，体验活动乐趣。

一、准备运动

师幼抱球进入活动场地。

一路纵队变四路纵队，做球操。口令：齐步一走——切断分队一走（头部运动、上肢、弯腰、跳跃、双手拍球接球、身体滚球……）

二、基本部分

1. 拍拍我的小皮球——拍球技能展示（单手拍球、双手交替拍球、重重拍、轻轻拍、慢慢或快快拍）

（1）探索

师：你们真棒！看来很会玩球哦！你们会拍球吗？那比一比谁拍球的方法多？试一试！

单手拍球

拍高球

拍低球

快慢拍球

两手拍球

拍接球

（2）放背景音乐，展示球技。单手拍——快速——慢速——高球——低球——双手交替拍——抱球在肩膀结束。

教师语言引导：小皮球，圆又圆，拍一拍，跳一跳。快快快……慢慢慢……重重拍，跳得高；轻轻拍，跳得低。试一试！双手交替拍球，121212——双手拍接球（8个8拍的动作与音乐）

2. 带着我的皮球跑——变换方位、速度运球

(1) 师：你们的球真听话！我的大球想和小球做游戏，叫“请跟我来”！什么意思？就是大球跑到哪里你们的小球就跟到哪里！明白吗？好！注意别跟丢了！

(2) 教师运大球，幼儿运小球，变换方向运球。（原地拍球——左右移向前向后——跑向某个方向，循序渐进。

(3) 变换速度，由慢到快再到慢。

3. 合作玩球——搭火车拍球

(2) 幼儿结对自由探索，教师现场介绍给予肯定（有的两个幼儿轮流拍一个球，有的手挽手边拍球边转圈……）

(3) 介绍搭火车拍球的新玩法

b□幼儿两人一组练习，教师观察、指导。场地设置一条长线，幼儿站在线后向前练习，保持间隔）

c□小结：你们成功了吗？遇到了什么困难？（前进时球逃走了或两个人靠得太近了）

d□有什么办法？——引导幼儿间保持一臂伸直的距离；边走边喊节奏1212，脚步一致

e□幼儿再次尝试：先降低难度原地两人搭火车拍球练习——边前进边拍球（队形：排成一排）

f.挑战：真厉害，想不想挑战更高的难度——四人一组搭火车拍球。我的要求是：到了**地方，球没掉，手没松开就是胜利！

组队——加油，激发士气

尝试1-2次（视时间而定）

小结：还玩吗？刚才这种拍球的方法叫搭火车拍球。还想玩吗？下次我们再来比过！

三、放松运动

师：累了吧，把球送到这儿来，休息一下！你们累吗？好！我变一张大床出来！（将垫子放在球堆上）

师：大床来了，谁想来睡一睡！

教师请幼儿到床上睡下来，其余幼儿轻轻地摇垫子，幼儿从一个到所有。（准备2个垫子床）

整理皮球，自然结束。

大班种子健康活动篇五

- 1、用不同方式跳跃平衡步道，发展跳跃能力。
- 2、培养自己乐于挑战，坚持到底的意识和能力。

结合小青蛙学本领的情景，让幼儿尝试进行不同方式的跳跃——跳得高，跳得远，跳得准。

通过模仿青蛙学本领，引导幼儿如何才能跳得又高又远，掌握正确的跳跃姿势；当难度增加富有挑战时，幼儿能够不气馁，激情的接受挑战，完成目标。

平衡步道幼儿人手一块，小布袋道具（教师用）

一、热身运动

跟着音乐活动身体的各个环节。尤其放松腿部的肌肉。

将平衡步道平躺在地上，幼儿躺在步道上依据教师不同的指令做相应的动作。

如：举起双手拍5次；双脚拍5次；双手双脚一起拍5次；右手抓住右脚；左手抓住左脚；右手抓住左脚；双手一起抓住双脚；双脚碰鼻子；双脚碰耳朵；双脚抓头发；翻过身体，双手抓双脚（教师抓住孩子的手和脚，提起孩子全身离开地面“飞”一下）

