

2023年跨栏教案大班户外 幼儿园大班体育教案跨栏(模板5篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。那么问题来了，教案应该怎么写？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

跨栏教案大班户外篇一

活动目标：

- 1、尝试助跑跨跳一定高度的障碍物。
- 2、发展幼儿的腿部力量，提高动作的协调性和灵敏性。
- 3、勇于尝试、不怕困难。

活动准备：

- 1、材料准备：刘翔哥哥训练的照片（跑步、压腿、跨栏等动作）、提供长短不同的纸棍、塑料棍或长板条等有一定高度的障碍物。
- 2、知识准备：了解奥运跨栏冠军刘翔哥哥刻苦训练、克服困难、为国争光的故事。

活动过程：

一、图片导入：

出示刘翔跨栏的照片，问是谁？他在干什么？小朋友也要学习刘翔哥哥，练好身体为祖国争光。

二、热身运动

幼儿扮演小运动员，老师和小运动员一起做热身运动：举重、打排球、打乒乓等上肢运动的模仿动作。

三、训练跨栏过程

1、小朋友自由尝试

每个小运动员选择一根纸棍或塑料棍，再选择两个相同的皮鞋盒，找一个地方去尝试跳过有一定高度的障碍物，活动的方式幼儿自由选择。

2、老师示范

1) 教练员请个别幼儿进行展示交流。并启发引导幼儿转入新的运动方式：“有几个小运动员本领真大，跨跳跳得真好，我们看看，他们是怎么跳过一定高度障碍物的。”

2) 教师示范并讲解，同时引发小运动员一起参与讨论跨跳要求：助跑要中速、短距、自然放松、跨跳时单起单落。

3、小朋友再次尝试运动

全体小运动员再次尝试助跑跨跳的动作，可以单独跳，也可以合作跳。教练员巡视观察，鼓励小运动员能积极尝试。重点帮助运动能力较弱的幼儿能积极尝试跳有一定高度的障碍物。

四、游戏：我是跨栏小冠军

游戏规则：小朋友分成两队，跨过前面摆放的障碍物（3-4组），最快跨完的一队小朋友获胜。游戏可以重复。

五、放松运动（跟着音乐节奏做放松动作）

刚才小朋友真棒，都快速地跨过前面的障碍，跟刘翔哥哥一样勇敢，好累啊，现在我们跟着音乐节奏来放松一下身体吧！

六、活动结束、（整理运动器械，物归原处，运动教学结束）

跨栏教案大班户外篇二

助跑跨跳动作是大班年龄阶段较难掌握的跳跃动作，一味地进行专门的练习，会使幼儿感到枯燥乏味，同时也不利于动作的发展，本活动设计想通过“学刘翔哥哥来跨栏”这一主题式游戏方式贯穿整个运动教学，引导幼儿向刘翔哥哥学习，学做跨栏的游戏。同时掌握助跑跨跳动作的一些基本要领，促使动作的发展和动作的协调性。

在组织此次运动时，障碍物要稳，落地处尽量做到松软。因幼儿骨盆还未形成，下肢关节、韧带都比较嫩。

跨跳动作和运动量均较大，腿部活动的负担较重。因此，在组织幼儿进行跨跳时，还同时安排了一些上肢运动的练习，使上下肢运动交替进行。在活动中，教师重点观察的是幼儿的选择能力，如：叠叠高的高度。指导的重点：要求幼儿跳过自己合适的高度。在活动进行中，还请个别幼儿进行展示交流，这一环节很重要，通过展示，幼儿之间可以互相观摩，互相学习，并能将别人好的经验相互迁移。同时幼儿在尝试过程中，自主的观察到了动作要领，如何轻松的跳过障碍物。

要在整个运动中不断推进，并通过多种形式，让幼儿能较正确地掌握助跑跨跳的基本动作。可以通过游戏的开展，在形式上进行了变化，目的就是进一步帮助幼儿复习巩固该基本动作。还有，在运动中难免会有许多障碍物(器械)的摆设，引导幼儿迅速摆放成几处障碍物，而且摆的位置要适中，高度不同，这对幼儿摆放器械的能力培养是一种很好的方法。

跨栏教案大班户外篇三

1、积极探索篮子的多种搭法，学习用助跑跨跳的方法跨过障碍物，有勇敢精神。

2、体验与同伴合作游戏的快乐。

3、提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

4、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。

1、律动音乐，人手一个篮子。

2、在幼儿身上分别贴好数字1、2、3、4，以便将幼儿分成1、2、3、4队。

3、场地布置：起跑线(1、2、3、4)。

一、准备动作“篮操”。

师：今天小朋友们每人都有一个篮子，接下来就让我们用篮子来做做运动吧！

二、基本部分“我学刘翔来跨栏”

