

幼儿体能教案独木桥(汇总9篇)

作为一名教职工，总归要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

幼儿体能教案独木桥篇一

- 1、乐意听信号做动作。
- 2、学习抛、接、走、跑、躲藏等技能。
- 3、养成进取动脑，大胆表述的习惯，萌发创新意识。

每人一块小方巾(红、黄、蓝、绿四种颜色)，大灰狼头饰一个，大鼓一面，塑料小篮子若干，《运动员进行曲》等音乐。

谈话引题并进行热身运动。

一、探索方巾

教师给每人准备了一条漂亮的小方巾。共四种颜色让幼儿自由选择。

教师：我们要用小方巾来学本领、玩游戏，请大家看一看、想一想，小方巾能够怎样玩

二、抛接方巾

教师有意识选择“放礼花”玩法让大家来模仿练习。

- 1、第一遍，幼儿自由练习“放礼花”，比一比谁的“礼花”飞得高。

教师：我们大家一起来玩“放礼花”的游戏，当教师说“放礼花喽”，小朋友一边把方巾当礼花用力向上抛，一边喊“嘭啪”。

2、第二遍，教师先引导幼儿观察“礼花”的高、低，共同寻找答案，再“放礼花”。

教师：我发现有的“礼花”飞得很高。有的“礼花”飞得很低，为什么

教师：请大家把方巾团紧、揉小一点，再用力向上抛。

三、藏匿方巾

1、以变魔术的形式，让幼儿根据鼓声的大小练习快跑、慢跑以及趣味藏方巾。

教师：刚才小朋友都很聪明，学会了“放礼花”，此刻教师给你们变一个“方巾不见了”的魔术。（幼儿席地而坐，边休息、边听、边看。）

教师：“变、变、变”，教师的方巾不见了，你们猜猜方巾在哪里

教师：今日我们要玩的游戏叫“藏方巾”，想一想我们的身体哪些地方能够藏方巾

教师：大家要听鼓声做动作，当鼓声敲得慢的时候，大家学小花猫又轻又慢地走路；当鼓声敲得快的时候，大家快地朝一个方向快跑；当鼓声停的时候，小朋友要迅速停止并坐下或蹲下，同时把方巾藏在自我身体的某个地方，看看谁藏得又快又好，不会被别人发现。

2、第二次游戏，要求幼儿听鼓声的信号快速变换动作，停止

后要想出与他人不一样的藏法，比比谁藏得又快又好，不容易被别人发现，并主动请教师、同伴猜猜方巾藏在哪儿。

四、使用方巾

1、教师带幼儿一起去“郊游”，启发幼儿用方巾当保护伞躲过大灰狼的捕捉(配班教师扮大灰狼配合游戏)。

教师：天气很好的时候，教师带你们去过什么地方玩

教师：今日我们一起去野外郊游好不好

教师：好，大家边唱、边舞动方巾跟着教师出发吧。

大灰狼：这是怎样一回事呀，刚才还觉得有许多小动物在这儿玩，正想抓些来当点心，怎样一会儿就什么都不见了，哎，还是到别处去找找吃的吧。

教师：小朋友们，大灰狼走了，大家快出来吧。

2、第二遍练习，教师要求幼儿听到大灰狼的声音时，不要慌张，要使用方巾当保护伞，鼓励幼儿多动脑筋、多想办法对付大灰狼。

教师：刚才许多小朋友异常勇敢和聪明，看到大灰狼来了，想出了许多躲藏的办法，使得大灰狼饿着肚子白跑一趟，我们再来玩一次游戏，请小朋友想一想，大灰狼来了，除了躲起来还有什么对付它的好办法(幼儿想出了很多办法，再次游戏。)

五、放松，整理

教师：好，我们一起来洗方巾吧!(在优美的音乐声中师幼共跳“洗方巾舞”，活动结束。)

