

# 2023年幼儿园曲线跑动作要领 幼儿园大班体育活动方案(精选9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

## 幼儿园曲线跑动作要领篇一

- 1、愿意参与体育游戏，体验在游戏中奔跑、追逐的乐趣。
- 2、能根据指令做相应的动作。
- 3、在活动中将幼儿可爱的一面展现出来。
- 4、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。

1、已认识西瓜，了解西瓜的外形特征。

2、吃过西瓜。

### 一、讨论西瓜的外形特征

1、西瓜长得什么样？

2、我们想个什么好办法，让大家一起变成一个大西瓜？

### 二、手拉手变成大西瓜

1、变成一个大西瓜。(幼儿手拉手，围成一个大圆圈)

2、变成一个小西瓜。(幼儿手拉手，碎步朝圆心走，变成一

个小西瓜)。

### 三、游戏：切西瓜

1、幼儿围成圆圈，师幼共同有节奏地念儿歌：“切、切、切西瓜。我们的西瓜香又甜，要吃西瓜切开来。”与此同时，教师边走边有节奏地在幼儿拉手处做切西瓜状。儿歌念完时，教师的手停留在哪两位小朋友中间，这两位小朋友就把手放开，拉着其余小朋友的手往圆心跑，表示西瓜被切开了。此时，大家做吃西瓜状，游戏继续开始。

2、游戏进行若干次后可由幼儿来切西瓜。

## 幼儿园曲线跑动作要领篇二

1. 锻炼下肢力量，发展身体的协调性和平衡性。

2. 学会合作、协商。

### 【活动准备】

皮筋、平衡凳、轮胎、音乐(热身、放松)

### 【活动过程】

#### 一、音乐热身

跟音乐互动身体关节，重点活动下肢关节

#### 二、出示皮筋，引出游戏名称。

1. 幼儿自由俩俩结合，用皮筋绑在一起，试着走一走。在走的过程中，注意走得好的。

2. 教师小结，引导幼儿为什么有的小伙伴走的好，不摔跤。

让幼儿知道要协商，喊口号一起走，节奏、脚步统一。

三、分两组赛，闯关。

1. 第一关，小伙伴自由分成两组，看哪组走的快。
2. 第二关，加大难度，从低到高放置平衡凳。让幼儿一只脚在上一只脚在下走过平衡凳。
3. 第三关，全部放置轮胎。每组投放8个轮胎，一只脚在轮胎里面，一只脚在轮胎外面走过去。
4. 第四关，要求幼儿协商好，一只脚在轮胎里面，一只脚在轮胎外面，一起跳过轮胎。

四、音乐放松

跟小伙伴坐在地上互相捶捶腿，蹬自行车，抱一抱拍拍后背。

### 【活动小结】

两人三足要求幼儿互相协商，喊着统一的口号往前走。刚开始的时候幼儿之间缺乏商量，按自己的节奏走，刚走几步就摔跤。通过练习，老师的引导，幼儿学会了协商，适应对方的节奏，逐渐找到了方法。在活动中不断地加大难度来增加幼儿之间的默契，大部分走的很好。再跳轮胎的环节中难度，有的幼儿能互相协商喊着“一二跳”的口号顺利的过关，有的幼儿之间缺少沟通，节奏不统一导致摔跤。再放松的环节中，互相为对方着想，增进两人之间感情。总的来说本节课的目标基本能实现，再配合方面有待加强和锻炼。

## 幼儿园曲线跑动作要领篇三

活动目标：

1、充分利用小椅子做运动，学会跨障碍跑。

2、乐于参与竞争，具有集体荣誉感。

活动准备：

1、人手一把小椅子(课前将小椅子摆放到活动场地)2、轻柔音乐磁带、录音机

3、小型体育器械——跨栏

活动流程：

一、进入活动场地，做热身运动

1、教师带领幼儿跑步进入活动场地。幼儿自由散开，教师组织在相应的位置上站好。

2、教师带领幼儿做热身运动：扩胸运动、头颈运动、腹背运动、跳跃运动、分别活动脚腕、手腕、膝盖、前后压腿、左右压腿。(教师可根据幼儿体力或者天气变化进行适当的热身运动)