1、师：小朋友们你们认识刘翔吗？刘翔是什么运动项目的运动员呀？

2、你见过刘翔叔叔跨栏，是怎么跨的呢？

师小结：原来刘翔叔叔跨栏是先要跑步，跑栏架的时候跨过去继续跑，再跨过，再继续跑，这样子的。

3、那我们能不能用篮子来练习像刘翔叔叔一样跨栏呢？(可以)

师：可以的，好那待会你们就可以去试试看，不过在去练习之前，老师还要提醒小朋友们我们这么多人，练习的时候要注意什么？（找空地方，小心和旁边的小朋友撞起来）

师：恩，对的，练习的时候一定要找好空地方，小心碰撞。

4、幼儿分散练习。

(1) 幼儿分散练习，教师巡回指导。

(2) 集合讲解、练习。

师：刚才你们是怎么练习跨栏的？

a□一名幼儿练习跨过横向的篮子，他是怎么练习？

教师小结：要先把篮子放在地上，然后跑过去，看到篮子就跨过去，再往前跑。

b□(所有的幼儿在队形上练习助跑跨跳)我们其他小朋友也来试试看。

c□一名把篮子竖过来跳的幼儿，你是怎么练的？

d□她的想法也很好，把篮子竖过来，这样子我们跨过去的时候脚要抬的更高，跨得更远一点。

e□请两个人合作的出来介绍。

师：我刚才看到你们两个人和别人的练习方法都不一样，来把你们的方法介绍给大家看看。

师：你们看见了吗？他们两个人是怎么练习的呀？你们想试试看两个人合作练习的方法吗？（想）

5、幼儿合作练习跨栏。

(1)师要求：接下来也请你们都去找一个好朋友把两个篮子搭在一起试试看，搭篮子的时候小朋友们也可以动动脑筋，想出不同的搭篮子的方法。等一会我也会请练得好的好朋友过来给大家介绍。

(2)幼儿合作练习，教师巡回指导。

(3)有目的的请三对幼儿介绍。

(4)教师小结：小朋友们真会动脑筋，想出了这么多不同的方法，看来一次跨过一个栏架的方法已经难不倒你们了，这样吧接下来我们就用你们想出的搭篮子的方法来搭四条跨栏跑道。

6、排队跨栏

(1)介绍跑道及队伍。

(2)幼儿分组讨论搭栏方法。

(3)幼儿搭栏。

(4)幼儿排队跨栏。

师：现在跑道都搭好了，等一会小朋友们就可以像刘翔叔叔一样去跑一跑了，你跑过第一条路，回来，你可以去试一试另外的几条路。

(5)教师小结：刚才我们有挑战了不同的路，等我们长大了也要像刘翔叔叔一样去参加运动会。

7、跨栏比赛

(1)师：接下来我们要来一场跨栏比赛了，你们看见刘翔叔叔比赛的时候，跑道是怎样的？（一样的）。

师：对了，这样才公平，我们把跑道变成什么样呢？（幼儿商量）

(2)每队请两名幼儿来搭。

(3)你们看见刘翔叔叔在比赛的时候，裁判喊各就各位预备的时候要做一个什么动作。（请一名来示范）。

(4)所有幼儿在两排上练习一个各就各位预备的动作。

(5)幼儿排成四排就位。

(6)每排第一名就做好预备动作，（老师喊预备跑），跑回来以后拍第二个小朋友的手就可以出发了，最后哪一队先跑完就胜利了，加油！

(7)教师小结：刚才我们学习了刘翔叔叔参加了跨栏比赛，虽然我们今天跑的不是真正的110米栏，但只要你喜欢，等你长大了也一定可以去参加运动会的。

三、听音乐整理放松运动。

师：现在我们可以听着音乐一起做做放松运动，放松一下我们的身体。

一、意识的创新性

在我之前的设计中，是以老师的“教”为主导，忽略了学生的自主能动性，教学显得比较传统。蔡老师直言不讳地提醒我，按照课标的理念和思路，学生应该成为课堂的主人，只要老师善于引导，就能调动学生自主学习的积极性。一节课，不应是老师唱主角，要给学生留有余地去发挥，培养他们分

析问题解决问题的能力，并能通过自己知识体系去解决学习中的困难，所以，在与蔡老师讨论后，将栏侧、栏上练习环节设计成小组合作探究形式，通过学生自主选择练习方式、小组展示和评价，达到掌握基本动作要领的目的。在本次课上，这个设计得到了贯彻于实施，学生学习的积极性很高，形成了互帮互学的场景，而我也有更多的时间去关注与辅导学习有困难的'学生。