幼儿体能教案独木桥篇二

准备：若干个球

活动与指导：

1. 讲述：许多事情我们都需要合作。要玩好夹球游戏也需要我们合作，共同想办法。
2. 游戏：请两位幼儿为一组，自由尝试不用手合作将球运到终点。幼儿可以用背部、腹部、肩部，体侧面夹住球前行。当幼儿尝试过多种方法后，请幼儿分成两队进行合作运球比赛（幼儿可以运用认为最好的合作运球方式）。各队幼儿为自己队的小朋友们加油。
3. 讨论：合作游戏结束后心里有什么样的感受？引导幼儿讨论出合作着进行游戏是件快乐的事。

1. 发展爬、跑、跳和闭目走步能力；
2. 培养模仿能力、听觉和方位知觉能力；
3. 增强对羊的喜爱。

幼儿当小羊，在“牧场上”做各种模仿小羊的动作，有的爬上爬下，有的跨跳，奔跑，有的做“顶牛”游戏。突然录音机发出风暴声，“小羊”原地旋转2—3圈。风暴声停。“牧童”（教师和幼儿当）呼唤小羊。“小羊”闭目找站在场地四周的牧童。待“小羊”都找到“牧童”后，“牧童”与“小羊”共跳集体舞，游戏结束。

指导建议：

1. 此游戏由模仿小羊活动闭目循声找人活动和舞蹈活动构成。

闭目循声找人是主体活动。各个活动的主要发展课题分别是发展模仿能力，激发爱羊感情，发展闭目移动找人能力和听觉、方位觉，发展舞蹈能力，增强友谊感和集体感。

2. 要引导当羊的幼儿找人时要细心听，判断好方位，记住方位再移动，并注意随时听牧童叫声，调节移动方向。

3. “牧童”要分布在四周，各人发出的呼叫声应有区别。要不断发出呼叫声。

幼儿体能教案独木桥篇三

1、让幼儿学会遵守游戏规则

2、教育幼儿团结合作

1、幼儿喜欢的奖品若干

2、海绵垫2张

3、排查活动场地的安全隐患

1、整队（点数：看所有幼儿是否到齐）

幼儿：站好了

教师：我们在玩游戏之前呢请小朋友们跟着老师做做热身运动，请把小手伸平，模仿螃蟹走路（锻炼幼儿的平横力）

教师：现在我们开始玩游戏了，请小朋友们分成男孩和女孩两队

2、开始玩游戏《滚香肠》

教师讲述游戏规则并示范：铺好海绵垫、男孩先爬在垫子上

作为滚香肠的调料、女孩排成纵队站在女孩的旁边，男孩爬下时手必须抱着头、脚伸直不能翘起，女孩睡在男孩的背上滚过去、滚的时候说出自己喜欢的味道（以便更进一步的了解幼儿的'兴趣、爱好）