二、谈话、教师引导幼儿简说与奥运会有关的内容

师：今天我们进行一项体育运动，诶，小朋友，请你想一想你知道哪些体育运动？

幼：打篮球、打排球、跳高、跨栏

幼：知道。我知道奥运会的郭晶晶是跳水冠军

## 幼儿园曲线跑动作要领篇四

【设计意图】幼儿对大鞋很感兴趣，也有穿爸爸妈妈的大鞋

踢踏踢踏的经历，但对于两人或三人同时穿同一双大鞋一起走路会怎么样？幼儿很想亲身体会一下，因此我设计了走大鞋这一活动。

### 【活动目标】

- 1、尝试两人、三人合作平移走“大鞋”，发展幼儿平衡能力及互相协作的精神。
- 2、选择自己喜欢的方式，进行小组循环的“大鞋”游戏，充分体验合作运动的愉悦。

### 【活动准备】

用木版和宽牛筋自制的“大鞋”若干双，可供两至三个幼儿一起玩，大鞋上分别写有数字1、2。

### 【活动过程】

- 1、热身运动，活动活动筋骨。
- 2、两人合作“走大鞋”。

#### 第一次尝试

(1)幼儿自由组合，两人一组分别选择一双“大鞋”进行合作“走大鞋”的尝试。

(2)教师巡视观察，注意发现幼儿在尝试过程中出现的问题，如：两人迈步不协调，步速不一致等，并引导幼儿积极探索。

(3)请幼儿说说自己走得怎样？如何才能走得更好？可以用动作配合语言表达自己的想法、做法。

(4)师幼共同总结“走大鞋”的好方法，即动作要领：后一名

小朋友扶着前一名小朋友的肩膀;走的时候先出有数字1的鞋,再出有数字2的鞋,同时两人一起喊“1、2, 1、2, ……”的号子。这样就不会摔倒,两人才能协调一致地向前走。

### 第二次玩“走大鞋“的游戏

(1)在《踏浪》乐声的伴奏下,幼儿再次玩“走大鞋”的游戏。

(2)教师进行个别指导与帮助。

(3)请合作走大鞋成功的幼儿展示,并鼓励幼儿进行创新。

### 3、三人合作走大鞋

品尝到成功滋味的、身体平衡能力较强的三名幼儿自由组合走大鞋,方法同两人走,只是难度有所增加,三人必须密切配合、步调一致才能走好。

### 4、放松运动

幼儿小手捶捶肩、捶捶背、捶捶腿,使身体放松。

#### 【活动延伸】:

1、将幼儿按人数分为两组进行pk赛。

2、两名或三名幼儿跨越障碍走大鞋也可作为亲子游戏(母子、父子或三口之家)进行。

#### 【活动反思】:

孩子们在活动中,走得很认真,玩的很开心。游戏提高了幼儿的平衡能力,使幼儿体会到了合作运动的愉悦,也增进了他们之间的感情。

## 幼儿园曲线跑动作要领篇五

1. 利用绳子想出各种各样的玩法，并且进行钻、跑、跳等动作的练习。
2. 通过教师的示范和对同伴经验的借鉴掌握循环钻绳子的技能。
3. 在练习时努力控制自己与他人合理分享有限的空间。

人手一根绳子。

(一) 幼儿自己找空地方站好。

--每个人找一个能看见老师又不会挡住别人的地方站好。

(二) 做操： 上肢运动--踢腿运动--体侧运动--体转运动--跳跃运动。

1、 幼儿在场地上自由玩绳， 教师观察孩子有哪些玩法。

--每人拿一根绳子找空地方去玩， 想出和别人不一样的方法。

2、 幼儿示范。

--谁能把自己的方法介绍给大家？

3、 幼儿借鉴别的小朋友的方法再次尝试玩绳的不同方法。

4、 进行循环钻绳的'练习。

--请2、4、6组的小朋友把自己的绳子放进筐子里。然后去找一个有绳子的人做朋友。看谁最快找到朋友。

场地：两个幼儿拉一根绳子蹲在场地上，整齐排列。

现在请每两个小朋友拉紧自己的绳子，可以把绳子举得高一点。这样的话后面的小朋友就可以从下面钻过去。最后面的两个人先往前钻，钻过最前面的一根绳子后就在队伍的前面继续排队。等到钻出来的人排好队伍以后，后面的人才能继续往前钻。

