

2023年大班户外吸纸跑教案(汇总9篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

大班户外吸纸跑教案篇一

在平时幼儿户外活动中，会时常发现大班的孩子们对放在器材角里的梯子个性感兴趣，他们会自主的组织与梯子有关的活动，有在梯子上跳的、走的、爬的等等。可见孩子对一把普通的梯子有着浓厚的兴趣。

瑞士心理学家皮亚杰，美国学者杜威认为：“兴趣是刺激儿童学习的好形式”。幼儿仅有对事物产生了浓厚的兴趣才会注意力集中，参与主动，投入用心，从而获得知识经验。所以，我把孩子们感兴趣的梯子引用到我的体育活动中来，设计了借用梯子锻炼孩子平衡潜力为主要目标的活动。在整个活动过程中，让孩子用心、自主的去摸索、去发现，教师作为活动的参与者、支持者、合作者有效的加以引导。

- 1、透过游戏发展幼儿的平衡潜力以及动作的灵敏性。
- 2、让幼儿充分发挥想象力，创造各种玩法。
- 3、培养幼儿勇敢顽强的作风以及相互配合、团结共进的合作精神。

音乐、大竹梯一把、平衡木4个、小桥2座、1桶水、两个盆子、若干杯子。

一、准备部分：

1、集合幼儿，师生问好。

2、听音乐，幼儿跟着教师一齐跳兔子舞。

二、基本部分：

1、根据教师的要求，在已经布置好的场地内，幼儿听着音乐跟教师一齐到场地内运用各种方法进行过小桥、走梯子和平衡木。

2、充分发挥幼儿想象力，用心提倡幼儿所想出来的各种玩法，请幼儿进行示范，并共同进行练习。

3、游戏：大竹梯上运水

（1）创设一个游戏情景，激发幼儿的游戏兴趣。

（2）教师讲解示范游戏的方法，并提出游戏的要求。

（3）让幼儿体验游戏，等幼儿熟练游戏方法后，组织幼儿进行比赛。

4、游戏：嘴咬纸杯运水。

（1）幼儿进行运水活动，教师进行观察指导，给幼儿发现问题解决问题的空间。

（2）要求：把幼儿分成人数等同的四队，要求幼儿又快又稳地把水从对面送到终点，那组最快的一队就为获胜的队。

三、结束部分：

1、放松练习：听音乐，跟着教师一齐做放松运动。

2、收拾器材，师生再见。

大班户外吸纸跑教案篇二

1. 能钻过山洞，发展钻的潜力。
2. 结合幼儿钻、跳和走多种玩法，发展幼儿的动作的协调性、敏捷性。
3. 萌发幼儿相互合作的精神，透过比赛让幼儿感受胜利的喜悦情绪。