教师：今天我们滚了香肠、现在小朋友们累不累啊？

幼儿：累

教师：那我们休息了、改天继续玩更好玩的游戏好吗？

幼儿：好-----

教师：那现在我们跟着音乐的节奏放松一下好吗？

幼儿：好-----

音乐响起，师幼一起互动，以缓冲幼儿的情绪

教师带领幼儿收拾体育器械（引导幼儿用了器械后知道收检），有漏掉的幼儿），排查安全隐患。

游戏结束。

优点（基本达到教育目标，没有安全事故发生）

缺点（户外课堂纪律差、课堂常规较乱）

幼儿体能教案独木桥篇四

1、利用皮筋巩固跑、跳、钻爬等动作，学习助跑跨跳，发展动作的协调性和灵敏性。

2、想出皮筋的不同玩法，让幼儿的合作交往能力和创造能力在活动中得到发展。

3、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

4、乐于参加体育活动，感受帮助有困难的人的快乐体验。

皮筋人手一根、音乐、游戏材料（筐4个、雪花片积木若干、圈6个木桩10个）、椅子6把。

一、听音乐做热身运动。

二、尝试皮筋的不同玩法。

1、幼儿自由探索，师鼓励办法好的幼儿。

2、交流玩法：说说你是怎样玩的？

3、幼儿尝试合作玩，想出皮筋的不同组合花样和玩法。

4、及时鼓励合作好、花样多的幼儿，引导幼儿模仿好的做法进行集体练习。

三、利用皮筋学习助跑跨跳

1、出示一条用皮筋搭成的“水沟”，让幼儿尝试怎么样能轻松的过去。

2、师示范助跑跨跳，“跑、跑、跑，一条腿跨过去”。

3、幼儿集体练习。

4、师创设高低不同的三种难度，通过闯关的形式集体练习。

四、游戏：采蘑菇

五、放松动作，结束。

通过这一节教学活动，我充分认识到在体育课中，要在“引导幼儿探索动作、相互交流，掌握动作要领”上下功夫，让孩子在探索中，互相学习中提高学习动作的积极性。能善于充分利用空间、大胆利用材料，教师的讲解要精炼、透彻，把握好幼儿活动的密度和强度，一节体育活动才能真正的使幼儿体质逐渐增强、动作发展更完善。

小百科：皮筋多指橡皮筋、松紧带等，是一种橡胶制的、有弹性的，供孩子娱乐的物品。

幼儿体能教案独木桥篇五

跳绳是幼儿常玩的，也是幼儿锻炼身体所用的。为了调动孩子们跳绳的兴趣，增强孩子们的体质，探索出绳子更多的玩法，促进孩子与妈妈之间情感的交流。在孩子与妈妈一起跳绳的过程中使家长重温童年的快乐，有效增进亲子关系。因此结合大班主题特色活动，决定开展“妈妈和我一起来”亲子活动。

1. 能探索出绳子的各种玩法，掌握玩绳的基本技能，发展幼儿的身体动作。

2. 引导妈妈参与到孩子的活动中，体验创造性玩绳的乐趣，发展幼儿的想象力与创造

力

3. 在孩子与妈妈一起跳绳的过程中，增加亲子关系，体验与孩子一起成长的快乐。

1、幼儿、妈妈每人一根绳子；

2、幼儿花样跳绳的经验；

3、提前进行家园沟通，妈妈在家进行跳绳练习

20xx年12月21日

幼儿园操场组织人：丁婕

参加人员：大班全体教师、全体幼儿及妈妈

组织家长与孩子人员：臧雅楠、丁婕、刘晓、李英杰摄像：
管风燕

音乐：王明月

一、准备活动

1. 跟随音乐，练习跳跃及上肢动作。

师：跳、跳、跳，跟着老师跳一跳，绕绕臂，绕绕臂，跟着老师绕绕臂。提问：“还可以怎么跳？还可以怎样绕臂？”