5、教师在提要求后幼儿再次练习。

(一) 音乐游戏“邀请舞”。

(二) 请值日生收拾绳子。

## 幼儿园曲线跑动作要领篇六

1、锻炼幼儿身体的协调能力和动作的灵敏性；

2、培养幼儿的合作意识和合作能力。

平整的场地、《健康歌》音乐、呼啦圈若干

一、活动环节设计：

1、整队，带幼儿进入活动场地，随《健康歌》音乐做运动，做好游戏的准备活动。

2、通过谈话法跟幼儿讲明游戏规则，把幼儿分为三个小组，每个小组的幼儿是一列“小火车”，三列“小火车”同时从起点出发，绕过障碍和终点标志，以先返回起点者为胜。若在前进过程中“小火车”断开，则需要回到起点重新开始。

3、强调活动过程中需要注意的安全问题和纪律问题，提醒幼儿注意安全。



玩法一：幼儿六人或七人一组排好队，后面的幼儿扶着前面幼儿的肩膀，形成“小火车”。起点和终点之间不设障碍，终点处设三个终点标志。三组幼儿同时随音乐《火车开了》开始游戏，绕过终点标志先返回起点的是优胜者。

玩法二：幼儿六人或七人一组排好队，排头幼儿手拿呼啦圈做车头，每个幼儿套在一个呼啦圈里当作车厢，后面幼儿抓着前面幼儿身上的呼啦圈，连接起来开小火车，起点和终点之间设有障碍，终点处安排三名幼儿作为终点标志。三组幼儿同时随音乐《火车开了》开始游戏，到达终点绕过终点幼儿再返回起点，先到起点的一组为胜。