二、架构的严谨性

一节课的设计，从准备活动到主教材的实施到课课练的内容，都应该是相互呼应的，一节课的设计应从学生实际出发，而不是随意而为。经过认真的思考和构思，我从准备活动、主教材的实施、到身体素质练习部分都紧紧抓住跨栏跑教学的动作技术要点，在热身动作环节设计了障碍跑，让学生在准备部分无意识地就开始跨跳准备，然后又有意识地让学生自由体验跨越障碍，为顺利进入主教材的教学做好铺垫。在主教材教授环节，紧紧抓住跨栏跑的技术要领，层层深入递进，引导学生从模仿练习到自主合作练习、到学会评价技术动作，将学生的认知能力和实践能力紧密地联系在一起。整节课教学过程尽可能地严谨有序。

三、落实的有效性

学生是否真的学会了技能，是否落实到位，应具有可检测性。在学生练习后，通过引领，指导学生学会对技术动作的评价，同时又通过技术评价帮助学生更进一步掌握技术动作，学会掌握技能的方法。

四、过程的安全性

很多老师评课都不约而同提出要多提醒安全问题，这也是体育课最该重视的。所以，我在以后的教学中，会时时提醒学生注意安全，并真的做到让学生安全上课、安全下课。另外，

队伍的整顿、队形的变化也时时存在安全隐患，我会争取在这些细小的方面做到完美无缺，务必保证学生的安全。

跨栏教案大班户外篇四

提供长短不同的纸棒若干根、小椅子、红花若干。

活动过程：

(一)、开始部分

活动场地热身运动：教师带领幼儿进入活动场地，做热身运动，活动手部、腿部等部位，消除活动的危险性，促进活动的正常进行。引导幼儿了解体育运动，如打篮球、排球、跳高、跳远、跨栏等，由刘翔跨栏引出跨栏运动。

(二)基本部分

1、幼儿探索。

(2)椅子和纸棍，引导幼儿设计小跨栏。

(3)两人一组自由探索，教师指导。

(4)说一说自己的玩法，并做示范。

教师重点示范动作要领：起跑速度快、跨跳要有力，

(5)引导幼儿尝试更高一点的跨栏。

(6)教师：刘翔大哥哥是不是只跨一个栏呢？怎样才能跨很多呢？让幼儿自己将小跨栏组合在一起，进行练习。

2、游戏“我是跨栏小冠军”

(1)教师：你们想做冠军吗?想得奖牌吗?在比赛中动作要规范，有力，不能犯规。

(2)幼儿分成四组比赛，为获胜组贴红花。

(3)提高跨栏的高度，幼儿再次比赛，提醒幼儿注意安全。

3、出示椅子，利用椅子进行跨栏运动。

教师调整椅子之间的距离，进行跨栏练习。

(1)将椅子按恰当顺序摆放好，各组小朋友分别从椅子上连续跨过。

(2)分别将两个椅子背背相对，排成一列，各组小朋友分别从椅子上连续跨过。

比较小组同学完成时间的长短，跨椅子过程中，椅子倒地这位同学失败。孩子跨栏过程中，教师指导动作，保护好学生安全。

注意活动前，教师要讲好规则，注意安全，保持身体平衡

(三)结束部分

1、幼儿坐在椅子上做放松运动。

2、收拾场地。

教案设计频道小编推荐： 幼儿园大班教案 | 幼儿园大班教学计划

跨栏教案大班户外篇五

高、跳远、跨栏等，由刘翔跨栏引出跨栏运动。

（二）基本部分

1、幼儿探索。

（2）椅子和纸棍，引导幼儿设计小跨栏。

（3）两人一组自由探索，教师指导。

（4）说一说自己的玩法，并做示范。

教师重点示范动作要领：起跑速度快、跨跳要有力，

（5）引导幼儿尝试更高一点的跨栏。

（6）教师：刘翔大哥哥是不是只跨一个栏呢？怎样才能跨很多呢？让幼儿自己将小跨栏组合在一起，进行练习。

2、游戏“我是跨栏小冠军”

（1）教师：你们想做冠军吗？想得奖牌吗？在比赛中动作要规范，有力，不能犯规。

（2）幼儿分成四组比赛，为获胜组贴红花。

（3）提高跨栏的高度，幼儿再次比赛，提醒幼儿注意安全。

3、出示椅子，利用椅子进行跨栏运动。

教师调整椅子之间的距离，进行跨栏练习。

（1）将椅子按恰当顺序摆放好，各组小朋友分别从椅子上连续跨过。

（2）分别将两个椅子背背相对，排成一列，各组小朋友分别从椅子上连续跨过。

比较小组同学完成时间的长短，跨椅子过程中，椅子倒地这位同学失败。孩子跨栏过程中，教师指导动作，保护好学生安全。

注意活动前，教师要讲好规则，注意安全，保持身体平衡

（三）结束部分

- 1、幼儿坐在椅子上做放松运动。
- 2、收拾场地。