牵拉身体的韧带，把身体活动开。

二、蝌蚪水中游

1、给你们猜个谜语，猜一种动物。它小的时候，喜欢在水里游来游去，它身体的颜色是黑黑的，没有手和腿。（蝌蚪）

2、现在我们就在平衡步道上当一条‘小蝌蚪’。

3、慢慢的“小蝌蚪”长出了后腿。

4、又过了几天，“小蝌蚪”的前腿也长出来了。

5、“小蝌蚪”肚子饿了，现在请想吃面包屑的“小蝌蚪”，快点游到我这里。我给你吃面包屑。（教师手拿布袋，喂“小蝌蚪”吃）

三、青蛙跳啊跳

1、吃饱以后，“小蝌蚪”慢慢的长大变成了青蛙。请变成小青蛙的“小蝌蚪”跳到三个标志物的后面排队。

2、青蛙最大的本领是什么？（跳）今天我们就学小青蛙练一练跳的本领。

3、幼儿分成3组进行活动，每组活动方式不一。引导幼儿尝

试不同的跳跃环境。

跳得远：步道横铺在地面上，每块步道之间保持一定的距离。幼儿一次跳过。

跳得高：步道放置成凹字形，幼儿在步道的空隙间内跳跃前行。

跳得准：步道围成一个圈，一次跳进圈内在跳出。

活动延伸（挑战）：跳的距离变远，圈围缩小，间隙变大。

小结：双脚并拢，屈膝，手臂充分摆动跳。

重点：集体跳跃时的幼儿保护。

四、放松活动

大班种子健康活动篇六

活动的灵感来源于篮球中的传递配合，在nba中被称作传递成功和快乐的运动，在传递的过程中表达着合作与支持。而幼儿在体育活动中语言不是重点，必须以动作代替语言展现情绪和欢乐。该活动通过球体不断传递过程，在完善幼儿手腕；腰腹肌协调锻炼过程中，在与同伴的互动中传递情绪和欢乐，最后传接的环节力求勾勒出活动的内涵，为了传递最“轻”的情谊和快乐，我们往往需要最“重”的耐心与细心去分享彼此的快乐，需要激发幼儿们彼此扶持的团队合作意识。

1. 发展幼儿传、接球的能力。
2. 培养幼儿团队协作，谦让有序的品质。

重点：促进幼儿传球、接球的能力。

难点：突出相互间的合作, 培养幼儿团队协作的意识。

环境创设：篮球9个、大小不一皮球3个、彩色包装糖果一包。
一次性纸杯2个，水壶一个

一、诱导活动：

幼儿四散于场地中，自由玩球2分钟，教师鼓励幼儿多样性玩球

诱导练习：手腕左右拨球（手指灵活性）、手掌左右搓球（肩关节和肘关节）、

手掌上下搓球（腰腹）、人坐球上旋转（身体控制、大小腿协调）

二、趣味传球

快慢节奏左右传球：幼儿背靠背2人一组，通过手臂左右转动和腰腹协调配合将球传给同伴

三、欢乐传递：

通过球不断传递，完善手腕和腰腹肌协调用力过程，并在与同伴的互动中传递快乐。

向心圆圈传球：

1、幼儿手拉手成适宜大小圆形，根据适宜的节奏；通过手臂左右转动和腰腹协调配合将球传给同伴（2球——4球，音乐适中速度）

2、离心圆圈传球

幼儿列队圆形，根据较快的节奏通过手臂左右转动和腰腹协

调配合将球传给同伴

（4球——6球，音乐适中速度）

3、离心圆圈传大小球：

幼儿列队圆形，随着很快的节奏通过手臂左右转动和腰腹协调配合将球传给同伴

（4球——6球，音乐适中速度）

4：传递“欢乐”：

大班种子健康活动篇七

抛球游戏 设计意图： 幼儿特别喜欢玩球，根据本班幼儿的兴趣特点，我设计了抛球这个游戏活动，在活动中，鼓励幼儿积极思考、尝试，动手。活动旨在让幼儿在愉悦的情绪下，积极动脑，大胆参与，主动地探索球的不同玩法，在不断地尝试、游戏中，提高幼儿对体育活动的兴趣， 增强幼儿积极的参与意识和自我表现意识。