1. 圈、独木桥、沙包、尾巴等。
2. 音乐：三首曲子。
3. 胸饰21个。

（一）开始部分师：这天天气真好，宝贝们，和妈妈一齐锻炼身体吧！

（1）幼儿自由练习。

（2）群众讨论师：谁来说说刚才你是怎样钻山洞的？

请个别幼儿示范并讲解钻的方法师：他说的办法真好，谁来示范下？

师：请宝贝们用刚才的好办法再去练习下吧。

（3）自由分散练习练习侧面钻师：小手放膝盖，一蹲，二跨，三起，山洞钻过啦。

（4）群众练习师：宝贝们，练习的怎样样了啊？我们一齐来练习下侧面钻的本领好吗？

师：看，我们的比赛场地都有哪些东西啊？

(6)游戏：钻山洞师：看看哪队运的粮食最多？速度最快？奖励一面小红旗！我们祝贺他们！说明他们组不但本领学的棒，并且团结合作的精神不错！

（三）结束部分师：宝贝们！这天你们真能干！为妈妈准备了这么多的过冬粮食！必须都很累了吧，我们坐下来休息一下吧。

师：爸爸回来了，我们一齐到门口去迎接爸爸好吗？

活动延伸：

在户外活动时，教师能够继续组织小老鼠钻山洞的游戏，能够增加其他障碍物，例如：圈、垫子、长筒等。

大班户外吸纸跑教案篇三

活动目标：

- 1、练习侧走的能力及动作的协调性。
- 2、探索用身体各部位夹球侧行的方法以及与同伴合作方式。

活动准备：

- 1、 皮球
- 2、 两个大框子

指导要点：

1. 能与小伙伴配合，两个一起运送。
2. 懂得按照游戏路线走，遵守游戏规则。

游戏玩法：

把小朋友们分成两队，每队一个小皮球，然后两个小朋友球夹在肚子中间，一起配合，到终点，把球放入框子，接着下一只组的小朋友，一组一组照轮（注意：在运球的过程中球不能掉在地上，掉地上必须从起点，重新开始，最快把球运完的一方获胜）。

（二）自选活动：小象套圈、跳绳、沙包

指导要点：

- 1、要求幼儿游戏时不要碰到其他小朋友，排队。
- 2、游戏的时候注意安全，不大声喧哗。

大班户外吸纸跑教案篇四

- 1、幼儿已有经验，能根据教师的指令做相应的动作；
- 3、欢快动感的音乐；
- 4、中场布置两组相同的场地：小溪（有高度的纸箱）——独木桥（平衡木）——沼泽地（间隔摆放的易拉罐），距离沼泽地3米处放上若干个青蛙玩偶。

- 1、让幼儿勇于克服困难，挑战各种障碍；
- 2、锻炼幼儿身体的平衡本事，能坚持平衡在间隔的物体上行走，锻炼跳、跃的本事；
- 3、熟记游戏规则，遵守游戏规则。

1、准备活动：

师：“小朋友们好，今日天气真好啊，我们一齐做运动吧”。

听教师的口令随音乐模仿各种小动物的动作，如大象、小鸟等等，教师不做规范，幼儿可凭想象自由四散活动，进行热身，最终要做小青蛙的动作。

2、（导入）师：“小朋友们学得可真像。今日有几只青蛙宝宝也像小朋友们一样出来玩了，可惜迷路了回不了家，我们来帮忙他们回家吧。你们有信心吗？”

“先来学一些帮忙小青蛙的本领吧，试试看，谁能走得稳。”

幼儿练习跨过小溪（有高度的纸箱），走过独木桥（平衡木），走过沼泽地（间隔摆放的易拉罐）

幼儿自愿分成几个小组，自由练习，教师巡视指导，让动作标准的幼儿演示，其他幼儿学习。

3、师：“本领学会了，下头我们要比赛，看谁先帮忙小青蛙回家。”

布置两组相同的场地：起点--小溪（有高度的纸箱）--独木桥（平衡木）--沼泽地（间隔摆放的易拉罐），距离沼泽地3米处（终点）放上若干个青蛙玩偶。

说游戏规则：幼儿分成两组分别站在起点处，游戏开始，幼儿学青蛙跳至小溪处，跨过小溪，跳至平衡木处，走过平衡木，跳至沼泽地处，走过沼泽地，跳至终点拿起一个青蛙玩偶，跑回起点，下一位幼儿依次进行，最先完成的组获胜。游戏过程中必须要教育幼儿注意安全，观察幼儿状态。进行游戏。

4、游戏结束教师放音乐，让幼儿随着音乐随意的摆动身体进行放松。

5、总结，点评，整理物品。

活动延伸

幼儿可将今日练习的本领教会自我的爸爸妈妈，同爸爸妈妈一齐做游戏。

大班户外吸纸跑教案篇五

- 1、练习双脚向前行进跳，提高动作的灵活性和协调性。
- 2、学习按萝卜的一种特征（大小或颜色）分类。
- 3、主动参与活动，体验劳动的欢乐及成功的喜悦。

1、小兔头饰若干，录音机，音乐磁带。

2、场地布置：两块萝卜地（一块有大小不一样的萝卜，一块有红萝卜、白萝卜），萝卜地用一个大萝卜盖住（大萝卜制作：三片大叶子下头一块大红布）。

3、大、小、红、白标记各一个。

（一）导入活动，做准备动作。教师扮演兔妈妈，幼儿扮演兔宝宝。兔妈妈：“今日天气真好，妈妈要带宝宝们去拔萝卜。我们先活动活动，待会儿拔萝卜才有劲。”引导幼儿随着音乐做动作：甩甩耳朵一伸伸臂一弯弯腰一踢踢腿一蹦蹦跳。