玩法三：幼儿分小组创编游戏玩法，老师鼓励他们大胆创新。

带领幼儿做放松运动，并整理活动器械。

鼓励幼儿回家后跟家里人玩开火车的游戏，并创编出更多的玩法。

幼儿：估计幼儿可能会创编出抱着前面幼儿的腰开火车、或者前后的幼儿拉着手开火车等游戏方式，一定注意及时表扬表现好的幼儿。

## 幼儿园曲线跑动作要领篇七

教师活动：

- 1、组织学生集队、队列
- 2、提出要求，观察学生分组游戏。

学生活动：

- 1、看老师手势，听老师口令快速集队，并从集队中体验“快、

静、齐"的集队要求。

2、听口令进行行进练习，比一比小排头带得好还是大排头带得好。

3、两人一组剪刀、石头、布游戏，输的小朋友要带领赢的小朋友做一个动作。

4、学生自己进行柔韧练习（自叫节拍，自想动作）

组织：五路纵队、自由分散

## 二、快乐玩绳，体验跳绳的不同乐趣

教师活动：

1、快乐小绳变变变练习。

2、简单的绳操调节身心，并把上肢充分活动。

3、组织学生练习跳短绳（并脚跳）和调节练习：画树叶、画蘑菇

4、组织学生练习向后跳短绳和调节练习：画小树

5、组织学生练习单脚跳短绳等和调节练习：画鱼、小船

6、组织学生跳绳比快。

7、引导学生总结、评价。

学生活动：

1、按老师要求把绳变成长线，练习跳左跳右

把绳变成水滴，练习跳前跳后

把绳变成长方形，练习跳远

把绳变成正方形，练习单脚跳进跳出

2、随老师示范进行简单绳操的模仿。

3、按要求快速跳短绳，会跳的跳得快些，不会跳的要跳起来，认真学，个人或和小伙伴一起完成画树叶、画蘑菇。

4、尝试向后跳，体验不同的跳绳动作，完成画小树。

5、尝试单脚跳短绳动作时的身体平衡动作，完成画鱼画不船。

6、进行半分钟快速跳短绳比赛，努力战胜自我。

7、积极地参与评价，乐于接受别人的长处。

课后小结：

## 幼儿园曲线跑动作要领篇八

1、让幼儿在游戏活动中练习平衡、钻、攀爬的基本动作；

2、通过活动让幼儿进一步认识探险活动，在游戏中增强孩子的活动能力。

3、培养幼儿爱家乡的情感。

爬竹梯。

1、听音乐做热身活动，教师带领幼儿活动身体的各个关节，为游戏做好身体的准备。

2、请幼儿欣赏照片，说说这些照片是在哪里照的，照片中的人在做什么?怎样做?(照片是在牛鱼嘴探险时照的，有钻、爬、攀登、平衡的`动作。)

老师：“你去过牛鱼嘴风景区吗?你参加过探险吗?在哪里?有哪些项目?”

3、学习探险：

--老师：“今天老师也准备带小朋友去探险，小朋友想不想去呀?那现在我们先来学习一些探险的本领，好不好?今天我们要学习的有过独木桥、钻山洞、爬高山。”

--老师：“我们先来学习过独木桥，谁会过呢?”出示平衡木，请一个幼儿出来示范走，请全班幼儿说说他做得对不对，并引导幼儿说出走平衡木的要领(眼睛看着前方，手可以侧平举帮助平衡);全班幼儿排队走一次，老师从旁指导。

--组织幼儿在放好拱门的地方坐好(拱门下铺上海棉垫)，老师：“现在我们又来到了这个狭窄的山洞前，怎样才能过去呢?谁来告诉我?”请幼儿说说要怎样过拱门?(手脚着地爬行，身体不能碰到拱门)，老师带领幼儿在海棉垫上爬过拱门，并提醒幼儿身体不要碰到拱门，否则那个“山洞”就会划伤我们的身体的。

--引导幼儿观察竹梯，说出它的名称，在哪里见过?有什么作用?

老师：“这是什么?你见过吗?有什么作用?”(竹梯;可以用来搞卫生、挂窗帘……)

老师：“想不想知道这个竹梯在今天的游戏中有什么作用呢？”（爬高山）

老师：“谁会爬这把梯子呢？现在，老师来教大家爬，好不好。你们可要认真学习呀，要不然的话，等一下我们去探险的时候你就会爬不上高山的□ok？”

请全体幼儿练习爬竹梯，教师注意幼儿的安全及动作的协调性，帮助胆小、不敢爬的幼儿。（梯子的倾斜度要合理，保证幼儿安全）

#### 4、探险之旅：

老师：“现在我们就准备出发去探险了，小朋友们准备好了没有？先来检查自己的鞋子穿好没有。”

—教师介绍探险线路：“今天探险的线路会经过独木桥（平衡木）—钻山洞（过拱门）—爬高山（爬竹梯）—坐滑道下来（滑梯）”

—引导幼儿讨论“探险时的注意事项”。师：“现在请小朋友告诉老师游戏时要注意什么？要怎样做？”

—教师小结探险之旅要注意的事项：活动时不能推、拉、撞别人；不能争先恐后，要排队一个跟一个进行游戏。

—把幼儿分成两组进行活动，教师从旁指导，纠正幼儿的不足之处，帮助有需要的幼儿，鼓励幼儿大胆参与游戏。

—小结游戏情况，指出不足之处，表扬勇敢、积极的幼儿。

—再次进行集体游戏1到2次，提醒幼儿注意动作的规范性。

#### 5、探险比赛：

--在终点插上一面旗子，两个两个小朋友进行比赛，先到达终点的幼儿夺下旗子为胜。

6、老师：“今天的探险活动就要结束了，小朋友玩得高兴吗？我们清新是漂流、探险之乡，有空可以叫爸爸、妈妈陪你去尝试一下，好吗？”听音乐做放松活动，游戏结束。

## 幼儿园曲线跑动作要领篇九

“报纸”是幼儿日常生活中较为常见的。本次体育活动利用旧报纸作为幼儿游戏的对象，通过幼儿自由的尝试，体验各种报纸的玩法，从而培养其创新意识，发展他们的创造性思维，让幼儿在玩中学，学中玩。同时，也让幼儿体会到：只要肯动脑，日常生活中有许多东西，包括一些没用的东西都能成为我们游戏的材料，而且一物多用。