1、发展幼儿的投掷，钻爬，跳跃等能力，促进幼儿的头脑灵活性、动作的协调性。

2、通过活动，体验合作游戏的快乐，成功的快乐。培养幼儿勇于克服困难的精神，

高尔夫球若干 、4个呼啦圈、2支高尔夫推杆

1、准备活动：

教师引导幼儿做走、跑等准备动作，活跃活动的气氛。

2、创设情境，激发幼儿发现报纸球不同的玩法

通过幼儿的集体思维和个别创新，真的发现了幼儿有很多不同的玩法，主要有以下几种。

(1)、两个小朋友一组，在地上来回滚，把球放置对面的圈子里。（平衡感）

这个游戏可以两个幼儿一起玩，也可以多个幼儿一起玩，

(2)、多个小朋友为一组，在空中抛球玩，一个小朋友掷向空中，另外几个小朋友分别按次序去接，可以跳起来。这个游戏必须是多个幼儿一起合作才能完成，每个幼儿必须有积极的集体荣誉感，才能顺利的完成游戏。（跳跃力、反应力）

(3)、把高尔夫球放在地上，用球杆推球，激励幼儿兴趣和意识。（高尔夫嵌入）

这个游戏很新颖，独特。吸引了很多幼儿的注意力，特别是小男孩非常的喜欢，争相效仿，参与到游戏中来。

幼儿在游戏中，自主的参与意识被充分的调动起来，游戏热烈而有序，有而在游戏中获得了满足与快乐。

收拾物品，结束活动。

大班种子健康活动篇八

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。

大班种子健康活动篇九

1、能在各种形状的垫子上快速爬行、提高手脚协调爬行运动的能力。

2、在游戏中激发幼儿对伙伴的信任感以及勇敢顽强的个性品质。

3、初步培养幼儿体育活动的兴趣。

4、提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

1、音乐《快乐向前冲》。

2、三层垫子六块。

一、热身运动。

1、在老师口令的带动下，幼儿练习原地踏步走和跑步以及绕着垫子跑动。

2、在老师口令的'带动下，平躺在垫子上走和跑。

二、基本游戏。

游戏一：自由爬

幼儿探索垫子上的不同爬法，教师巡视指导，帮助和保护。

提问：谁爬的和别人不一样，我们请他教教大家。

小结：通过相互学习，我们又多了一些爬的本领。

游戏二：快乐向前冲(教师再次改变垫子的形状)

1、教师：让我们一起来用最快速度爬过第二关。

2、根据幼儿能力情况，教师及时加入活动。

指导语：让我们看看哪种姿势爬的最快？小结语：小朋友真聪明，爬的非常快。

游戏三：你追我赶

教师：当地一个孩子爬到第二块垫子时，后面一个孩子可以出发去追前面的孩子。

指导语：前面一个孩子争取不要让后面的孩子抓到，后面的努力追赶前面的孩子。

教师小结：我们真是厉害，爬的都很快。

三、放松运动。

让我们听着音乐与老师一起在垫子上放松一下。

《纲要》中明确指出：幼儿园要开展丰富多彩的户外游戏和体育活动，培养幼儿参加体育活动的兴趣和习惯，用幼儿感兴趣的方式发展动作，提高动作的协调性和灵活性。体育游戏不仅能促进幼儿的生长发育，增强体质，而且对幼儿的心

理发展也会产生一定的影响，因为它能促进人的认知、情感、意志和个性等方面的发展。我们在生活中，除了注意体育游戏对身体的锻炼价值以外，还有意识地把体育与其他相关教育有机地结合起来，促进幼儿的身心全面发展。