（二）第一次练习双脚向前行进跳。兔妈妈：萝卜地很远，宝宝们怎样去呢我们来试一试吧。（幼儿尝试双脚向前行进跳。）

- 1、学习动作：请个别幼儿示范，强调动作要领，团体练习。
- 2、随着音乐向前行进跳，适时提醒动作要领。

（三）学习按萝卜的大小分类。1、拔萝卜。“萝卜地到了，我们一齐来拔萝卜。”“前面的兔宝宝拉住萝卜的叶子，后面的宝宝拉住前面宝宝的衣服，一齐用力拔。”（放拔萝卜的音乐。）“萝卜拔出来啦！”（许多大小不一样的萝卜呈此刻面前。）

2、幼儿观察，找出萝卜的不一样点。“这些萝卜有什么不一样”（有的萝卜大，有的萝卜小。）

3、用语言表达自我捡的萝卜的特征。“宝宝每人捡一个萝卜。”“你捡了一个什么样的萝卜”宝宝们把萝卜举起来，说：“我捡了一个x萝卜。”“和旁边的宝宝说说。”

4、巩固认识大小标记。“妈妈那里有一个大篮子、一个小篮子，还有两个标记。（分别出示大小标记。）这是什么标记送给哪个篮子”

5、按萝卜的大小分类。“请宝宝们把大萝卜送到有大标记的大篮子里，小萝卜送到有小标记的小篮子里。”

6、体验成功的喜悦。“宝宝们把萝卜都拔出来了，开心吗做个开心的动作。”

（四）第二次练习双脚向前行进跳。（兔跳音乐。）“在很远的地方还有萝卜地，我们再到那里去拔萝卜好吗？”重点鼓励本事弱的幼儿坚持到底。

（五）学习按萝卜的颜色分类。

1、拔萝卜。“萝卜地到了，我们一齐来拔萝卜。”“前面的兔宝宝拉住萝卜的叶子，后面的兔宝宝拉住前面宝宝的衣服，一齐用力拔。”（放拔萝卜的音乐。）“萝卜拔出来啦！”（许多红萝卜、白萝卜呈此刻面前。）

2、幼儿观察，找出萝卜的不一样点。“这些萝卜有什么不一样”（有的是红萝卜，有的是白萝卜。）

3、用语言表达自我捡的萝卜的特征。“宝宝每人捡一个萝卜。”“你捡了一个什么样的萝卜”“宝宝们把萝卜举起来，说我捡了一个x萝卜。”“和旁边的宝宝说说。”

4、巩固认识红标记和白标记。“妈妈那里有一个红篮子、一个白篮子，还有两个标记。（分别出示红、白标记。）这是什么标记送给哪个篮子？”

5、按萝卜的颜色分类。“请宝宝们把红萝卜送到有红标记的红篮子里，白萝卜送到有白标记的白篮子里。”

（六）情感体验，放松活动。

1、“我们把萝卜都拔出来了，心里感到怎样样？”