本节课共设计了三个目标，重点是要巩固幼儿跑步的正确姿势，训练跑步的速度。作为大班的幼儿，对跑步应是不陌生的。根据他们的身体发展情况，此时他们身体的各个机能已逐渐趋于完善，大脑皮质兴奋和抑制过程逐渐集中，内抑制加强，特别是分化抑制有了发展，已初步建立了动力定型，但还不巩固。肌肉感觉有了发展，控制能力有了加强，大、小肌肉群也发展地较好。在平时日常生活中，我经常发现有许多幼儿能跑步，会跑步，却跑不好，跑不快。虽然在动作上表现比较放松、协调、连贯和准确，多余动作逐渐消失。但动作还不够熟练和巩固，在复杂变化的条件下，动作易变形，从而导致有些幼儿一跑快，便出现姿势不正确，手眼脚的不协调，影响了跑步的速度。从5---6岁的幼儿的跑步动作来看，在做追捉跑时，他们已把注意力集中在观察场上情况和追捉躲闪上，而不必费“心”去想怎样跑的平稳、协调了。

此阶段教学应注意：继续巩固和提高已掌握动作，使动作更加熟练和不断提高。根据幼儿运动能力发展水平，该阶段应

不断提高动作质量。所以在这个活动中，我着力于巩固幼儿跑步的正确姿势，以达到加快他们跑的速度。

目标二则是本次活动的难点，如何启发幼儿用多种方法尝试用一张旧报纸在胸口而不掉下来，这就需要教师的引导。原本一张旧报纸就设计什么吸引力，但是要来玩纸居然也能玩？怎么玩呢？这时，教师若能恰到好处地进行引导，给幼儿充足的空间，让幼儿发挥想象、创造，给他们充分的自由，让他们自己尝试，亲身体验。从而达到开启他们的创新思维。

目标三是一个关于“跑”的游戏，目的在于巩固“跑”的姿势。三个目标环环紧扣。

开始部分，幼儿手拿卷好的报纸入场，在音乐声中做韵律操。这是整个活动的开始，是让幼儿有个好的心情进行而后活动的基础，相当于准备运动。韵律操共八节，在节奏较强的音乐声中有精神地做操。同时做操的器械是报纸，对幼儿来讲较为新鲜，能引起幼儿学习的兴趣，并与下面的环节相联系。

基础部分启发幼儿边想边尝试不用手帮忙就让报纸巾在胸口而不掉下来。这个部分我共设计了三次让幼儿自由活动，自己体验的机会。目的是要通过反复的尝试体验让幼儿自己感受到“跑步的快与慢是报纸能否贴在胸口的关键”。第一次让幼儿尝试，是给幼儿一个充分发挥创造力、想象力的机会。以此调动幼儿的积极性。配上音乐，以渲染气氛。第二次尝试是又一次地发挥了幼儿创新意识。让他们在原有的基础上再次进行创新。也可调动那些缺乏想象的幼儿。最后一次尝试是为幼儿提供一个练习巩固的机会，也是完成目标1、2的关键。最后的游戏是练习幼儿“跑”的姿势、速度。大班下学期的幼儿竞争意识较强，故设计成竞赛的形式进行，从而也是一个高潮，从而达到锻炼的目的。

结束部分教师带领幼儿做各种放松肌体的情绪。也是动静交替，让幼儿从先前紧张的情绪中平静下来，并对活动进行评

价，整个过程考虑到幼儿地运动负荷，激缓结合。

整个教学过程始终贯彻启发性教学原则，激发幼儿学习和锻炼的兴趣，活跃幼儿的思维，培养其主动性，创造性，发展其能力。活动中我主要采用游戏法，和重复练习法。整个活动我选择在户外进行，在优美的音乐声中组织幼儿活动，为幼儿营造了一个宽松愉悦的活动氛围，以此来达到该次活动的最终目标。