“s”型曲线运球是中班幼儿必须达到的动作技能之一。本次活动的目的就是探索“s”型曲线运球的方法。通过与光头强挑战障碍，穿越森林为游戏情境，以探索“护球运球”方法为核心，帮助孩子们掌握“s”型曲线运球的正确方法。在球性练习的环节中，我发现有的孩子拍球的力度不够，原因是孩子用手指尖儿拍球，而不是用手掌去拍，为帮助孩子们控制拍球力度，在活动中，我通过语言的提示和不断的练习尝试，孩子很快掌握了运球的动作。为了帮助孩子们能绕障碍“s”型曲线运球，我用标志杆摆成一定宽度，让孩子沿着障碍边走边换手运球，并做好防护。在幼儿练习时，引导幼儿在接近障碍时用靠近障碍的手做好防护。并以挑战自己的形式激发幼儿的竞争意识，这一点在活动也充分的体现出来了，孩子们能为自己的队员加油。通过一次次的练习，孩子们基本上掌握了曲线运球的方法。

在穿越森林的游戏中，我设置了蜘蛛爬、蜘蛛倒爬、走半圆平衡木，快速低头弯腰跑、钻地笼、接球通过等综合练习的环节，整个活动既挑战幼儿的运动能力，又挑战幼儿的心理素质，培养幼儿自信、耐心、专注、独立的品质。

才能有利于促进幼儿身体的发展，要充分挖掘重点和难点，避免盲目性。例如这节活动课中重点和难点就是在接近障碍时用靠近障碍的手做防护。在探索和尝试中，我体验到，作为老师，只有以饱满的情绪带动孩子积极、快乐的投入到体育活动中，才能让孩子在快乐中获得发展。

大班种子健康活动篇十

- 1、能自由结伴玩报纸，体验集体活动与创造的快乐。
- 2、在报纸上探索各种玩法，掌握跳、钻、爬等技能，发展动作的灵活性和协调性。

利用废旧报纸制作的物品，旧报纸若干张，录音机、音乐磁带。

幼儿散点式队形在教师的带领下听音乐做健身操。

- 1、参观用废旧报纸制作的物品展。
- 2、讨论怎样玩报纸？需要注意什么问题？
- 3、自由探索玩法：幼儿可一人玩，也可几个人合作着玩，引导幼儿探索多种玩法。
- 4、鼓励幼儿相互示范并学习各种玩报纸的方法。如单脚或双脚在报纸上跳，跨过报纸练跳远，横躺在报纸上滚动等等。

1、练习轻轻落地跳

请能力强的幼儿示范，用单脚或双脚在报纸上跳，不把报纸弄破，幼儿自主练习，教师重点指导能力差的幼儿轻轻落地跳。

2、练习跳远

将大报纸对半折后平铺在地，请练得好的幼儿示范，可随意调节距离，幼儿分散练习，教师鼓励能力强的幼儿尽量跳得远些。

3、练习钻“山洞”

指导部分幼儿把大报纸连起来高举过头，变成一座“山洞”，

其余幼儿玩钻“山洞”的游戏。

4、练习爬行

指导幼儿把大报纸一张连一张平铺在地上，请一名幼儿示范，比膝跪在报纸上向前爬行，小心不能弄破报纸。幼儿分散练习，教师及时鼓励有进步的幼儿。

1、方法：幼儿自由组成两路纵队，大报纸一张连一张分成两组平铺在地上。游戏开始，每队第一名幼儿横躺在报纸上，手脚伸直，和身体保持一条直线，连续做横躺滚动的动作，直到滚到最后一张报纸，然后起身跑回原地拍第二名幼儿的手，自己站到队伍最后，第二名幼儿按同样的方法接着横躺滚动，速度快，方法对者为胜。

2、幼儿练习横躺滚动的动作。

3、幼儿横躺滚动比赛，以快者为胜。

4、在比赛中增加难度，并增加幼儿对游戏的兴趣，强调游戏中的安全，以快者为胜。

在优美的音乐声中，幼儿自编报纸舞愉快结束，幼儿拿自制的报纸玩具回班。