2、表演：我高兴。（放松活动）

1、在体育锻炼中继续练习双脚向前行进跳。

2、在活动区供给大小不一样、颜色不一样的物品让幼儿分类。

大班户外吸纸跑教案篇六

1. 乐意现同伴交流自己的发现。

2. 学习简单的分类和统计。

3. 喜欢听故事。

4. 感受大自然的色彩之美。

1. 选择确定便于幼儿观察的. 场地。
2. 提醒幼儿携带记录工具。
3. 准备教育挂图《主题活动·彩色世界·多彩的世界》、学习包《主题活动·找朋友》。

1. 教师告诉幼儿要到操场上寻找大自然中的颜色，请幼儿做好准备。

2. 引导幼儿商议，明确注意事项及安全常规。

3. 带幼儿到操场上找颜色，提醒幼儿及时把找到的色彩及其事物记录下来。

教师帮助个别幼儿记录好色彩及其事物。

5. 启发幼儿欣赏大自然色彩的美，谈一谈美在哪里？

6. 组织幼儿相互交流和分享自己的发现。

7. 引导幼儿总结在大自然中找到了几种颜色。

8. 结合教育挂图，引导幼儿欣赏故事《多彩的世界》，使幼儿进一步了解大自然的七种色彩。

1. 请家长带幼儿外出活动时，有意识地引导幼儿观察周围环境中的颜色，加深幼儿对各种颜色的认识。

2. 在日常生活中，引导幼儿按颜色进行分类。

大班户外吸纸跑教案篇七

活动目标：

- 1、重点锻炼幼儿爬、攀登、双脚跳、四肢协调的能力。
- 2、在难度逐步提高的游戏中，主动参与，大胆尝试，敢于挑战。

活动准备：

- 1、可进15人游戏。
- 2、汽车轮胎若干、提子3个、爬行垫两张、呼拉圈若干 线绳一个、篮子2个、沙包1个。

活动过程：

- 1、幼儿排成一排按照顺序先双脚跳过呼啦圈，然后匍匐前进爬过爬行垫，（身体不能碰到线绳织成的电网），然后攀爬搭在墙上的梯子，将沙包从一个篮子投到另一个篮子中去，然后再返回。
- 2、为了避免幼儿的等待，部分幼儿可以从电网的两端的梯子上爬过去，然后再从呼啦圈跳至活动的起点。

大班户外吸纸跑教案篇八

好玩的球 活动目标：

1. 学习拍球、发展幼儿手眼协调，发展幼儿的综合运动技能。
2. 培养幼儿对玩球和体育活动的兴趣，发展幼儿的自主性和创造性。
3. 培养幼儿合作意识，提高幼儿合作能力。 活动重点：

学习拍球，发展幼儿手眼协调能力，愿意参与户外活动。活

动难点：

能充分的掌握拍球的动作要领。活动准备：

平整宽阔的场地，彩色的小皮球。活动过程：

（一）和幼儿一起做准备活动，边唱儿歌边活动四肢

春天天气真好，（双手高高举起，左右摇摆。）

花儿都开了，（两手张开放在下巴下，像两片小叶子。）

杨柳树枝对着我们弯弯腰，（做弯腰动作。）

蝴蝶姑娘飞来了，蜜蜂嗡嗡叫。（张开双臂学蝴蝶飞。）

小白兔儿一跳一跳又一跳。（学小白兔跳。）

（二）导入

1. 以儿歌《大皮球》导入，激发幼儿活动兴趣。

大皮球

妈妈买个皮球，上面画个小猴，我来拍拍皮球，小猴翻个跟斗。

请每个小朋友选一个皮球，说说自己的皮球是什么颜色？有什么图案？自己拍一拍皮球。

（三）幼儿探讨球的多种玩法

（四）教师示范讲解拍球

两脚左右分开，双腿微屈，手指自然分开，要用力拍打球

中间，让球弹起来，然后在拍打一下。

(五)游戏

采用边念儿歌边拍球，提高孩子拍球兴趣。

附儿歌：拍拍拍，拍皮球，拍得轻，跳得低，拍的重，跳得高，圆圆皮球跳跳跳。

（六）根据幼儿的拍球能力，教师请个别幼儿做示范，让幼儿辨别对错。教师进一步示范拍球的正确姿势和方法，指导幼儿下一次争取比上一次多拍一个。

（七）看谁拍得多

采用比赛，让孩子竞争，巩固拍球技能，将幼儿分组，累计拍球最多的那组为第一。

小朋友们再见。

玩转小沙包 活动目标：

1、引导幼儿玩沙包，鼓励他们一物多玩。

2、提高走步能力发展平衡能力，用腿夹球向前跳，锻炼跳的能力，提高幼儿腿部力量

3、培养幼儿团队意识。 活动重点： 能够用腿夹沙包向前跳，头顶沙包，沙包不掉落下来，提高幼儿跳的能力和幼儿腿部力量及走路时平衡能力。活动准备： 沙包 大绳 活动过程：