引导幼儿向前跳，向后跳，向上跳，蹲跳，向左跳，向右跳，单、双脚跳；向前绕，向后绕，单、双手绕，举起手臂绕等。

二、游戏：与我说的相反

玩法：师说向上跳，妈妈和宝宝蹲跳，师说向前跳，妈妈和宝宝则后跳，练习动作的灵敏性。

三、我和妈妈一起跳绳比赛

1、幼儿1分钟跳绳比赛

2、幼儿花样跳绳展示，妈妈花样跳绳

3、妈妈带宝宝跳绳1分钟跳绳比赛

4、妈妈和宝宝探索“合作跳绳”玩法四、放松活动

妈妈和宝宝自愿组合，以小组为单位进行拉伸等放松活动。

五、请妈妈们就活动写出感想或建议。

幼儿体能教案独木桥篇六

1、学习两人用脚编花篮，练习单角跳，发展平衡、协调能力。

2、探索与同伴用身体各部分编花篮的方法，交流、迁移自己的经验。

3、努力完成游戏圈过程，克服困难，坚持到最后，体验合作成功带来的愉悦。

4、乐于参加体育活动，感受帮助有困难的人的快乐体验。

5、增强合作精神，提高竞争意识。

编制的花篮一个，红花、黄花、兰花若干。

音乐磁带或cd□cd机一台

队列练习。

引导幼儿练习开花走、左右分队走，在队列变化中听口令或哨声提示走、跑交替。

探索用身体编花篮的方法。

——出示花篮，启发幼儿与同伴结伴，鼓励幼儿用我们的小手或小脚编花篮。

——请幼儿交流编花篮的不同的方法。

游戏：编花篮。

——两名教师示范用脚编花篮，观察将两只脚钩在一起编成花篮的动作以及单脚跳的方法。

——幼儿尝试双人钩脚编花篮，教师进行个别指导。

——教师出示花篮念儿歌，最后将红色的花朵放在花篮里，变成一个红花篮。

——两名教师边拍手念儿歌边表演单脚跳编花篮，然后带领幼儿一起玩编花篮，练习有节奏地单脚跳。

——两人一组编花篮比赛，比一比哪一组小朋友能坚持单脚跳玩游戏。

——出示黄花，引导幼儿仿编儿歌，玩编花篮的游戏。……

师生随着音乐表演快乐的圆圈舞。

《编花篮》是一首具有鲜明地方色彩的河南民歌。歌曲以“编花篮”为题，借物抒情。歌曲采用四个各为四小节的乐句组成的一段体结构。旋律中的六度大跳富有河南地方戏曲的音调和唱腔，这也使歌曲形成了具有浓郁的地方民歌的一个主要风格特点。尤其是歌曲结尾“那哈依呀咳”衬词的运用，更尽情的抒发了人们对美好生活发自肺腑的赞美之情。所以最初设计本课时，我的想法就是要改变原有的教学方式与原来的学生学习方式，我要换一个角度来设计教学内容，考虑到游戏是孩子们的最爱，所以我最终选择了以游戏的方式来贯穿整节课。

课的一开始，我就让孩子们伴着《编花篮》的伴奏音乐，全班做跳大绳的游戏进教室，让孩子在游戏的同时就感受到了这节音乐课的乐趣，接着我和孩子们一起玩起了编花篮的游

戏，我是通过三次做游戏来让孩子们体验这首歌曲，第一遍我让孩子边做边拍手，第二遍我们是说着编花篮的儿歌来做游戏，第三遍我们边说儿歌边听音乐来进行游戏，让孩子们在感受了三次的游戏后，体会到音乐与游戏的密切关系，有了音乐的游戏会让人们更能尽兴的进行游戏，同时我们也在游戏中更加熟悉了这首歌曲的旋律。这时引入到这首歌曲的歌词，让孩子们在静静聆听歌曲的演唱中，了解了歌词的内含，其实是在歌唱牡丹花，这时适时的引入本课的欣赏歌曲《牡丹之歌》，这样的设计很好的将孩子们带入到了欣赏牡丹的情境中，并在欣赏花的同时，聆听了本课的歌曲《牡丹之歌》，并了解的牡丹花，对歌曲就表现得更加的喜爱。

在歌曲教学中，通过老师声情并茂的范唱，把河南歌曲的韵味表现了出来，让孩子觉得这首歌曲是可以不同的风格来表现的。这时就引出了河南人的方言特点，通过一个趣味化的动画片片断《猫和老鼠》，让孩子对河南方言产生了浓厚的兴趣，那么我们那通过用方言来跟节奏读词的方式，让孩子们在熟悉歌词的同时更感受到了说方言的乐趣。并能很自然的演唱了歌曲，在学唱的同时，我也是让孩子自己来找必发现的问题和需要解决的难句，通过孩子的发现，我们找到了歌曲的演唱难点就是装饰音中的前倚音，那么我通过让孩子来听琴的方式，了解了歌曲中装饰音的不同变化，并让孩子们亲自体验了这两种声音，接着通过孩子们的演唱引到了河南地区的演唱风格。我们看了一首河南豫剧《花木兰》先选段中的《谁说女子不如男》，从中我们找到了河南民歌的起源是从河南豫剧中演变过来的，让孩子更加了解了河南民歌的特点。

课堂的最后，我是以前后呼应的方式来结束，让孩子们在游戏中来创编歌词，我们分成了几个大组，孩子们在老师给出的游戏项目进行小组间的配合，有负责写歌词的，有负责编动作的，有负责演唱的，并且每个组在最后时，都很圆满的完成了本组创作的歌曲并进行了综合性的表演。