一、热身操 律动《喜洋洋与灰太狼》 转转转，我们小手转起来；扭扭扭，我们身体扭起来；跳跳跳，我们小脚跳起来；跑跑跑，大家一起跑起来！让我们一起来做一个律动吧，

《喜洋洋与灰太狼》。

二、导入 1. 小朋友看一看这是什么？我们是怎么玩的啊，谁愿意来演示一下呢？除了这样玩，他还可以怎样玩呢？〔观察幼儿是否会用沙包一物多玩。〕 2. 鼓励幼儿介绍并演示自己玩了什么新花样。玩转小沙包 活动目标：

1、引导幼儿玩沙包，鼓励他们一物多玩。

2、提高幼儿头顶沙包走路时身体的平衡能力。

3、游戏时有一定的竞争意识。 活动重点： 能够头顶沙包10米，不让沙包掉落下来，掌握平衡能力。活动准备： 沙包 大绳 活动过程：

一、热身操 转转转，我们小手转起来；扭扭扭，我们身体扭起来；跳跳跳，我们小脚跳起来；跑跑跑，大家一起跑起来！

二、导入 1. 小朋友看一看这是什么？那他应该怎样玩呢？〔观察幼儿是否会用沙包一物多玩。〕 2. 鼓励幼儿介绍并演示自己玩了什么新花样。

三、进行部分：

1、幼儿与老师一起“玩沙包”。 教师讲解：双臂张开，头顶沙包走。身体尽量不要左右摇晃，不低头，眼看前方，保持身体平衡能力，让幼儿反复感受练习。

2、教师指导个别幼儿 玩转小沙包 活动目标：

1、引导幼儿玩沙包，鼓励他们一物多玩。

2、用腿夹球向前跳，锻炼跳的能力，提高幼儿腿部力量

3、游戏时有一定的竞争意识，培养幼儿团结协作的能力。

活动重点：能够用腿夹沙包向前跳，不让沙包掉落下来，提高幼儿跳的能力和幼儿腿部力量。活动准备：沙包 大绳 活动过程：

一、热身操 转转转，我们小手转起来；扭扭扭，我们身体扭起来；跳跳跳，我们小脚跳起来；跑跑跑，大家一起跑起来！让我们一起来做一个律动吧，《我是勇敢小兵兵》。

二、导入 1. 小朋友看一看这是什么？昨天我们是怎么玩的啊，谁愿意来演示一下呢？除了这样玩，他还可以怎样玩呢？[观察幼儿是否会用沙包一物多玩。] 2. 鼓励幼儿介绍并演示自己玩了什么新花样。

三、进行部分：

1、送沙包宝宝回家 踩气球

活动目标：

练习追逐和躲闪技能，提高幼儿对信号迅速作出反应的能力。
活动准备：

1用旧的挂历纸卷成纸棒若干。

2夹子若干，带绳的气球若干，小鼓一面 活动过程 一

准备活动

1队列练习

2热身运动 二

尝试玩法

1手心手背把幼儿分成四组

2说明玩法

全体幼儿把气球系在脚踝上，相隔一定距离站好，听老师的鼓声节奏单脚跳或双脚跳。鼓声停，幼儿迅速互相追逐，设法去踩他人脚上系着的气球，气球没有被踩破的幼儿获胜。

3每组派两名幼儿示范表演

4 幼儿模仿练习

5幼儿交流经验 三

教师总结

活动延伸：气球还可以怎么玩

小青蛙跳荷叶 活动目标：

- 1、学习双脚并拢向指定的位置跳跃。
- 2、能按照老师的指令进行游戏。
- 3、喜欢参与活动，感受活动所带来的愉快气氛。 活动准备：

在室内用两条长线布置成河、在河的中间放若干的体操圈当荷叶、磁带、积木若干当害虫、青蛙头饰10个。活动过程：

一、准备运动：

情景导入：师生分别扮演青蛙妈妈和小青蛙。“今天天气真好，妈妈带你们去外面运动一下吧！”师生跟着音乐做准备动作。

二、学习重点动作——向指定地方跳 （1）、复习跳动作——双脚并拢跳

“我们青蛙有什么本领啊？” “是怎么跳的？”（教师强调——并腿、屈膝、向前跳、轻轻落地、微蹲）幼儿练习。

（2）、师：今天妈妈要带你们到河对面去捉害虫，但是河里有一条鳄鱼，我们不能游泳过去，怎么办呢？你们看，河面上还有一些荷叶，我们只要踩着荷叶就能过河了。先看妈妈怎么过河——两脚并拢站好，眼睛看着前面的荷叶，轻轻跳过去，然后站好后再找一片荷叶，看好了再跳过去，这样一片一片跳过去，直到对岸。

（3）、幼儿重点练习，教师个别指导。

三、游戏：小青蛙跳荷叶（1）、介绍玩法规则：稻田里有许多害虫，我们从荷叶上跳过去，到对岸后捉一条害虫，然后再回来，把虫子放到妈妈为你们准备的箩筐里来。

（2）、请一个幼儿示范。（3）、幼儿第一次游戏。

（4）、休息并提升难度——距离间隔更大的荷叶 师：下雨了，我们赶紧躲躲雨吧。幼儿站好。

师：孩子们，刚才下来一场雨，把好多荷叶都漂走了，现在只有这些荷叶了，这下，我们要跳得更远才能跳过去，敢不敢去试一试？要看准了再跳过去，否则就掉到河里被鳄鱼给吃掉了。

（5）、幼儿第二次游戏。

四、放松整理动作——放音乐

师：我们都是能干、勇敢的小青蛙，捉了那么多的害虫，真高兴啊！我们一起来庆祝一下吧！（跟着音乐做放松动作）

接棒跑

活动目标

学习交接棒的方法，练习接力快跑，巩固快速跑的技能 活动准备

接力棒

音乐 活动过程

二尝试探索

1教师示范，讲解跑的动作要领：两手放松半握拳，两臂弯曲放在腰的两边自然摆动。跑时身体稍稍前倾，向前跑的腿要快，后面的腿使劲蹬地，前脚掌要先落地。

2幼儿自由练习快跑，距离为20米。教师注意观察幼儿，对不正确的动作加以指导，同时要强调跑是应注意的要领。

学习交接棒

1教师示范讲解交接棒方法：幼儿用右手拿棒一端交到对放的手里。

2重点：幼儿以原地练习和跑动练习方式练习交接棒。四游戏：迎面接棒跑

幼儿自由讨论接力跑的多种玩法，如：绕圈接力，拍手接力，绕障碍物接力或将小棒变为其他便于交接的物品等。

六放松游戏

随机利用周围可取物进行接力游戏或比赛

好玩的绳子

活动目标：

能创造性地运用多种方法玩绳，发展幼儿的创造性思维 活动准备：

长短，粗细不同的绳子若干

活动过程

1 活动准备：热身运动

2师生共同探索玩绳的多种方法

3教师示范

4请幼儿做示范

5确定玩法：

a捉尾巴

b踩绳跳：每人一根一米长的短绳，两手拉紧绳子的两端，双脚踩在绳子的中间部位，两手拉紧绳子，双脚用力向前跳。

c走小路：两条绳拉成相距一定距离的平行线做小路（有宽有窄），幼儿在小路中间走，踩绳或走出平行线的为犯规。

6活动评价

7活动拓展

绳还可以怎么玩

拯救小动物

活动目标

提高身体控制能力、感知身体平衡点。

活动准备

小动物玩具、纸箱、桌子 活动过程

活动准备

游戏：不倒翁

1双脚并拢，身体最大限度地向前、向后倾斜

2单脚支撑，身体最大限度地向左、向右倾斜

尝试救小动物

幼儿趴在桌子上尝试捡起桌子下的小动物。教师观察幼儿动作，提示幼儿考虑怎样才能使身体探出得远，又不掉到桌子下。

游戏：拯救小动物

1每组由第一个幼儿开始拯救小动物，每人每次只能救起椅子，将救起的小动物放到纸箱里，回到排尾，第二名幼儿继续游戏。

2 要求：（1）手不准碰地；

（2）幼儿救完小动物要能回到桌子上，如果就完小动物掉下桌子或回不到桌子上算失败。

放松活动

1 躺地举腿，蹬车动作

2 闭目自立

跳圈比快

活动目标

1掌握立定跳远的动作，能连续跳跃：增强腿部肌肉力量。

活动准备