幼儿体能教案独木桥篇七

能抱住从近距离传递来的球，学习与他人的配合。

能抱住从近距离传递来的球，学习与他人的配合。

1. 皮球若干

2. 地上画一条直线球框

1、与宝宝边念儿歌边模仿小熊走路的样子。

2、用生动的语言讲解游戏的玩法：站在线的起点上，将手中的皮球传递给身边的`宝宝，再由宝宝逐一往下传递，最后一名宝宝将球放入框中。

——引导接球的宝宝手心向上抱球。

——如在传递过程中皮球滚落，可鼓励宝宝将球捡回来继续游戏。

——提醒宝宝在传球时要看见同伴的手后再将球轻轻的传给同伴。

——对于能力弱的宝宝，可引导宝宝靠近同伴后再传球。

3、可重复游戏2~3遍后鼓励宝宝模仿吃西瓜的动作，体验游戏的快乐。

幼儿体能教案独木桥篇八

1. 引导幼儿用多种方法玩皮球，体验参与体育活动的乐趣。

2. 让幼儿在观察，比较中学习，培养幼儿的.合作意识。

1人手1份皮球，体操圈；

2. 指偶1个。

1. 游戏“小鸭拍皮球”

师：“小朋友，我们来玩拍皮球的游戏，好吗？你们做皮球，我来拍。”

2. 引导幼儿用多种方法玩皮球

(1) . 幼儿独自玩皮球

师：“你们的耳朵真灵，我要送礼物给你们了，这是什么呀？”

师：“你们会玩皮球吗？皮球可以怎么玩，谁来说一下。”
(幼儿练习)

师：“还可以怎么玩呢？谁来说？”

幼儿练习抛接球，夹球走，接球。

(2) . 两个人合作玩球

师：“刚才我们是自己在玩皮球，现在我们来找一个好朋友一起玩，好吗？”

师：“请你们先试一试两个小朋友可以怎么玩？”

幼儿练习滚接球，合作抱球走等。

师：“我们变成小火车吧！”

(3) . 借助器械玩皮球

师：玩的有点累了，我们坐在皮球上休息一下吧！（集中）

师：你们看，这是什么呀？（皮球）

师：谁来试一试，体操圈和皮球可以怎么玩游戏呢？

1名幼儿示范，其余幼儿练习。

3. 结束活动“开火车”

师：“小朋友想的办法真多，我也来想一个好办法。我们来开火车吧。请你们把皮球放在体操圈里，我们绕着走。”

师：“呜……火车到站了。”

幼儿体能教案独木桥篇九

1、通过多种形式的听信号抢椅子游戏，提高身体动作的灵敏性。

2、想办法克服人多位子少的困难，发展团结、合作的意识。

和幼儿人数相同的椅子、空阔的场地、场地上的标线、小旗子。

（一）趣味热身运动

1、通过快速辨别方向来进行热身

我们都是小小机器人，老师手里有一个遥控器，遥控器指到哪个方向，机器人也要指到哪个方向。

2、幼儿热身

（二）游戏：抢椅子。

1、听指令做游戏

当教师挥舞小旗子时，幼儿快速从椅子上站起来，跑向相距4米远的线上，站成一列横队。当教师再次挥舞小旗子时，幼儿快速跑回椅子上做好。

2、用听觉来分辨有效信号和无效信号

师：刚才我们小朋友表现的'都很棒，现在我要考验你们的小耳朵，游戏形式发生变化，我用手拍三下小朋友变换位置。

3、用视觉来分辨有效信号和无效信号

师：我们小朋友的耳朵可真能干，现在我又要考考你们的眼睛了，当老师把手往上举的话，小朋友快速换位置。

(三)游戏：我们都是好朋友

1、讲解游戏规则

小朋友们听老师指令来抢椅子，现在老师拿掉两张椅子，但是老师要求，大家不仅要自己抢到椅子坐下，还要想办法帮助没有抢到椅子的小朋友坐下来，不能让一个小朋友站着，否则算全体失败。

2、幼儿游戏

3、讨论怎样帮助没有椅子坐的小朋友

师：你们是怎么帮助没有位子的小朋友坐下来的？

小结：大家可以挤挤坐；可以把椅子排得稀一些，使大家都能坐下来个接一个地叠坐，互相拥抱，在横向空间不足的情况下，想办法增加纵向空间，完成任务。

4、幼儿再次游戏。

(四) 放松活动

播放轻音乐，好朋友之间互相捶捶背，揉揉腿。