小呼啦圈；小红旗；凳子 活动过程

准备活动

1活动身体的相关部位，作好立定跳远的准备。

2师幼共同复习巩固立定跳远的动作要领。（屈膝摆臂，上体前倾，脚掌落地轻。）

三步折返跑，渗透游戏中拾呼啦圈的动作。

动作说明：向前跑三步摸地一次，转身向后跑摸地一次，反复进行4—6次。

尝试跳圈

1幼儿探讨用两个小呼啦圈连续立定跳远的方法。

2请动作完成好的幼儿示范

3教师与幼儿探讨双人用两个呼啦圈连续立定跳远的方法。

4请幼儿示范，教师指导。

5幼儿自由结伴来练习双人用呼啦圈连续立定跳远。

6稍作休息，深呼吸，恢复心率。

双人跳圈比赛

1幼儿自由选择一名合作伙伴，站成一排，以1至3报数的方法分成1、2、3组，在起点线后竖排站好。

最后一对幼儿先将终点上红旗拿回起点为胜。

3起跳前由拾圈者先在线后放圈，跳圈者必须跳进圈后才可再跳，各组下对幼儿不准提前接圈。

放松活动

1随音乐做相关部位肌肉拉伸的放松活动。

2肯定幼儿在比赛中良好的表现，激励幼儿继续发扬团结合作、拼搏进取的精神。

躲球

活动目标

能用眼跟踪、观察物体运动的方向，并做到快速躲闪。活动准备

火球（沙包）若干。活动过程

1热身运动

组织幼儿进行队列练习。

进行障碍跑练习

2热身游戏：击中目标

每人一个“火球”，边跑边用“火球”打其他小朋友，同时注意不要被其他人击中。奔跑时注意安全，不互相碰撞，被击中的幼儿停止游戏一次。

3分组游戏

组1：一名幼儿站在场地中间，手持“火球”投向其他幼儿

规则：被“火球”击中的幼儿停止游戏一次

注意事项：奔跑时注意安全，避免碰撞。

组2：幼儿分两队，一队站在边线上投“火球”，另一队幼儿依次排开站在圆圈上，躲避正面投来的“火球”，想出各种躲避“火球”的方法。

规则：只能在圆圈内躲避“火球”，如果离开圆圈就算犯规。

注意事项：提醒幼儿只能吧“火球”投向他人的脚，不能投向脚以上的身体部位。

组3：幼儿分三队，一队幼儿站在圈内，两队幼儿迎面站立在边线上，持球的一队先将“火球”投向圈中的幼儿，对面一队幼儿接到后立刻抛出。幼儿投球速度有快有慢，躲球的幼儿需根据“火球”投来的方向迅速躲闪。被击中的幼儿与投球的幼儿交换位置，游戏继续进行。

规则：投球的幼儿接到球后，迅速把球投向圈中幼儿，被击中的幼儿须与投球的幼儿交换位置。

4放松活动

大班户外吸纸跑教案篇九

一、活动背景：

本节课为大班体育课，设计这节课的目的是让孩子去发现球的不一样玩法，培养孩子孩子身体的灵活性和协调性。让孩子体验参加体育活动的乐趣。大班孩子基本上都会拍球，我又根据《幼儿园综合活动课程》中《大家来运动》这一主题资料，选取了球这个运动器械，在此基础上设计了本节课的教学资料。让孩子在玩一玩，动一动，游戏化的课堂中去发现，让他们得到更好的锻炼。

二、活动目标：

1. 透过尝试，引导幼儿学会转身接球的技能。
2. 透过层层递进的转身接球练习，培养孩子身体的灵活性和协调性。
3. 透过活动，让孩子体验参加体育活动的乐趣，能自觉遵守体育活动的规则，培养幼儿敢于挑战的精神。

三、活动准备：

音乐两首，皮球20个，标记20个，圆圈若干，小椅子4把。

四、活动过程：

（一）热身活动（3分）（1）、每人抱球听哨音踏步进场。

师：孩子们这天和球玩一玩，你们愿意吗？一齐出发吧！

（2）、听哨音队列练习，站好原点，游戏开始之前，我们一齐做球操。上肢运动，腰部运动，体侧运动，下蹲运动，，

跳跃运动，整理运动（音乐）（二）基本部分1. 第一次玩球，揭示课题。（3分）师：你们会玩球吗？（会）就在原地玩一玩，看谁的方法与众不同。

师示范转身接球。

提问：我是怎样玩的？指名潜力较强的幼儿回答。

总结：先抛球后转身再接球，这叫转身接球。

2. 第二次玩球，学习转身接球（6分）师：你想玩一玩吗？请在教师的周围找个空地试一试。

（吹哨收回）师：你转身接球成功了吗？幼儿回答。

师：一齐来玩一次。请成功的小朋友往后退一步，没成功的，站在原点上。我们再给没成功的小朋友一次机会，让他们再来试一次。一次给他们加油！请小朋友说一说他们为什么没成功或者演示（教师给他再一次机会，你可要好好把握哦）。

（引导说出关键点：抛球不能离自我身体太远，否则接不到；也不能太近，否则会撞到自我，球就会滚掉。）再玩一次，成功的小朋友回原位。

师：回到圆点，我们一齐听口哨来玩转身接球。群众来2-3次。

3. 第三次玩球，学习转两圈接球（4分）师：你们的转身接球玩得很棒，教师要加深难度了，你能转两圈接住球吗请你找一个好朋友，两个人去比一比，看看怎样才能转两圈接住球。

（口哨收回，坐在球上）师：转两圈接球你挑战成功了吗？

请成功的小朋友示范，教师为其点圈数，让其说一说为什么能成功？（这个小朋友用了一个好听的词……你们可要记住这个方法哦。）师：球要抛得高，转身要快，才能稳稳接住球。

4. 第四次玩球，学习转多圈接球（4分）师：转两圈接球也没难住大家，你们真棒！还想继续挑战吗？你想挑战转几圈接住球？幼儿说一说。

师：教师十分期盼小朋友能挑战成功。小朋友4人一组赶紧去试一试吧！

幼儿玩球，教师巡视幼儿是否都在挑战三圈及以上接球，跟幼儿一齐玩一玩。

口哨收回师：你转了几圈接住球的？请你站中间表演给我们看一看。（师幼一齐点圈数，表扬）5. 分组玩球，体验成功（5分）师：这是什么标记？要我们做什么？（交代游戏规则，以幼儿理解为主）幼儿分组游戏，教师巡视，鼓励幼儿不断调整新高度。

6. 课堂小结：这天我们学习了转身接球，转身接球时球要抛得高，转身要快，还要稳稳地接住球。小朋友们表现都很棒！

（三）放松运动（3分）五、教学反思：

本节课为大班体育课，我选取了孩子们常玩的运动器械：球，在游戏化的课堂中让孩子去发现，去尝试，去锻炼。整节课教师和幼儿用心互动，课堂气氛活跃，教师带动幼儿，幼儿感化教师。本节课，我从五个环节进行教学：自由摸索——结示课题——尝试练习——加深难度——自由挑战。教学过程一步步递进，由简到难，孩子们玩得不亦乐乎。课堂中，孩子们透过教师的引导，自我发现了球的不一样玩法，也学会本节课的新授资料。孩子们也根据自我的潜力自由选取不一样难度进行挑战，最终都体会到了成功挑战的喜悦。课堂中，我采用了示范法、实践法进行教学，让课堂充满欢乐。另外，我在设计和进行教学时，思考到了个别差异性，每个环节的设计都思考了孩子的年龄特点，以孩子为主体，给孩子机会，给孩子鼓励，给孩子尝试。把课堂还原给孩子，让

他们在欢乐的氛围中学习。当然，课堂教学中也存在不足，如果在最终一个自由挑战环节中，让孩子的说和做联系起来，可能效果会更加，对于孩子完美品德的养成也是更有利的。整堂课的教学，孩子得到了锻炼，教师也得到了提高，学会及时调整和反思，把握课堂教学。